



**UNIVERSIDAD  
DEL AZUAY**

**Facultad de Psicología**

**Carrera de Psicología Educativa**

**Evaluación neurofuncional en estudiantes de 3 a 14 años en  
unidades educativas públicas y privadas**

Trabajo de graduación previo a la obtención del título de Licenciado  
en Psicología Educativa

Autor:

**Luis Eduardo Vasconez Astudillo**

Directora:

**Karina Huiracocha**

**Cuenca - Ecuador**

**2024**

**Dedicatoria**

Este trabajo lo dedico primeramente a mi amada esposa María Emilia, quien siempre me dio fuerza para continuar, a mis abuelos, Mami Amanda, Papi Luis y Mami Ari que gracias a sus enseñanzas y consejos me ayudaron a cumplir esta meta, a mi hermano, Matías, que siempre ha sido y será mi motivo para superarme, y a mi madre, Tannia, que sirvió de ejemplo para todos mis objetivos.

### **Agradecimiento**

Agradezco a mi amada esposa María Emilia, quien estuvo presente siempre, brindándome todo su apoyo y amor durante todas esas noches de insomnio, lagrimas y risas, a mi directora, PhD. Karina Huiracocha, quien a pesar de las adversidades siempre creyó en mi y en mi trabajo, motivándome a seguir adelante con el mismo. Asimismo, a mi tribunal Mgt. Cindy López quien, con sus oportunos comentarios y consejos, fue clave para que este trabajo sea cada vez mejor. A mi estimada docente PhD. María Inés Acosta quien fue un apoyo fundamental para la realización de esta investigación, Asimismo a todos mis docentes de la carrera, quienes a lo largo de la misma aportaron personal y profesionalmente para completar este trabajo.

## Resumen

El objetivo de esta investigación fue el de señalar el desarrollo psicomotor neurofuncional que alcanzaron los niños y adolescentes de 3 a 14 años en las unidades educativas públicas y privadas de la ciudad de Cuenca Ecuador, misma que contó con un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, donde se consideró una muestra de 66 estudiantes de unidades educativas públicas y privadas, cuyo instrumento de evaluación fue el Test EDM “Examen del movimiento”. Los resultados que más destacaron resaltan que la mayoría de los evaluados tuvieron un Nivel Evolutivo denominado por el test como: “Retardo Psicomotor con Retraso Evolutivo Funcional de un Solo Factor” que apunta a dificultades en un solo parámetro de la evaluación, misma que en esta muestra fue en el área de funciones temporales, además, no se hallaron diferencias perceptibles entre las variables demográficas. Por último, en base a los resultados obtenidos se realizó un plan de intervención cuyo fin es el de mejorar las varias áreas psicomotrices y neurofuncionales.

**Palabras Clave:** Desarrollo Psicomotor, Evaluación neurofuncional, Intervención, Movimiento, Psicomotricidad.

### **Abstract**

The general objective of this research was to determine the neurofunctional psychomotor development in children and adolescents from 3 to 14 years old in public and private educational units in the city of Cuenca-Ecuador, with a descriptive quantitative approach, considering a sample of 66 students from public and private educational units, using the EDM Test "Movement Examination" as an instrument. The most relevant results indicate that most of those evaluated had a Developmental Level denominated by the test as: "Psychomotor Retardation with Functional Developmental Delay of a Single Factor" which alludes to difficulties in only one aspect of the evaluation, which in this sample was in temporal perceptions, on the other hand, no significant differences were found among the demographic variables. Finally, based on these results, an intervention plan was elaborated to improve the different psychomotor and neurofunctional areas.

**Keywords:** Intervention, Neurofunctional evaluation, Movement, Psychomotor development, Psychomotricity

## Índice

<b>Evaluación neurofuncional en estudiantes de 3 a 14 años en unidades educativas públicas y privadas.....</b>	<b>1</b>
Resumen .....	3
Índice .....	6
Introducción .....	9
Capítulo I: Fundamentación Teórica .....	10
Introducción.....	10
Definición de Psicomotricidad .....	10
Fases del desarrollo psicomotor .....	11
Relevancia de la psicomotricidad .....	12
Impacto de la psicomotricidad en la adquisición de conocimientos .....	13
La influencia de la psicomotricidad en el desarrollo socioemocional .....	14
Desarrollo neurofuncional.....	15
Desarrollo psicomotor neurofuncional .....	16
Funciones del desarrollo psicomotriz neurofuncional (Esquema corporal, Espacio-temporales y de Ajuste).....	17
Importancia de la evaluación psicomotora neurofuncional .....	19
Ventajas y relevancia del enfoque neurofuncional en la intervención psicomotriz .....	19
Conclusión.....	21
Capítulo II: Metodología .....	23
Objetivo general .....	23
Objetivos específicos.....	23
1. Identificar el desarrollo psicomotor neurofuncional en función al grupo etario, tipo de escuela y sexo en estudiantes de 3 a 14 años de Unidades Educativas Públicas y Privadas de la Ciudad de Cuenca, Ecuador.....	23
2. Diseñar una propuesta de intervención para las áreas del desarrollo psicomotriz basado en el diálogo tónico de Vayer.....	23
Metodología .....	23

Muestra.....	24
Criterios de exclusión .....	24
Procedimiento.....	26
Fase I: Envío de Consentimientos Informados.....	26
Fase II: Aplicación del Test EDM .....	26
Fase III: Calificación del Test EDM.....	27
Fase IV: Análisis estadístico de los resultados del Test EDM .....	27
Fase V: Elaboración de la propuesta de intervención .....	27
Capítulo III: Resultados.....	29
Análisis e interpretación de los datos obtenidos .....	29
Análisis general de la muestra.....	29
Resultados de las funciones frente a las variables demográficas .....	33
Análisis de las pruebas de manera independiente .....	36
Análisis de los resultados sobre el nivel evolutivo logrado .....	40
Discusión.....	42
Conclusiones y recomendaciones.....	48
Referencias.....	50

**Índice de tablas**

<b>Tabla 1</b> .....	27
----------------------	----

**Índice de figuras**

<b>Figura 1</b> .....	27
<b>Figura 2</b> .....	29
<b>Figura 3</b> .....	29
<b>Figura 4</b> .....	31
<b>Figura 5</b> .....	32
<b>Figura 6</b> .....	33
<b>Figura 7</b> .....	35
<b>Figura 8</b> .....	36
<b>Figura 9</b> .....	36
<b>Figura 10</b> .....	37
<b>Figura 11</b> .....	38
<b>Figura 12</b> .....	39



## **Introducción**

La relevancia de la labor y la evaluación de la psicomotricidad es ineludible, ya que tiene un impacto en el desarrollo cognitivo, físico y socioemocional, jugando un papel fundamental en los procesos de lectura, escritura y matemáticas. Además, la psicomotricidad puede actuar como un factor de protección frente a posibles trastornos del aprendizaje (Echeverría y Larioas, 2019; Fagaras et al., 2014; Mas et al., 2017; Tobolcea y Dumitriu, 2010). No obstante, la evaluación y el trabajo de la psicomotricidad son poco frecuentes en las unidades educativas, lo cual tiene un impacto negativo en el desarrollo integral de los estudiantes.

Por esta razón, el objetivo de este estudio es determinar el desarrollo psicomotor y neurofuncional en niños de 3 a 14 años en escuelas públicas y privadas de la ciudad de Cuenca, Ecuador. En el primer capítulo se realizó una revisión teórica y se analizó el estado actual de este tema. En el segundo capítulo se describió la metodología utilizada, que se basó en un enfoque cuantitativo. Luego, en el tercer capítulo, se llevó a cabo un análisis estadístico descriptivo de los resultados obtenidos mediante la aplicación del Test EDM. Finalmente, se presentaron las conclusiones y recomendaciones del estudio.

## **Capítulo I: Fundamentación Teórica**

### **Introducción**

El presente capítulo, llevó a cabo una revisión detallada de la literatura y del estado actual en relación a la psicomotricidad, su desarrollo y su importancia, así como su influencia tanto en el ámbito académico como en el socioemocional. También se abordan aspectos relevantes relacionados con el desarrollo neurofuncional, ya que existe una clara conexión entre este y el desarrollo psicomotor. Por último, se destacan los beneficios de realizar evaluaciones en este campo, así como la importancia de intervenir de manera adecuada y oportuna, ya que esto no solo mejora el pronóstico de los niños con dificultades, sino que también actúa como un factor de protección ante diferentes dificultades y trastornos en diversas áreas del desarrollo infantil y adolescente.

### **Definición de Psicomotricidad**

La psicomotricidad es un elemento de gran importancia, cuyo desarrollo sigue un proceso gradual y continuo en el que se pueden identificar etapas o niveles de complejidad creciente, que van desde la concepción hasta la madurez. Este desarrollo es el resultado de la interacción entre factores biológicos y contextuales, donde los niños no son meros espectadores, sino que participan activamente explorando y dominando gradualmente su entorno. Por lo tanto, el desarrollo infantil se refiere a los cambios en la conducta sensoriomotriz, las respuestas emocionales, la inteligencia, el lenguaje y el aprendizaje a lo largo del tiempo (Chamba et al., 2020; Lejarraga et al., 2016; Vericat y Orden, 2012).

En este sentido, es crucial que los niños alcancen cierto grado de madurez antes de comenzar la etapa escolar, ya que el desarrollo motor está estrechamente ligado a la

maduración del sistema nervioso (Arias y Benavides, 2021), esto les permitirá adaptarse de manera adecuada a las demandas de etapas posteriores. Además, se ha constatado que la mayoría de los niños que presentan un bajo rendimiento escolar carecen de la estimulación adecuada y, por lo tanto, no poseen la madurez necesaria para desarrollar habilidades de lectura, escritura, cálculo y razonamiento (Hidalgo, 2020). Además, es relevante tener en cuenta que a lo largo de toda nuestra vida llevamos a cabo una actividad física o motora en conjunto con nuestras habilidades psíquicas, logrando así la integración de la mente y el cuerpo a través del movimiento (Herrán, 2003; Lalama y Calle, 2019).

### ***Fases del desarrollo psicomotor***

Según Payne e Isaacs (2016) hay seis etapas del desarrollo motor humano, las cuales solo se pueden alcanzar una vez que se haya dominado la etapa anterior. Estas etapas son: el período reflexivo, el período preadaptativo, el período específico del contexto, el período hábil y el período de compensación. Por otro lado, Simonetta (2021), hace referencia a los siguientes períodos: el cuerpo fragmentado, el cuerpo experimentado, el cuerpo percibido y el cuerpo representado, que se divide en el cuerpo representado estático y el cuerpo representado en movimiento.

En el período reflexivo, el individuo comienza a aprender cómo funciona el mundo que lo rodea (a partir de los 3 meses). En el período pre adaptativo, a través de una progresión sistemática de movimientos, se logra el control de la cabeza y el cuello, ganando así el control de la parte superior del cuerpo. Durante el período de patrones fundamentales, hay una interacción adecuada entre las propiedades genéticas innatas y los factores ambientales, lo que resulta en una evolución desde una marcha inestable hacia una más funcional y eficiente. En el período específico del contexto, el individuo ha desarrollado una base motora

que le permite expandir su repertorio de movimientos fundamentales para adaptarse a nuevas situaciones. El período hábil no es alcanzado por todos, ya que es el resultado de meses y años de entrenamiento arduo que ha generado un nivel de destreza motora. Por último, el período de compensación se considera como la adaptación a los efectos de alguna influencia negativa, ya sea una lesión o el envejecimiento (Payne y Isaacs, 2016).

Por otro lado, Simonetta (2014), en el estadio del cuerpo fragmentado (durante los primeros dos meses de vida), el niño presenta un funcionamiento subcortical, lo que significa que su corteza cerebral aún no está completamente desarrollada. En el estadio del cuerpo vivido (desde el nacimiento hasta los tres años), se establecen experiencias relacionales que promueven la evolución del niño. En la etapa del cuerpo percibido, el niño descubre su cuerpo y sus características, ubicándose en el período preescolar (de tres a seis años). Por último, el estadio del cuerpo representado, que corresponde a la etapa de ingreso a la escuela primaria, se divide en dos periodos: el cuerpo representado estático, que abarca aproximadamente de los seis a ocho/nueve años, y el cuerpo representado dinámico, que se extiende desde los ocho/nueve años hasta los once/doce años. Durante este último período, el niño completa su desarrollo funcional.

### ***Relevancia de la psicomotricidad***

La importancia de la psicomotricidad es innegable, ya que su campo de estudio se amplía al reconocer que tanto niñas como niños pueden aprender a utilizar el espacio y el flujo del movimiento de manera estructurada e inteligente. De esta manera, se convierte en un movimiento expresivo mediante el uso de estímulos imaginativos (Bolaños et al., 2018).

Dicho eso, es necesario destacar que la psicomotricidad desempeña un papel crucial, no solo en el desarrollo motor actual de los niños, sino también en su posterior desarrollo cognitivo y socioemocional (Fagaras et al., 2014) promoviendo el crecimiento integral de la persona, ya que mediante el movimiento, el niño puede manifestarse de forma personal, lo que a su vez

mejora su comportamiento en general al adquirir habilidades y destrezas, lo que a su vez fortalece su autoestima (Guedes y Diogenes, 2022; Ruiz y Ruiz 2017).

En este sentido, podemos coincidir en que el progreso de la psicomotricidad es esencial para el funcionamiento completo de las personas, por lo tanto, es crucial fomentar la práctica regular de la psicomotricidad en el ámbito educativo para normalizarla, dado que contribuye al desarrollo global de la cognición (Mas y Castellá, 2016).

### ***Impacto de la psicomotricidad en la adquisición de conocimientos***

Ahora bien, la psicomotricidad desempeña un papel fundamental en los procesos de aprendizaje al tener un efecto en las facetas cognitivas, intelectuales y socioemocionales de las personas (Díaz y Quintana, 2016; Serrano et al., 2018). Además, se ha observado una relación directa entre un desarrollo psicomotor adecuado y un aprendizaje efectivo de habilidades de lectura y escritura, particularmente en áreas como la preescritura, el lenguaje oral y escrito. Por lo tanto, la psicomotricidad se convierte en un componente fundamental en el proceso educativo (Aguilar et al., 2015; Tobolcea y Dumitriu, 2010). Por lo tanto, brindar una estimulación apropiada y oportuna en este ámbito mejora el desarrollo global de la cognición, impactando en aspectos como la coordinación manual, el lenguaje expresivo y comprensivo, el desarrollo verbal y no verbal, la lectoescritura y las funciones ejecutivas (García, 2017; Mas y Castellá, 2016).

Asimismo, la psicomotricidad desempeña una función protectora en relación a los trastornos específicos del aprendizaje, ya que se ha observado que los niños con puntajes bajos en habilidades de motricidad fina adaptativa tienen una mayor probabilidad de ser clasificados en grupos de riesgo de dificultades de aprendizaje (Echeverría y Larioas, 2019). En consecuencia, resulta crucial integrar actividades psicomotrices como parte de la metodología utilizada en las aulas (Mas y Castellá, 2016) donde el especialista o docente

desempeña un papel de acompañante y mediador, permitiendo que los niños jueguen y experimenten de forma libre. Esto ayuda a promover la autonomía, la interpretación y la recreación personal, lo que a su vez potencia las diversas inteligencias que influyen en el desarrollo integral de los niños (Serrano et al., 2018).

Por último, es fundamental analizar la práctica educativa y su conocimiento y grado de implicación de la psicomotricidad dentro del currículum, misma que debe trascender a la mera práctica física (Sáez et al., 2021), pues como hemos visto anteriormente, esta función influye de manera holística en el desarrollo de las personas, sin embargo en diversos estudios sobre la práctica psicomotriz en el marco educativo, se ha recalcado que para un correcto desarrollo global, expresividad y autoconocimiento es necesario contar con la guía de un profesional que respete y conozca las diferentes etapas y procesos (Franco y González, 2015).

### ***La influencia de la psicomotricidad en el desarrollo socioemocional***

La educación psicomotriz abarca no solo el aspecto cognitivo, sino también las emociones, ya que los niños pequeños exploran el mundo que les rodea a través de su cuerpo (Sáez et al., 2021). Por lo tanto, es de vital importancia que se fomente el desarrollo de las competencias emocionales en el sistema educativo, reconociendo que el aprendizaje cognitivo tiene la misma relevancia que el desarrollo emocional y motor. Se comprende que el movimiento, la emoción y la cognición son interdependientes y forman una unidad inseparable (Vila, 2020) impulsando el desarrollo integral de los estudiantes, preparándolos para enfrentar los desafíos de la vida y equipándolos con diversas herramientas y habilidades.

Basándonos en lo mencionado anteriormente, se puede considerar que la psicomotricidad cumple el papel de ser "garante de los derechos infantiles" ya que, a través del juego, la expresión y el movimiento, los niños experimentan un desarrollo completo en diversas dimensiones, incluyendo lo cognitivo, lo motor, lo social y lo emocional lo que

contribuye a prevenir dificultades derivadas de riesgos sociales (Hernández et al., 2022). De esta manera, la psicomotricidad les permite a los niños desenvolverse de manera óptima en diversos espacios y actividades a lo largo de su vida. Los prepara para enfrentar los desafíos que se les presenten y les brinda las herramientas necesarias para hacer frente a estas situaciones.

### ***El juego y la psicomotricidad***

El juego ha demostrado ser indispensable para el óptimo desarrollo psicomotor de los niños, ya que estimula la atención y la concentración, además de, ayudar a mejorar su creatividad, las habilidades cognitivas y físicas, la capacidad de reconocimiento físico, la memoria y la resolución de problemas (Bernate et al., 2019; Mendieta et al., 2019), siendo un medio invaluable por el cual los niños aprenden a interactuar no solo con su entorno, sino también con la construcción de la experiencia subjetiva de sí mismo y de su identidad, pavimentando así el camino a la construcción de la confianza en sí mismo y hacia los demás, siendo este proceso potenciado por el currículo de la educación primaria en Ecuador que promueve la comunicación, los valores y el reconocimiento de los sentimientos y emociones (Esteve et al., 2012 y MINEDUC, 2017).

### ***Desarrollo neurofuncional***

El desarrollo del sistema nervioso es un proceso intrincado que implica la maduración de estructuras y la adquisición de habilidades. El éxito de este proceso no se limita únicamente a factores genéticos, sino que también depende de la estimulación del entorno y del estado emocional del individuo. Es decir, varios factores se entrelazan para determinar el resultado final, que abarca tanto la madurez de las estructuras como el desarrollo de funciones cerebrales y de la personalidad (Medina et al., 2015).

Durante el proceso de maduración del sistema nervioso, se producen cambios estructurales significativos, como la proliferación y migración neuronal, así como la mielinización de los axones. La proliferación de las neuronas ocurre en la primera mitad de la gestación, seguida de su desplazamiento hacia la corteza cerebral en un proceso conocido como migración, que sigue un patrón de desarrollo desde la cabeza hacia la cola y de manera próxima a distal. El último proceso, la mielinización, tiene lugar cerca del nacimiento, donde los axones de las neuronas se recubren de mielina para mejorar la velocidad de transmisión de los impulsos nerviosos. Estos procesos siguen un orden jerárquico, comenzando en áreas sensoriales o motoras y luego extendiéndose a las áreas que integran diferentes tipos de estímulos (Medina et al., 2015; Mesa y Moore, 2017; Ostrosky, 2015).

Otro proceso crucial en el desarrollo neurofuncional es la plasticidad cerebral, que se refiere a la capacidad de las estructuras neuronales para comunicarse entre sí y generar nuevas conexiones sinápticas. Esta plasticidad es más pronunciada durante los períodos sensibles del desarrollo, cuando el organismo es especialmente receptivo a la estimulación del entorno. Además, es importante mencionar la apoptosis o muerte neuronal, así como la poda sináptica, que son fenómenos regresivos del neurodesarrollo. Estos procesos permiten la eliminación de conexiones sinápticas que no son funcionales desde los 5 hasta los 16 años, lo que a su vez mejora la eficiencia del sistema nervioso al eliminar conexiones innecesarias o redundantes. (Ostrosky, 2015).

### ***Desarrollo psicomotor neurofuncional***

El movimiento desempeña un papel fundamental en el desarrollo del Sistema Nervioso Central (SNC). Para comprender su incidencia, es necesario tener en cuenta la dualidad del mismo, que consiste en la rigidez de sus estructuras nerviosas y la flexibilidad de su neuroplasticidad.



La neuroplasticidad es la capacidad del sistema nervioso para adaptarse y cambiar en respuesta a la experiencia. Es a través de la neuroplasticidad que se producen ajustes en las conexiones neuronales. Cuando experimentamos diferentes estímulos y vivencias, las neuronas que no están inicialmente conectadas por circuitos predefinidos tienen la oportunidad de establecer nuevas conexiones sinápticas, permitiendo la circulación de información de manera más libre y rápida. Esto lleva a la generación de respuestas adaptativas y más eficientes. Por lo tanto, es crucial proporcionar desde el nacimiento una experiencia plena con el entorno a través de una estimulación sensorial cuantitativa y cualitativamente significativa. Esta estimulación activa y desafía al sistema nervioso, facilitando así su proceso madurativo. A medida que los niños se mueven y exploran su entorno, están recibiendo información sensorial valiosa que contribuye al desarrollo de conexiones neuronales y al fortalecimiento de las habilidades cognitivas, motoras y sensoriales (Simonetta, 2014).

En resumen, a medida que aumenta el nivel de adaptación corporal, se produce una mayor activación de los circuitos neuronales. Esto indica que el desarrollo del sistema nervioso central está vinculado al desarrollo de la función de adaptación, la cual a su vez depende de la capacidad del entorno para fomentar, motivar y brindar diversas experiencias, actividades, desafíos e intereses. Estos factores influyen en el desarrollo neurofuncional al incrementar las conexiones sinápticas y promover la formación de automatismos, lo que a su vez reduce la disponibilidad de neuronas no comprometidas (Simonetta, 2014).

### ***Funciones del desarrollo psicomotriz neurofuncional (Esquema corporal, Espacio-temporales y de Ajuste)***

El esquema corporal es un aspecto crucial en el desarrollo psicomotriz, ya que su formación adecuada facilita el desarrollo integral de la personalidad, inteligencia y el

conocimiento de uno mismo y del entorno. Se trata de una representación mental que el niño tiene de su propio cuerpo, y su desarrollo influye en áreas como el cognitivo, emocional, lingüístico y socioafectivo. Es importante que los niños adquieran un conocimiento global y segmentado de su cuerpo, ya que la falta de esta comprensión puede ocasionar dificultades a nivel personal, familiar, escolar y social (Mamani et al., 2019).

La función espacio-temporal desempeña un papel fundamental en la interpretación y comprensión del entorno. Esta función está estrechamente relacionada con el esquema corporal, ya que antes de poder orientarse en el espacio y el tiempo, es necesario que el individuo se "oriente" en su propio cuerpo. El desarrollo de esta función ocurre de manera progresiva, a medida que madura y se adquiere experiencia. Las nociones espaciales y temporales se aprenden en un orden secuencial: primero, se comprende el espacio y el tiempo en relación a uno mismo, luego en relación a objetos de referencia personal, y finalmente en relación a objetos en relación con otros objetos. El aprendizaje de estas nociones tiene un impacto significativo en la comunicación e interacción con el entorno (Sánchez y Benítez, 2014).

Por último, la función de ajuste se refiere a estimular los procesos de desarrollo neurofuncional, permitiendo que el individuo tenga una mayor capacidad de respuesta. Esta función tiene implicaciones significativas a nivel biológico, ya que a través de la exploración y el ensayo-error, se pueden descubrir nuevas soluciones y aumentar el potencial de recuperación en casos de trauma o deficiencias neurológicas. Además, existe la capacidad de reemplazar áreas lesionadas. Es importante tener en cuenta que las intervenciones educativas en el entorno familiar o escolar pueden tanto inhibir como estimular el desarrollo de esta función (Simonetta, 2014).

### **Importancia de la evaluación psicomotora neurofuncional**

La psicomotricidad no solamente tiene la capacidad de estimular diversas áreas, sino que también puede ser utilizado para detectar dificultades en el desarrollo de habilidades cognitivas, académicas y socioemocionales. Según Mas et al. (2017), esto permite identificar características relacionadas con el estado psicológico y neurológico de una persona, dado que existe una estrecha conexión entre la psicomotricidad y el funcionamiento del sistema nervioso central. En este sentido, al describir perfiles psicomotores, podemos utilizar esta información como una especie de evaluación inicial para identificar un potencial intelectual elevado, trastorno del espectro autista (TEA), trastorno de déficit de atención con o sin hiperactividad (TDAH) y trastornos específicos del aprendizaje (Gómez et al., 2020; Séverine, 2020).

De manera similar, la evaluación psicomotriz no solo tiene la capacidad de determinar los niveles de desarrollo alcanzados y, por ende, establecer el perfil psicomotor de una persona, sino que también facilita la identificación de posibles causas de retraso o déficits neurofuncionales. Esto se debe a que las dificultades psicomotrices pueden atribuirse a tres principales factores causales: lesiones orgánicas, déficits funcionales sin lesiones aparentes, y problemas de índole afectiva o relacional que a su vez generan dificultades en el funcionamiento (Simonetta, 2014) y es debido esto que una evaluación psicomotriz puede ser de gran utilidad en el ámbito educativo.

### **Ventajas y relevancia del enfoque neurofuncional en la intervención psicomotriz**

La incorporación de la psicomotricidad y su estimulación resultan fundamentales durante la etapa de educación temprana, que abarca desde el primer hasta el sexto año de vida. En este sentido, es importante implementar actividades lúdicas y basadas en las relaciones interpersonales, las cuales contribuirán de manera significativa al desarrollo

óptimo del niño (Mas et al., 2017), Para lograrlo, es necesario llevar a cabo actividades que involucren la coordinación y la internalización del esquema corporal en su totalidad, ya que estas actividades se desarrollan de manera inconsciente a través del juego (Sánchez, 2010), por lo tanto es fundamental proporcionar una estimulación temprana y apropiada, ya que esta desempeña un papel crucial en la prevención de diversas patologías o dificultades en el aprendizaje.

En este sentido, es relevante tener conocimiento sobre los resultados obtenidos en investigaciones que han evaluado intervenciones psicomotrices. En primer lugar, estos estudios sugieren que la práctica sistemática de la psicomotricidad puede contribuir a mejorar el desarrollo cognitivo en general (Mas y Castellá, 2016; Mas et al., 2017). Asimismo, las intervenciones didácticas psicomotrices han mostrado indicios de mejorar el rendimiento académico de los estudiantes al incrementar sus habilidades metacognitivas, sociales, de responsabilidad y autoinstrucción (Aristizabal et al., 2018).

Por otra parte, la intervención psicomotriz en casos de trastornos específicos del aprendizaje ha demostrado obtener resultados positivos. Esta intervención se centra en trabajar la capacidad de seguridad y confianza del propio cuerpo, tanto en interacción con objetos como con otras personas. Asimismo, se enfoca en fortalecer las competencias emocionales, mejorar el cumplimiento de órdenes y reglas, fomentar la conciencia de uno mismo y del propio cuerpo, y promover el desarrollo del lenguaje en términos receptivos, comprensivos y expresivos (Villar, 2022).

Finalmente, es importante destacar que en las sesiones psicomotrices se pueden utilizar diversas estrategias y actividades, como la danza y la música, para maximizar el impacto de dichas sesiones.

En primer lugar, la música tiene la capacidad intrínseca de evocar sentimientos y emociones en las personas. Además, la danza no puede ser llevada a cabo en un cuerpo

estático, por lo tanto, la educación psicomotriz se beneficia de la música, la voz y los instrumentos musicales. Asimismo, la música nos brinda la oportunidad de desarrollar habilidades relacionadas con la inteligencia emocional, como el autocontrol, la automotivación y el desarrollo de habilidades sociales. La investigación empírica respalda las potencialidades de la música como un método educativo y docente, demostrando la mejora de criterios psicomotrices y emocionales. (Panchi et al., 2019).

Por su parte, la práctica de la danza nos brinda la oportunidad de emplear el cuerpo y sus expresiones no verbales como una vía para fomentar la integración emocional, cognitiva y física de la persona, lo que logra una interacción continua entre el cuerpo y la mente. (Barnet-López et al., 2016). Además, los hallazgos obtenidos en programas de danza revelan que los estudiantes demuestran un gran entusiasmo por la práctica, lo que se traduce en un mayor nivel de participación durante las clases. Estos programas no solo les enseñan aspectos relacionados con la danza, sino que también les permiten internalizar valores a través de ella (Esteve y López, 2014).

## **Conclusión**

Considerando lo anteriormente expuesto, se puede afirmar que la psicomotricidad desempeña un papel importante en el desarrollo adecuado de los niños, ya que tiene un impacto significativo en aspectos cognitivos y socioemocionales que, a su vez, influyen en el rendimiento académico y el comportamiento. Además, al promover habilidades psicomotrices, los niños adquieren las bases necesarias para comenzar el proceso de lectura y escritura. Por otro lado, es fundamental evaluar esta área, ya que nos permite no solo identificar el perfil psicomotor de los niños, sino también detectar posibles patologías, deficiencias o características particulares debido a su estrecha relación con el desarrollo del sistema nervioso central. Además, se ha comprobado que una intervención y estimulación

psicomotriz temprana no solo mejora el pronóstico, sino que también actúa como un factor de protección ante diversas patologías y dificultades.

## Capítulo II: Metodología

### Pregunta de investigación

¿Cuál es el nivel del desarrollo psicomotor neurofuncional en estudiantes de 3 a 14 años en las Unidades Educativas públicas y privadas de la ciudad de Cuenca, Ecuador?

### Objetivo general

Determinar el desarrollo psicomotor neurofuncional en estudiantes de 3 a 14 años en las Unidades Educativas públicas y privadas de la ciudad de Cuenca, Ecuador.

### Objetivos específicos

1. Identificar el desarrollo psicomotor neurofuncional en función al grupo etario, tipo de escuela y sexo en estudiantes de 3 a 14 años de Unidades Educativas Públicas y Privadas de la Ciudad de Cuenca, Ecuador.
2. Diseñar una propuesta de intervención para las áreas del desarrollo psicomotriz basado en el diálogo tónico de Vayer.

### Metodología

Esta investigación se basa en un enfoque cuantitativo, utilizando tanto la recopilación como el análisis de datos para responder a la pregunta de investigación. Se apoya en la medición numérica, el recuento y la aplicación de métodos estadísticos (Vega et al., 2014). Su alcance es descriptivo, lo que significa que se centra en identificar y describir todas las propiedades, características y perfiles de los fenómenos que pueden ser sometidos a un análisis detallado (Sampieri et al., 2017). Además, se trata de un estudio de corte transversal.

### ***Muestra***

La selección de la muestra se caracteriza por ser no probabilística, lo que significa que la elección de los elementos se basa en las características y objetivos de la investigación (Sampieri, 2014). Esta muestra está compuesta por un total de 40 estudiantes de escuelas públicas y privadas en la ciudad de Cuenca, distribuidos de la siguiente manera en relación a diversas variables: 20 estudiantes pertenecen a unidades educativas públicas y 20 a unidades educativas privadas. En cuanto al género, se dividen equitativamente en 20 hombres y 20 mujeres. Además, en términos de grupos etarios, se incluyen 10 estudiantes de edades comprendidas entre 3 y 6 años, otros 10 entre 6 y 8 años, 10 más entre 9 y 11 años, y finalmente, 10 estudiantes entre 11 y 14 años. Es importante destacar que esta muestra forma parte de la población previamente definida por el equipo de investigadores de la Universidad del Azuay, especialmente bajo la dirección del Dr. Piero Tripaldi.

### ***Criterios de exclusión***

En lo que respecta a los criterios de exclusión utilizados para la selección de la muestra, se optó por excluir a todos los estudiantes que presentaran alguna forma de discapacidad o trastorno específico del aprendizaje. Asimismo, se excluyeron aquellos estudiantes cuyos padres no hubieran otorgado su consentimiento informado para participar en el estudio.

### ***Instrumento***

En este proyecto de investigación se empleó el instrumento denominado como el Exámen del Movimiento (EDM) (Simonetta, 2014), el cual fue traducido al español en el año 2021 por un equipo de investigadores pertenecientes a la Universidad del Azuay, específicamente Daniela Tripaldi y Margarita Proaño. El EDM se configura como una herramienta de observación y evaluación del desarrollo psicomotor que posibilita la identificación del nivel de desarrollo real de las funciones psicomotoras de un individuo,



independientemente de su edad cronológica. Este examen tiene la capacidad de discernir la maduración y activación de los factores psicomotores específicos para cada función psicomotora.

El test está estructurado en cinco etapas que se corresponden con las etapas de desarrollo del sistema nervioso central, lo que a su vez se traduce en cinco grupos etarios: 0 a 3 años, 3 a 6 años, 6 a 8/9 años y de 11 a 13/14 años. Además, se lleva a cabo la exploración de las siguientes funciones: Ajuste, Percepción del propio cuerpo y Percepción de datos externos a través de pruebas que incluyen la Observación del ajuste espontáneo, la observación del comportamiento ante las pruebas y la consideración de los factores psicomotores.

El Test fue desarrollado por la Doctora Elena Simonetta, una psicóloga, psicoterapeuta e investigadora italiana, y originalmente validado en la población europea. Posteriormente, un grupo de investigadores de la Universidad del Azuay llevó a cabo la validación de este test para adaptarlo al contexto de Cuenca, Ecuador, después de obtener los derechos necesarios para hacerlo. En este proceso, formamos parte del equipo de investigación. Para llevar a cabo esta validación, se utilizó una muestra de 700 niños que pertenecían a escuelas tanto públicas como privadas, ubicadas en 15 parroquias del sector urbano de la ciudad de Cuenca. Los resultados de esta validación resultaron ser significativos y adecuados para su aplicación en la población objeto de estudio. Esto se debió a que las características, el lenguaje y las actividades del test fueron adaptados de manera favorable para reflejar con precisión la realidad y el contexto específico de Cuenca, Ecuador.

## **Procedimiento**

### ***Fase I: Envío de Consentimientos Informados***

En esta etapa, se llevó a cabo la presentación del proyecto a la dirección de la institución educativa y al coordinador del Departamento de Consejería Estudiantil (DECE). Después, se procedió a seleccionar al azar a los niños que serían evaluados utilizando listados de estudiantes, eligiendo aquellos que cumplían con los criterios mencionados en la sección de muestra y criterios de exclusión. Finalmente, se gestionó el envío de los consentimientos informados a los padres de familia de los estudiantes en diversas unidades educativas. Esto se hizo con el propósito de establecer un horario tentativo para la aplicación del test, de manera que no interrumpiera las actividades académicas de los estudiantes, y para asegurarse de que los docentes a cargo estuvieran al tanto y permitieran que los niños salieran de clase para participar en la evaluación.

### ***Fase II: Aplicación del Test EDM***

En esta fase se coordinó con el/la coordinador/a del DECE el manejo del espacio del área del DECE para su posterior adecuación, una vez hecho eso se asignaron roles, que en este caso fueron examinador y evaluador: el examinador realizaba la labor de observar, anotar, puntuar, clasificar y preparar el material correspondiente para la aplicación del test, mientras que el evaluador iba a retirar al niño de su aula de clase, luego se aseguraba de dar y acompañar la consigna de todas y cada una de las pruebas del test, una vez finalizada la aplicación el evaluador iba a entregar al niño a su aula correspondiente, la aplicación de la prueba fue realizado de manera individual por una duración de 15 a 20 minutos, llenando cada ficha y registro de anotaciones bajo los criterios del test, mismos que fueron cargados a la base de datos donde se colocaba un 1 si se ha logrado la prueba o 0 si no se ha logrado. Este proceso tuvo una duración de 1 mes aproximadamente.

### ***Fase III: Calificación del Test EDM***

En esta etapa, el evaluador y el examinador se encuentran para llevar a cabo la tarea de completar la sección de calificación del examen EDM, considerando las observaciones y puntuaciones de cada estudiante evaluado, en conformidad con las instrucciones proporcionadas por la autora del examen (Simonetta, 2014).

### ***Fase IV: Análisis estadístico de los resultados del Test EDM***

En esta etapa, se llevó a cabo inicialmente la construcción de una base de datos utilizando software estadístico como SPSS, Excel y RapidMiner. Esto involucró la creación de las variables necesarias para posteriormente migrar los datos obtenidos de la aplicación del examen. Luego, se procedió a realizar un análisis estadístico descriptivo que consideró las siguientes variables: tipo de escuela (pública o privada), género (masculino o femenino) y grupo de edad (3-6 años, 6-8 años, 9-11 años y 11-14 años). El objetivo de este análisis fue examinar no solo el desempeño general de los niños evaluados, sino también describir las diferencias que podrían existir en función de estas variables.

### ***Fase V: Elaboración de la propuesta de intervención***

En esta etapa, se elaboró una propuesta de intervención psicomotriz que consta de 42 sesiones, y esta propuesta fue entregada a las autoridades de cada Unidad Educativa. Estas sesiones se dividen en dos secciones. La primera sección se basa en los principios teóricos de Vayer y consta de tres etapas: exploración/adulto-niño (12 ejercicios), conciencia/niño-niño (8 ejercicios) y coordinación/independencia (8 ejercicios). Por otro lado, la segunda sección se centra en actividades destinadas al desarrollo psicomotor neurofuncional de niños de 6 a 8 años (14 actividades) según el Test EDM de Elena Simonetta. Es importante destacar que este proyecto se llevó a cabo de manera colaborativa con un grupo de investigadores de la Universidad del Azuay y estudiantes de las carreras de Educación Inicial y Psicología

Educativa bajo el código 3-13A titulado "Dificultades de aprendizaje y desarrollo socioemocional". La elaboración de las sesiones según las edades se asignó a cada tesista correspondiente (Anexo 3, Propuesta de Intervención).

## Capítulo III: Resultados

### Introducción

En el siguiente capítulo se realizó un análisis estadístico descriptivo exhaustivo, el cual se caracteriza por considerar tanto al fenómeno como a sus componentes para medir sus conceptos y definir variables, con la finalidad de especificar propiedades y características importantes de los fenómenos y así medir las dimensiones para luego describirlas, pero nunca se establecieron relaciones entre estas (Sampieri, 2014). Para lograr este objetivo de realizar un análisis de los datos y resultados obtenidos en la aplicación del Test EDM, se utilizaron distintos softwares estadísticos como Excel y Rapidminer, teniendo en cuenta tanto a los diversos factores que engloban estas herramientas como a las variables especificadas en los objetivos.

### Análisis e interpretación de los datos obtenidos

#### *Análisis general de la muestra*

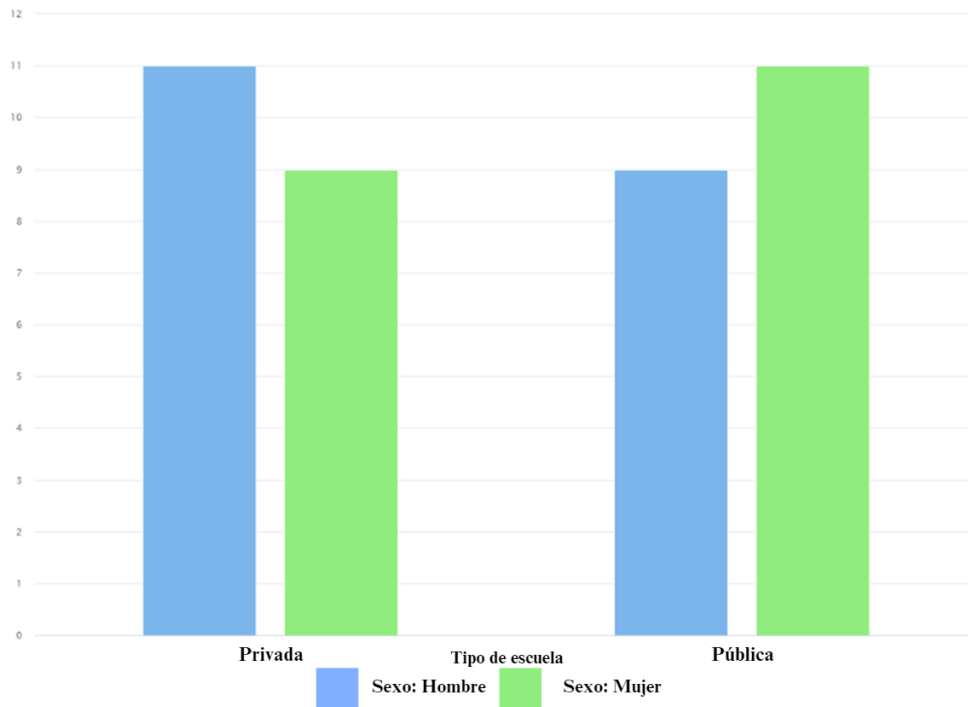
La muestra para la presente investigación se realizó considerando un equilibrio entre las variables, tal como se puede ver en la tabla 1, con el objetivo de que la interpretación y análisis de las mismas sea lo más equívoco posible. Sin embargo, debido a que se consideraron 3 variables para la investigación, se tuvo una pequeña variación en el sexo, donde hay más hombres de instituciones educativas privadas, mientras que en unidades educativas públicas existe en la misma proporción más mujeres, como se puede observar en la figura 1.

**Tabla 1***Distribución de la muestra en relación a las variables*

Tipo de escuela								N° estudiantes							
Unidad educativa pública				Unidad educativa privada											
20 estudiantes				20 estudiantes				40 estudiantes							
Sexo															
10 hombres				10 hombres				20 hombres							
10 mujeres				10 mujeres				20 mujeres							
Grupo etario															
3-6	6-8	9-11	11-14	3-6	6-8	9-11	11-14								
5	5	5	5	5	5	5	5	40 estudiantes							
2h	3m	3h	2m	2h	3m	2h	3m	3h	2m	2h	3m	3h	2m	3h	2m

*Nota:* la división de las variables se realizó considerando el tipo de escuela como base para la distribución del resto de variables. En la última fila de la tabla h significa hombre y m significa mujer.

**Figura 1***Distribución de las variables sexo y tipo de escuela*



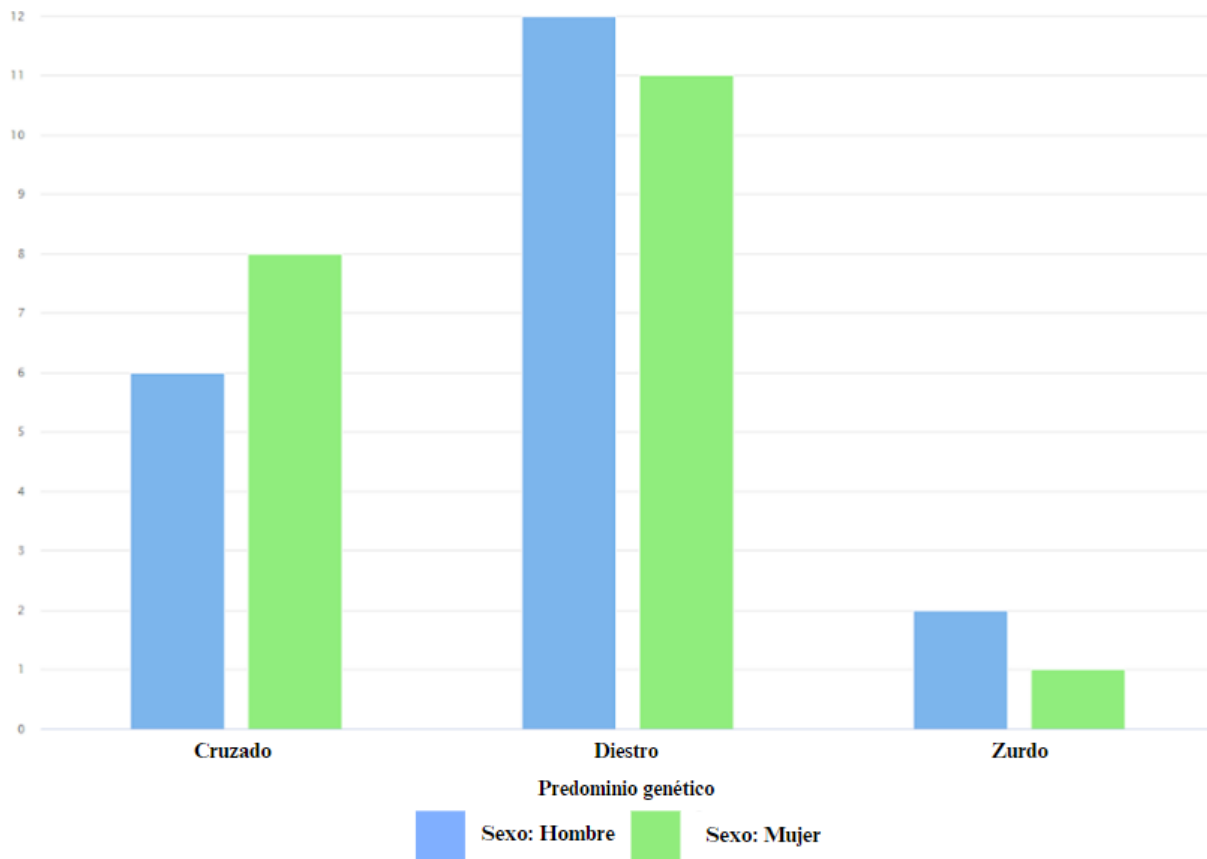
Ahora bien, en cuanto al predominio genético, podemos observar que en su mayoría los sujetos son diestros mientras que los zurdos son la minoría con tan solo 3 estudiantes como se observa en la figura 2, asimismo es importante recalcar que las mujeres tienden a tener en su mayoría un predominio genético cruzado, lo cual podría relacionarse posteriormente con los resultados en las funciones de ajuste y esquema corporal, especialmente en el aspecto de lateralidad.

Por otro lado, cuando analizamos los datos entre la tipología psicomotriz y el predominio genético, podemos observar que la mayoría de los estudiantes tienen una tipología adecuada, de estos la mayoría tienen un predominio genético diestro, sin embargo, los estudiantes con un predominio genético cruzado se encuentran en esta tipología adecuada, mientras que en las siguientes 2 tipologías representadas que son inhibido pasivo, que tiene una pequeña representación en la muestra encontramos tanto a cruzados y diestros en la misma cantidad, pero es sorprendente como en la tipología inadecuado desarrollo de las

praxias, a pesar de ser muy pocos con esta tipología, todos los que están dentro de la misma tienen un predominio genético diestro, tal como lo podemos observar en la figura 3.

**Figura 2**

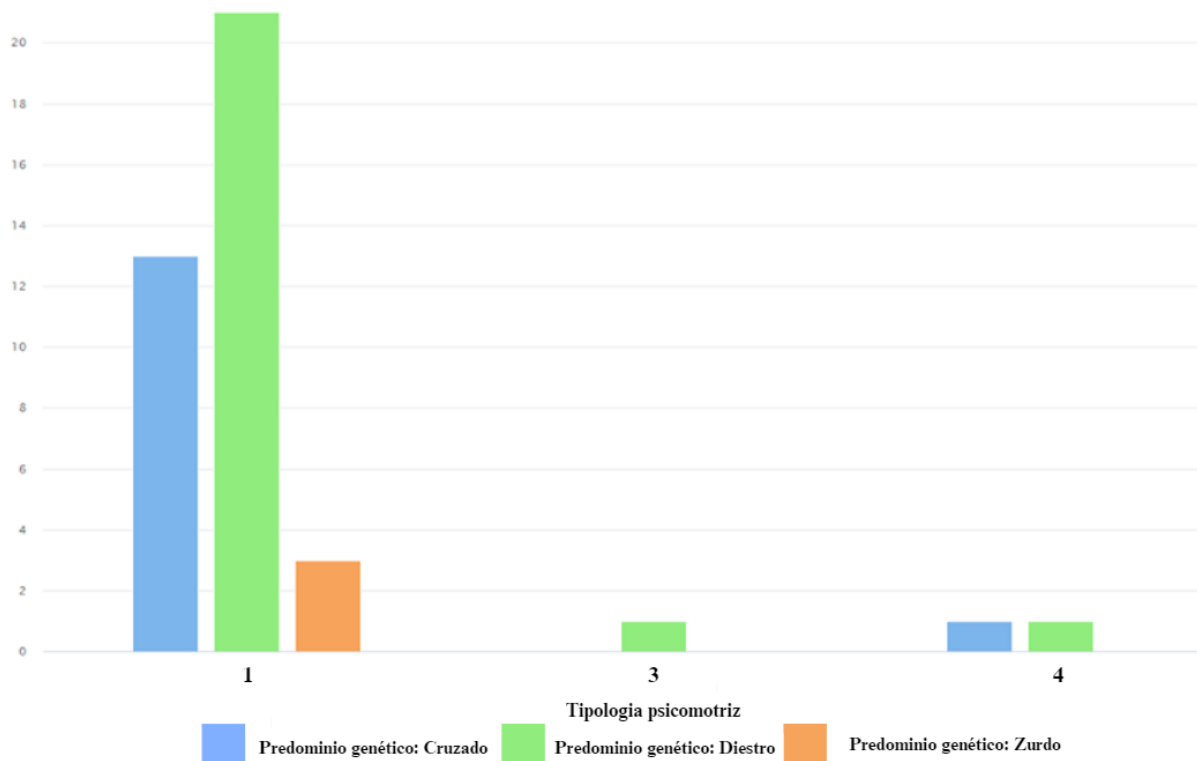
*Predominio genético frente y sexo*



**Figura 3**

*Predominio genético frente y tipología psicomotriz*





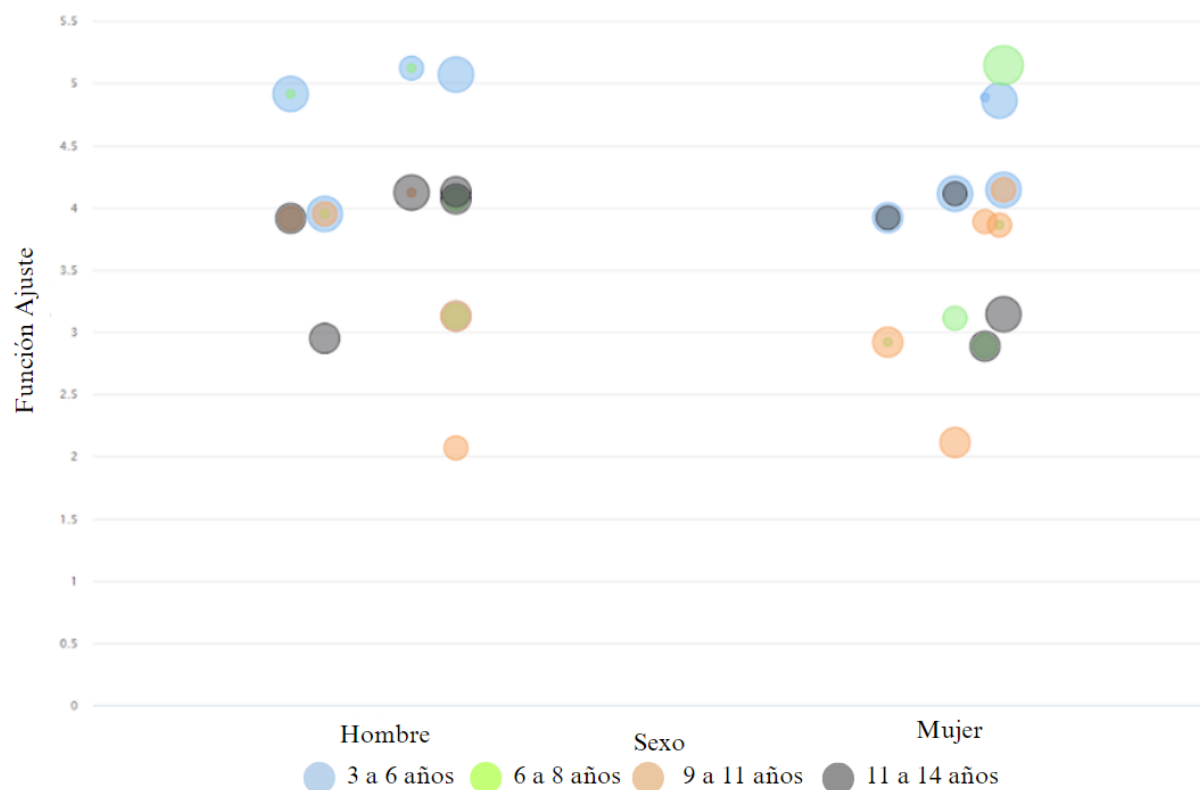
*Nota:* en el gráfico en cuanto a la tipología psicomotriz se otorgó un valor numérico para el tipo de tipología, donde 1 es adecuado, 3 inadecuado desarrollo de las praxias, 4 inhibido pasivo.

### ***Resultados de las funciones frente a las variables demográficas***

En la figura 4 podemos observar un cruce de variables significativo, donde se encuentra las funciones de ajuste y espacio temporal frente a las variables de grupo etario y sexo. Lo que más se puede resaltar del gráfico en cuestión es la inexistente relación entre el rango de edad y la función de ajuste, asimismo podemos ver una distribución similar entre ambos sexos frente a las funciones representadas, es decir que no se puede observar una diferencia entre estas variables. Por último, al analizar las funciones de manera aislada podemos encontrar que los rangos de 3 a 6 y de 6 a 8 años tienden a tener mejores puntuaciones en la función de ajuste, mientras que, en espacio temporal, a pesar de tener puntuaciones muy similares entre los rangos de edad, es ligeramente inferior el grupo etario de 9 a 11.

### Figura 4

*Grupo etario y sexo frente a las funciones de ajuste y espacio temporal*



*Nota:* el tamaño de la burbuja está dado por la función espacio temporal.

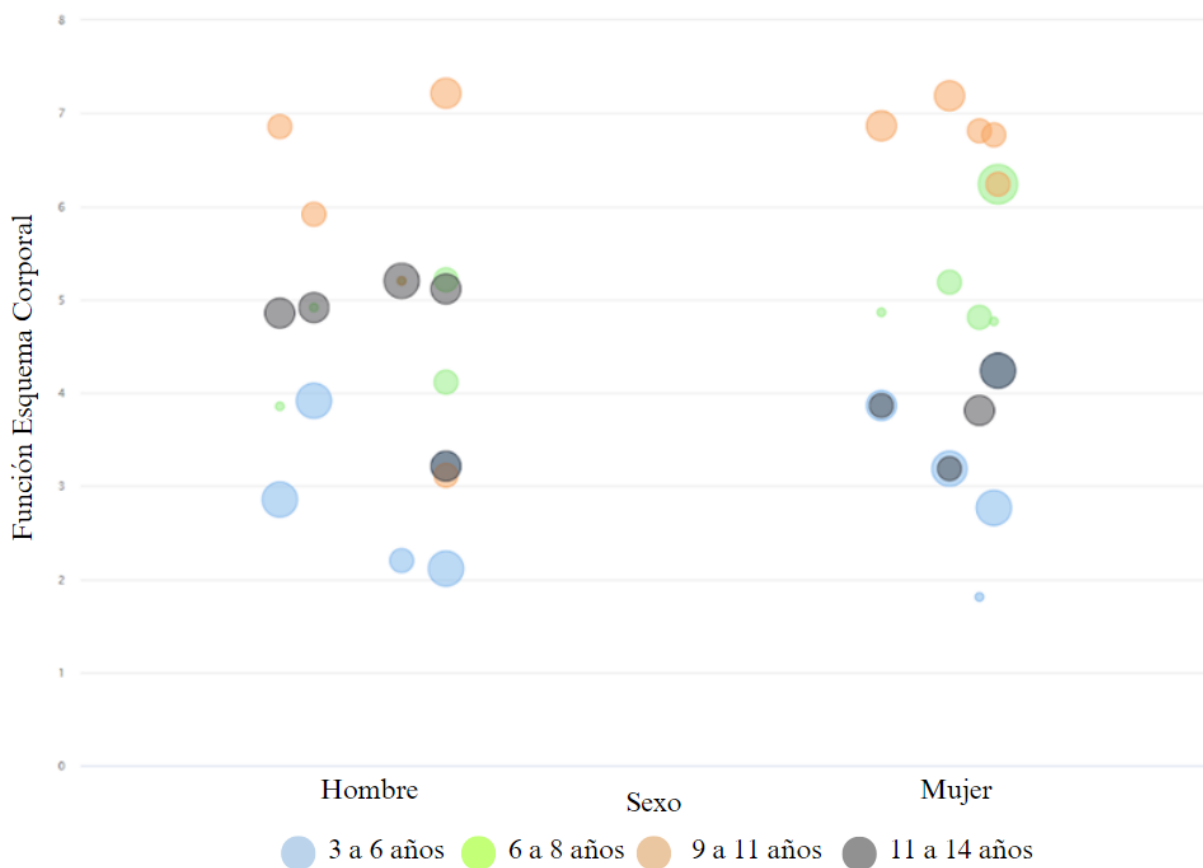
Por otro lado, en cuanto a las funciones de esquema corporal y espacio temporal, podemos observar en la figura 5 su cruce con las variables de sexo y grupo etario, donde es posible observar agrupaciones de los grupos etarios de 3 a 6 y de 9 a 11, donde los primeros tienen a tener menores puntuaciones en la función de esquema corporal y las segundas puntuaciones más altas en esta función. Asimismo, podemos ver que los otros dos grupos etarios, a pesar de encontrarse más dispersos, se ubican mayoritariamente en puntuaciones medias en cuanto a la función de esquema corporal.

Mientras que en la función espacio temporal, podemos observar nuevamente que las puntuaciones de las mismas no muestran diferencias significativas entre las variables, sin embargo, se pueden identificar las puntuaciones más bajas en el grupo etario 6 a 8 años

seguido por el grupo etario de 3 a 6 años. Además, al comparar el sexo, no podemos evidenciar diferencias claras entre la dispersión de los datos, especialmente en cuanto a la función de ajuste, puesto que si se pueden observar una pequeña diferencia en la función de espacio temporal, donde las mujeres tienden a tener puntuaciones ligeramente inferiores.

### Figura 5

*Sexo y grupo etario frente a funciones de esquema corporal y espacio temporal*



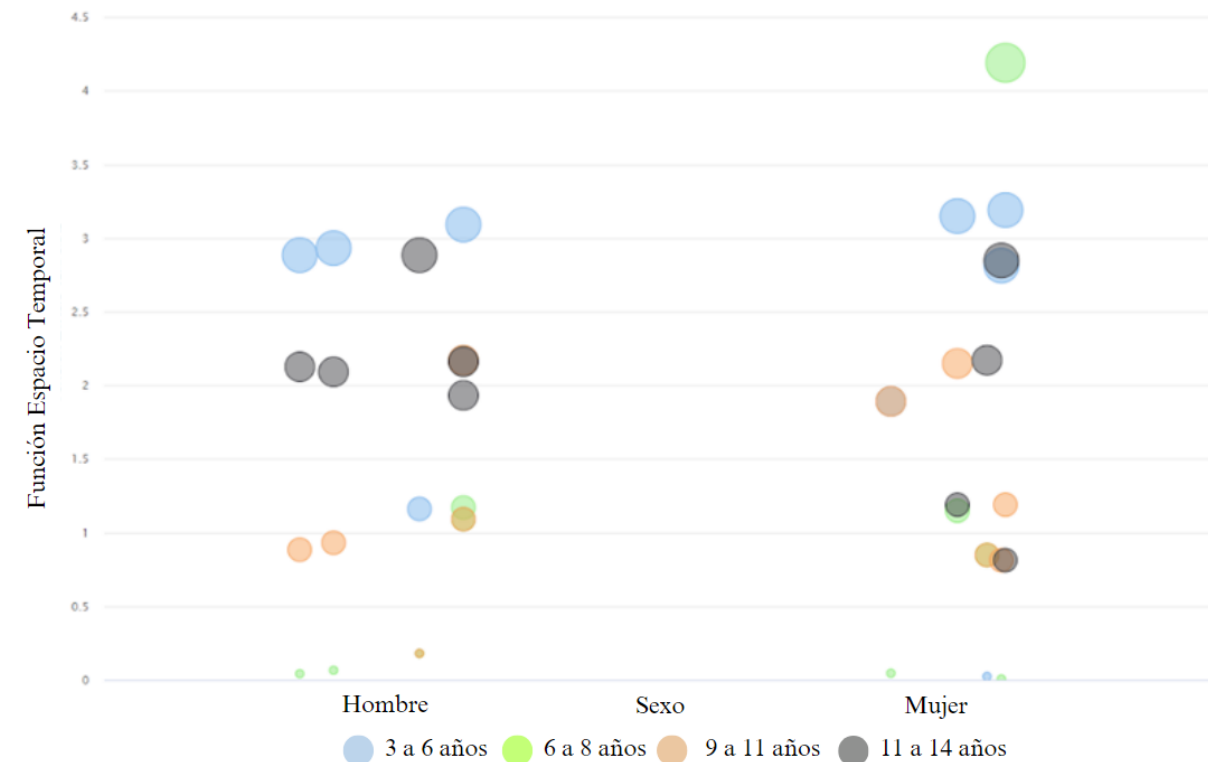
*Nota:* tamaño de la burbuja está dado por la función de espacio temporal

Por último, analizando la función espacio temporal de manera aislada frente a las variables demográficas, podemos observar en la figura 6 que la distribución de esta función con las variables no muestra diferencias importantes ya que la mayoría de los datos se distribuyen de manera similar, sin embargo, se puede observar que las mujeres de 6 a 8 años

tienen mejores puntuaciones mientras que el grupo etario de 9 a 11 tiende a tener las puntuaciones más bajas en esta función.

### Figura 6

*Función espacio temporal frente al sexo y grupo etario*



### *Análisis de las pruebas de manera independiente*

Al analizar los resultados obtenidos en cada una de las pruebas aplicadas de manera aislada, podemos identificar cuáles son las dificultades y fortalezas de los sujetos de forma específica, así como también comprender cuales son los aspectos que se deben trabajar más en cada una de las funciones. Debido a la estructura y organización del test, fue necesario diferenciar en grupos etarios, puesto que en función a esta variable las pruebas cambian de modo que podemos encontrar más o menos cantidad de pruebas en cada una de las funciones.

En el primer grupo etario, podemos identificar dificultades en las pruebas de: Ajuste al tiempo, Control respiratorio y Percepciones temporales, cada una de ellas pertenecientes a una función, sin embargo, en el resto de las pruebas podemos notar que no se presentan dificultades notorias, de modo que en este grupo etario no podríamos definir una función mejor tal y como se muestra en la figura 7.

Por otro lado, en los siguientes grupos etarios, sí que es posible notar mayores dificultades en las pruebas de la función de espacio temporal, especialmente en el grupo etario de 6 a 8 años, donde 3 de las cuatro pruebas de esta función son notoriamente bajas y todas ellas están relacionadas a la percepción y reproducción de estructuras rítmicas y temporales, asimismo, podemos notar puntuaciones bajas en la prueba de percepciones temporales en el grupo de 9 a 11 años, mientras que la puntuación más baja del grupo de 11 a 14 años es la de “Reproducción dinámica de una praxis a través de la interiorización de la relativa estructura rítmica” tal como se observa en las figuras 8, 9 y 10.

Otras puntuaciones bajas las podemos encontrar en función de ajuste de los grupos de 6 a 8 y de 9 a 11 años, puntualmente en las pruebas de “coordinación óculo manual” y “ajuste con representación mental de postura estática” así como la prueba de “ajuste postural” respectivamente tal y como se representa en las figuras 8 y 9.

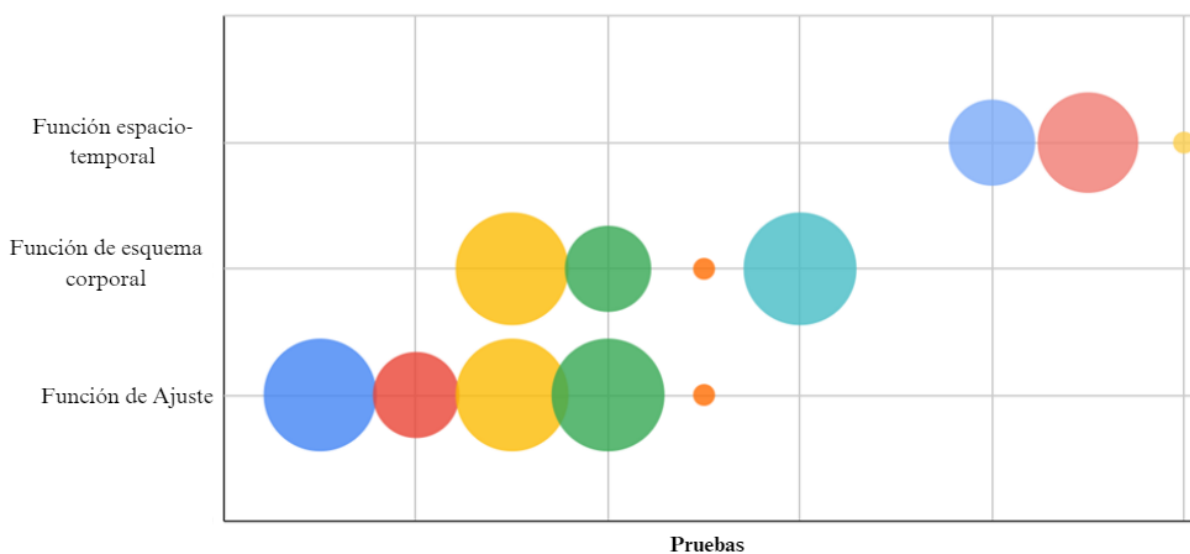
Por otra parte, considerando cuales son las pruebas mejores puntuadas y por ende cuáles serían las fortalezas de los participantes de la investigación, podemos destacar las pruebas de “ajuste controlado”, “ajuste postural” y “coordinación dinámica general” de la función de ajuste y “reconocimiento de las partes del cuerpo y “control tónico” de la función esquema corporal para el grupo etario de 3 a 6 años (figura 7). Mientras que en el grupo

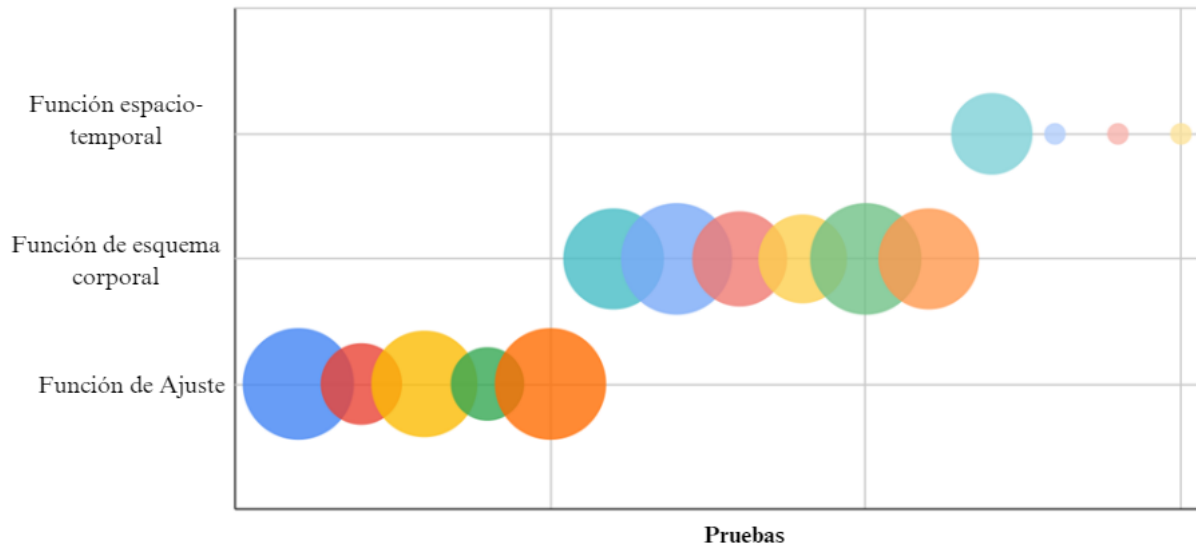
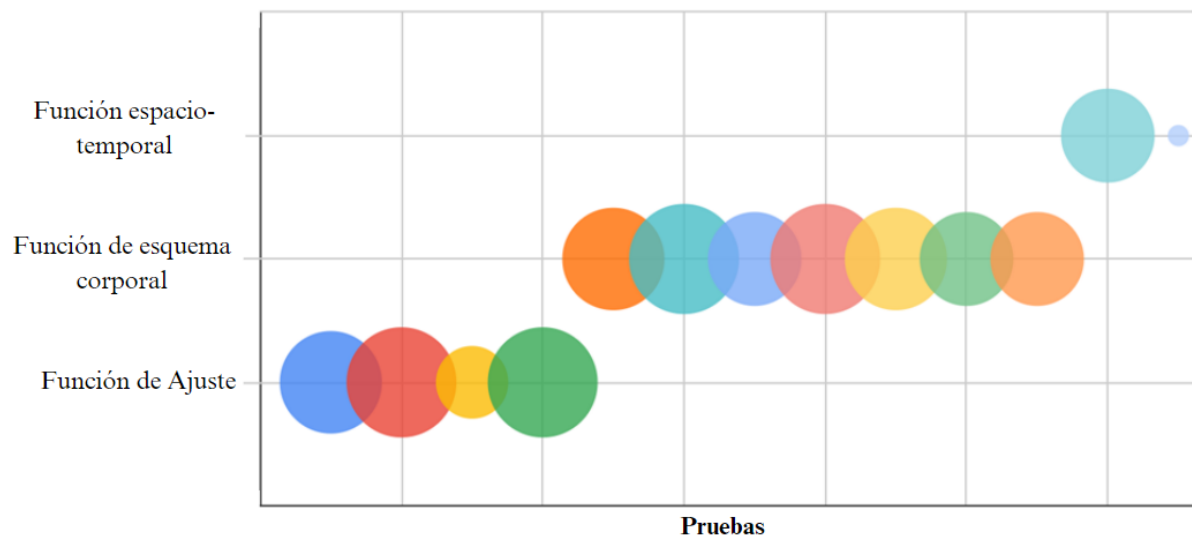
etario de 6 a 8 años encontramos las pruebas de “coordinación dinámica general” y “ajuste al tiempo” de la función de ajuste y las pruebas de “orientación egocéntrica” y “control respiratorio” de la función de esquema corporal (figura 8).

En cuanto a las pruebas mejores puntuadas del grupo etario de 9 a 11 años, encontramos: “coordinación óculo manual” y “ajuste al tiempo” de la función de ajuste y las pruebas de “lateralidad” y “disociación caminata” en su función de esquema corporal (figura 9). Finalmente se destacan las pruebas de “coordinación dinámica general” de la función de ajuste y “percepción espacial relativa a la orientación centrada secundaria” de la función espacio temporal en el grupo etario de 11 a 14 años siendo este el grupo etario con mejores puntuaciones, puesto que en la mayoría de los estudiantes lograron con éxito la mayor cantidad de pruebas (figura 10).

### Figura 7

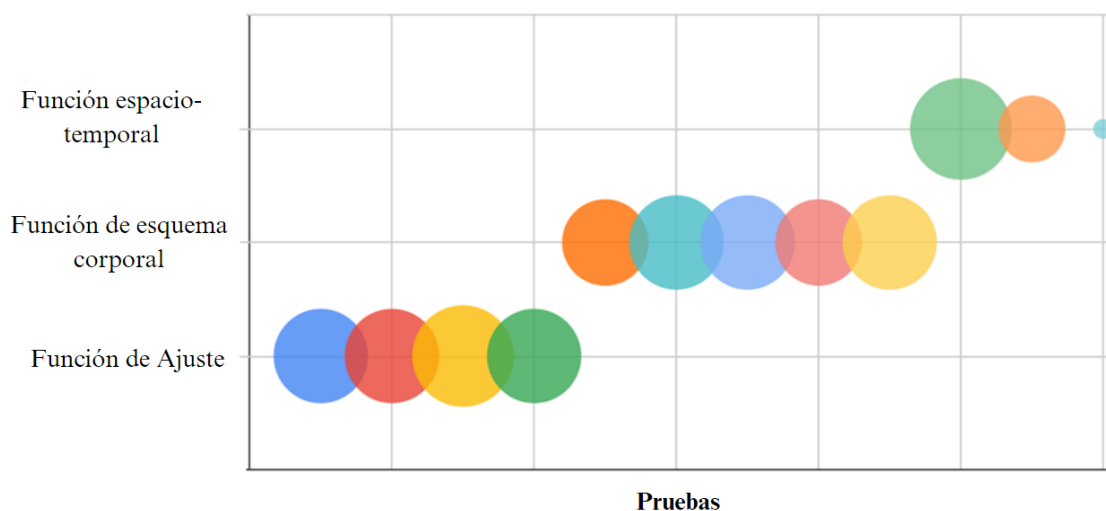
*Pruebas del grupo etario 3 a 6 años*



**Figura 8***Pruebas del grupo etario 6 a 8 años***Figura 9***Pruebas del grupo etario 9 a 11 años*

## Figura 10

*Pruebas del grupo etario 11 a 14 años*



### *Análisis de los resultados sobre el nivel evolutivo logrado*

Ahora bien, hablando del nivel evolutivo logrado que es la puntuación final del desempeño en el test, que acompañado de la observación permite identificar el desarrollo neurofuncional del sujeto, así como también las posibles causas de retraso o déficit. En este sentido, podemos observar que en cuanto al sexo no existe una variación significativa puesto que los datos se distribuyen de manera similar en cuanto a esta variable, tal como se puede observar en las figuras 11 y 12. Esta situación es similar en la variable de tipo de escuela, puesto que al comparar las públicas frente a las privadas no se ven mayores diferencias en cuanto al nivel evolutivo logrado, sin embargo es importante resaltar que es en la unidad educativa privada donde se pueden observar tanto varios estudiantes con un nivel adecuado y a la vez sujetos con un nivel evolutivo denominado retardo psicomotor funcional (con alargamiento cronológico respecto a las etapas evolutivas) como se puede ver en la figura 12.



Por último, en cuanto a la distribución de los datos del nivel evolutivo frente al grupo etario, podemos observar en la figura 11 que a pesar de que nuevamente los datos se distribuyen de manera similar, si podemos resaltar ciertos factores, como por ejemplo que los estudiantes de 3 a 6 años tienen en su mayoría estudiantes con un nivel evolutivo adecuado, mientras que solamente en el grupo etario de 9 a 11 años encontramos y en una cantidad significativa a estudiantes con un nivel evolutivo denominado evolutivamente disarmónico con alteraciones orgánicas-fisiológicas, lo cual hace referencia que más del 80% de las pruebas que componen el test tuvieron una puntuación de cero.

### Figura 11

*Nivel evolutivo logrado frente al sexo y grupo etario*



**Nota:** 1 adecuado, 2 retardo psicomotor con retraso evolutivo funcional de un solo factor, 3 retardo psicomotor funcional (con alargaciones cronológicas de las etapas evolutivas) y 4 evolutivamente disarmónico con alteraciones orgánicas-fisiológicas

## Figura 12

*Nivel evolutivo logrado frente al sexo y tipo de escuela*



**Nota:** 1 adecuado, 2 retardo psicomotor con retraso evolutivo funcional de un solo factor, 3 retardo psicomotor funcional (con alargaciones cronológicas de las etapas evolutivas) y 4 evolutivamente disarmónico con alteraciones orgánicas-fisiológicas

## Discusión

El objetivo de la investigación fue determinar el desarrollo psicomotor neurofuncional en niños y adolescentes de 3 a 14 años en las unidades educativas públicas y privadas de la ciudad de Cuenca-Ecuador en función a las variables: sexo, tipo de escuela y grupo etario, para ello se realizó un análisis de los diferentes componentes del test “Examen del movimiento” de Elena Simonetta: predominio genético, tipología psicomotriz, funciones neurofuncionales y nivel evolutivo logrado. Esta información es importante ya que la psicomotricidad tiene un papel fundamental en el desarrollo integral con sus componentes cognitivos, socioemocionales y motrices (Fagaras et al., 2014; Vila, 2020).

De los resultados en general podemos mencionar a manera de síntesis que existen diferencias en el desarrollo psicomotor según la tipología y predominio genético, así como variaciones en las funciones en relación con el grupo etario. Además, el nivel evolutivo logrado muestra variaciones notables entre grupos etarios, destacando la presencia de estudiantes con niveles evolutivos considerados inarmónicos en el grupo de 9 a 11 años.

Entrando en el análisis específico de los resultados, partimos de la tipología psicomotriz y predominio genético, encontrando que la mayoría de los sujetos tienen una tipología “adecuada”, con un predominio genético diestro. Por otro lado, aquellos denominados “inhibido pasivo”, tienen un predominio genético cruzado y diestros. Por último, es sorprendente que en la tipología “inadecuado desarrollo de las praxias” todos los estudiantes tenían un predominio genético diestro. Esta tipología psicomotriz nos permite obtener información sobre la personalidad y actitudes del evaluado, considerando aspectos como la atención y comunicación verbal y no verbal, (Simonetta, 2021). Por otro lado, podemos ver que los sujetos con un predominio genético cruzado o zurdo, relacionado a su lateralización, no tienen una tipología adecuada, puesto que con una lateralización forzada se pueden presentar dificultades del aprendizaje además de desorientación espacial y temporal, torpeza psicomotriz y falta de ritmo (Adrino, 2019).

Por su parte, al analizar la relación de las variables frente a las funciones neurofuncionales del test se observa que no hay una relación entre la función de ajuste y el grupo etario, en otras palabras, no es determinante la edad en el puntaje, lo cual se relaciona al hecho de la maduración de las estructuras del sistema nervioso que tiene como resultado la adquisición de habilidades, de modo que la coordinación motriz aumenta progresivamente con la maduración (Cenizo et al. 2019; Medina et al., 2015), y al tener una estructura del test

que respeta estos periodos de maduración es comprensible que este sea la relación con la variable. Sin embargo, los rangos de 3 a 6 y 6 a 8 años tienden a tener mejores puntuaciones en esta función de ajuste, lo cual probablemente esté relacionado a funciones pedagógicas, puesto que al permitir una libertad de juego y movimiento se produce a nivel neuronal buscar mejores respuestas y automatizaciones (Simonetta, 2014).

Por otro lado, analizando la variable sexo, no se pudo observar diferencias significativas entre las funciones, de modo que a nivel general tanto hombres como mujeres tuvieron un rendimiento similar en el test, sin embargo, se puede observar una pequeña diferencia en la función de espacio temporal, donde las mujeres tienden a tener puntuaciones ligeramente superiores a los hombres. Sin embargo, en investigaciones relacionadas se ha obtenido como resultado que los hombres tienden a tener mejores puntuaciones en motricidad gruesa y control de objetos (Cenizo et al. 2019), por otro lado, se ha encontrado que las mujeres tienen un mejor desarrollo socioemocional, factor que está estrechamente relacionado con la función de esquema corporal (Fagaras et al., 2014; Mathiesen et al., 2013) así como se ve en los resultados anteriormente mencionados.

En cuanto al tipo de escuela, que está relacionada al nivel socioeconómico de los sujetos, nuevamente no se encontraron mayores diferencias, puesto que la mayoría tenía un desempeño similar, sin embargo en las unidades educativas privadas podíamos encontrar tanto estudiantes con un excelente desarrollo y a la vez varios con problemas significativos, mientras que en las unidades educativas públicas, la mayoría de los estudiantes tienen puntuaciones medias, no obstante varios estudios enfatizan la importancia de examinar el efecto del nivel socioeconómico en el desarrollo psicomotor infantil, ya que los factores tanto

económico como históricos-culturales en el que se desenvuelven los niños, son cruciales para facilitar su desarrollo holístico (Leiva y Valdés, 2016; Herrera et al., 2019).

Aunque no se observan diferencias significativas entre las variables de sexo, tipo de escuela y grupo etario, es evidente que el área de percepciones espacio temporales presenta notables dificultades y obtiene puntuaciones más bajas. Por ende, esta se erige como una de las áreas críticas que demanda una atención especial y un refuerzo en los planes de estudios contemporáneos. La integración de actividades psicomotrices en la metodología del aula se presenta como una estrategia fundamental para abordar esta problemática, normalizando su práctica en el ámbito educativo (Más y Castellá, 2016). Esta perspectiva aboga por considerar el juego como la herramienta principal, la cual, junto con la expresión y el movimiento, estimula un desarrollo integral en dimensiones cognitivas, motoras, sociales y emocionales (Hernandez et al., 2022).

A continuación, en relación basado en las funciones neurofuncionales, se pudo notar que el esquema corporal los grupos de 3 a 6 y 9 a 11 años tienen puntuaciones más bajas que los otros dos rangos, en este sentido es importante generar un plan de intervención, puesto que esta función a manera resumida es el conocimiento del cuerpo, sus partes y funciones, mismo que es importante puesto que su desarrollo adecuado promueve aspectos cognitivos y socioemocionales, así como también ser la base para los procesos perceptivos, es por ello que debemos comprender la importancia de esta función, pues al consolidarlo de manera adecuada se tendrá un punto de referencia en el espacio y en el tiempo, lo cual es vital para automatizar los aprendizajes básicos, para la organización, mientras que un mal desarrollo de esta, se relaciona con la desorientación espacial y temporal, torpeza psicomotriz y falta de ritmo, lo cual nos lleva a la función espacio temporal (Andrío, 2019; Mamani et al., 2019)

Pasando a la función espacio temporal, podemos observar que es la función con mayores dificultades, misma que se agravia más en el grupo de 6 a 8 años, seguido por los estudiantes de 3 a 6 años, donde se destacaron las dificultades especialmente en la prueba de “percepciones temporales” y “reproducción dinámica de una praxis a través de la interiorización de la relativa estructura rítmica”. Esta función es de suma importancia para procesos académicos como la lectoescritura, pues se encarga de interpretar y comprender el entorno y tiene un desarrollo progresivo, consolidándose a través de la maduración y experiencia, teniendo al juego como parte fundamental para su desarrollo (Sánchez y Benítez, 2014) asimismo, es fundamental trabajar el ritmo y las informaciones temporales ya que son recursos para la expresión y la comunicación aspectos fundamentales para el desarrollo del habla y escritura (Álvarez y Pazos, 2020).

Continuando con los resultados de las funciones, tenemos que a pesar de ser la función con mejores puntuaciones, se han detectado dificultades en los grupos de 6 a 8 y de 9 a 11 años, puntualmente en las pruebas de “coordinación óculo manual” y “ajuste con representación mental de postura estática” así como la prueba de “ajuste postural” respectivamente lo cual es inquietante, puesto que esta función está estrechamente relacionada con el desarrollo neurofuncional, pues permite establecer las sinapsis para mejorar las respuestas motrices (Simonetta, 2021) de modo que es fundamental ejercer un plan de intervención y solucionar las dificultades encontradas para mejorar el resto de las funciones y por ende el desempeño cognitivo, socioemocional y académico de los estudiantes.

Por otra parte, considerando las pruebas mejores puntuadas estas varían según el grupo etario, sin embargo se pudo observar que son la función de ajuste y función esquema corporal las que muestran mejores resultados frente a la función de espacio temporal, lo cual puede estar relacionado a los procesos de desarrollo de las funciones, puesto que cada una de ellas es base para que se desarrolle la siguiente, es decir el ajuste es la base para el esquema corporal y este último para la función del espacio temporal, además Las nociones espaciales y temporales se adquieren de manera secuencial. En una primera etapa, se logra comprender el espacio y el tiempo en relación con uno mismo. Posteriormente, se amplía esta comprensión hacia objetos con referencia al propio cuerpo. Finalmente, se alcanza un nivel más avanzado al entender el espacio y el tiempo en relación con objetos que se encuentran vinculados entre sí., teniendo un impacto significativo en la comunicación y socialización con el entorno (Sánchez y Benítez, 2014; Simonetta, 2014)

Ahora bien, hablando del nivel evolutivo alcanzado que, combinado con las observaciones del sujeto durante la prueba, posibilita obtener una evaluación más exhaustiva de los individuos evaluados. Esta perspectiva integral proporciona un cuadro evolutivo inicial lo suficientemente claro como para formular propuestas concretas en términos de proyectos educativos o rehabilitatorios. La información recopilada, respaldada por las contribuciones de Simonetta (2021), sirve como base sólida para diseñar un programa de trabajo adaptado a las necesidades específicas identificadas durante la evaluación. Primero observamos que en relación al sexo no existe una variación significativa.

Esta situación es similar en la variable de tipo de escuela, puesto que al comparar las públicas frente a las privadas no se ven mayores diferencias, sin embargo, es importante

resaltar que es en la unidad educativa privada donde se pueden observar tanto varios estudiantes con un nivel adecuado y a la vez sujetos con retardo psicomotor funcional.

Para finalizar, en cuanto a la distribución de los datos del nivel evolutivo frente al grupo etario, no se observan diferencias notorias, sin embargo, podemos resaltar factores como que los estudiantes de 3 a 6 años tienen en su mayoría un nivel evolutivo adecuado, mientras que solamente en el grupo etario de 9 a 11 años encontramos y en una cantidad significativa a estudiantes con un nivel evolutivo denominado evolutivamente disarmónico con alteraciones orgánicas-fisiológicas, lo cual hace referencia que más del 80% de las pruebas que componen el test tuvieron una puntuación de cero, lo cual puede estar relacionado al hecho del predominio genético con la mayoría de los hombres zurdos o cruzado, lo cual puede deberse a un inadecuado desarrollo de lateralización o un caso de zurdo frustrado, puesto que en estos casos se presentan dificultades del aprendizaje además de desorientación espacial y temporal, torpeza psicomotriz y falta de ritmo (Adrino, 2019).

### **Conclusiones y recomendaciones**

Considerando el alto impacto e incidencia de la psicomotricidad en los diferentes aspectos del desarrollo neurológico, cognitivo, afectivo y social, mismos que intervienen de manera directa en habilidades relacionadas a la preescritura, lenguaje oral, escrito, expresivo y comprensivo, coordinación manual, desarrollo verbal y no verbal, lectoescritura y funciones ejecutivas (Aguilar et al., 2015; García, 2017; Mas y Castellá, 2016; Tobolcea y Dumitriu, 2010), así como también fungir de función protectora para los trastornos específicos del aprendizaje (Echeverría y Larioas, 2019), podemos afirmar que esta es un área fundamental en el desarrollo óptimo de los niños, niñas y adolescentes que debe ser trabajado dentro de la escolaridad. En este sentido, retomando los resultados más relevantes obtenidos en esta



investigación, podemos observar que la mayoría de los evaluados presentaron dificultades en la función espacio temporal, especialmente relacionado al ritmo.

Por otro lado, fue interesante el hecho de que no existieron diferencias perceptibles en cuanto a las variables demográficas, lo que quiere decir que indiferentemente al sexo, edad y el tipo de escuela, los estudiantes de la ciudad de Cuenca presentaron un nivel psicomotor neurofuncional similar, lo cual nos permite suponer que existe una equidad de oportunidades en cuanto a la estimulación y promoción de esta área dentro de las diferentes unidades educativas.

Por último, conociendo todas las áreas en las que la psicomotricidad incide y sus beneficios tanto al estimular como evaluar imprescindible recomendar a las instituciones educativas, padres de familia, maestros y principalmente al Ministerio de Educación, incluir la práctica de la Psicomotricidad dentro del currículum académico como un eje transversal, implementando las actividades dentro de la metodología del aula y por lo tanto, capacitar al personal docente para facilitar los procesos y garantizar una educación de calidad para todos los estudiantes, promoviendo una educación de calidad que los prepare para los retos de la vida diaria y las exigencias del futuro.

## Referencias

- Aguilar, A., Salguero, F., y López, B. (2015). Aportaciones para la educación psicomotriz, aprendizajes lectoescritores y la asimilación del esquema corporal en niños/as de 5 años. *ReiDoCreo*, 4, 219-227. [https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/37248/AguilarAnisa\\_EducacionPsicomotriz.pdf?sequence=6&isAllowed=y](https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/37248/AguilarAnisa_EducacionPsicomotriz.pdf?sequence=6&isAllowed=y)
- Álvarez, Y. y Pazos, J. (2020). *Importancia percibida de la motricidad en Educación Infantil en los centros educativos de Vigo*. *Educação e Pesquisa*, 46. <https://www.scielo.br/j/ep/a/B6szgJmpzFrXXpdgvxsZ8ht/?lang=es>
- Andrío, I. [Santillana] (2019). *La lateralidad cruzada y su implicación en la educación*. [Video]. <https://www.youtube.com/watch?v=rIFOwmWNLxM>
- Arias, V. R., y Benavides, E. R. (2021). Evaluación de la psicomotricidad en niños menores de 3 años durante la teleeducación en tiempos de confinamiento. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5 (6), pp. 12493-12505. <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1266/1720>
- Aristizabal, J., Ramos, A., y Chirino, V. (2018). Aprendizaje activo para el desarrollo de la psicomotricidad y el trabajo en equipo. 22, 1-26. doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-1.16>
- Bernate, J. A., Fonseca, I. P., y Castillo, E. R. (2019). Impacto social del deporte y la actividad física en el ámbito escolar. *ATHLOS International Journal of Social Sciences of Physical Activity, Game and Sport*, 16 (8), pp. 78-97. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6837390>
- Barnet-Lopez, S., Pacheco, M., Panhofer, H., Zelaskowski, P., Pérez-Testor, S., & Guerra-Balie, M. (2016). LA ALIANZA TERAPÉUTICA EN LA DANZA MOVIMIENTO TERAPIA CON PACIENTES CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL. *Revista de Psicoterapia*, 27, 233 - 251. <http://hdl.handle.net/20.500.11904/979>
- Bolaños, J., Pérez, M., y Casallas, E. (2018). Alfabetización Corporal. Una propuesta de aula desde la psicomotricidad. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 44(3), 23 - 34. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052018000300023>

- Casado, Y. L.-F. (2015). Inteligencias múltiples, creatividad y lateralidad, nuevos retos en metodologías docentes enfocadas a la innovación educativa. *REIDOCREA*, 4(34), 343-358. DOI: 10.30827/Digibug.38548
- Chamba-Carpio, I. E.; Torres-Palchisaca, Z. G.; Ávila-Mediavilla, C. M., y Heredia-León, D. A. (2020). Los tipos de familias y su relación con el desarrollo psicomotriz en niños del nivel 44 inicial. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 5(11), pp. 177-194. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659471>
- Cenizo, J. M., Ravelo, J., Ferreras, S., y Gálvez, J. (2019). Diferencias de género en el desarrollo de la coordinación motriz en niños de 6 a 11 años. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, XV, 55-71. doi: 10.5232/ricyde
- Díaz, R., y Quintana, A. (2016). Percepción de los profesores sobre la importancia de la psicomotricidad en la educación infantil. *Acción motriz*, 17, 7-20. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6324706>
- Echeverría, L., y Larioas, B. (2019). Asociación entre el desarrollo motor y el aprendizaje en los niños de 2 a 5 años, de centros de desarrollo infantil de Bucaramanga. 2018- 2019. *UDES*.  
<https://repositorio.udes.edu.co/bitstream/001/3805/1/Asociaci%20entre%20el%20desarrollo%20motor%20y%20el%20aprendizaje%20en%20los%20ni%20s%20de%20a%20a%20a%20a%20s%20de%20centros%20de%20desarrollo%20infantil%20de%20Bucaramanga.%202018-20>
- Esteve, A. y López, V. (2014). La expresión corporal y la danza en educación infantil. *La Peonza: Revista de Educación Física para la paz*, 3 - 26. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4746759>
- Esteve, M. J., De Simone, M. F., Silver, R., Woloski, E. G., Zucchi, A., & Duhalde, C. (2012). Temas de juego en preescolares. Diferencias entre niñas y niños, oyentes y no oyentes. IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina. <https://www.academica.org/000-072/334>

- Fagaras, P., Rus, C., y Vanvu, G. (2014). The Importance of Psychomotricity in Developing of Perceptual – Motor Structures. *Procedia*, 317-320. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.08.249>
- Franco, J., y González, M. (2015). Bernard Aucouturier. La Práctica Psicomotriz a nivel educativo, preventivo y terapéutico. *Revista Latinoamericana de Educación Infantil*, 4(2), 205-211. <https://revistas.usc.gal/index.php/reladei/article/view/4890>
- García, D. (2017). Efecto de un programa de actividad motriz con funciones ejecutivas sobre cognición, motricidad, lenguaje y su relación con los aprendizajes escolares en la etapa infantil. *Universidad de Leòn*, 200. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=136262>
- Gómez, D., Lacobacci, A., y Familume, M. (2020). Efectividad de la terapia psicomotriz en el tratamiento de TEA. *Revista Iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*. 45, 180-189. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8050406>
- González, D. (2017). Relación entre la lateralidad y el desarrollo del proceso lecto-escritor. El carmen de Bolívar - Colombia: Universidad Internacional de la Rioja. <https://reunir.unir.net/handle/123456789/4586>
- Guedes, L., y Diogenes, J. (2022). A importância da psicomotricidade na educação infantil. *Studies*, 20-31. doi:10.55034
- Hernández, L., Marcela, B., y Martínez, M. (2022). Presence of psychomotricity and psychomotor therapists in Chilean educational legislation on childhood. A documentary analysis. *Perspectiva educacional*, 61, 127-151. doi:10.4151/07189729-vol.61-iss.1-art.1207
- Herrán, E. (2003). El movimiento en psicomotricidad. *Indivisa*, 57-77. <http://hdl.handle.net/11162/67359>
- Herrera, D., Munar, Y., Molina, N. y Robayo, A. (2019). Desarrollo infantil y condición socioeconómica. Artículo de revisión. *Revista de la Facultad de Medicina*, 67, 145-152. doi:<https://doi.org/10.15446/revfacmed.v67n1.66645>

- Hidalgo, D. (2020). Intervención de las neurofunciones en el desarrollo psicomotor de los niños. *REVISTA CIENTÍFICA DOMINIO DE LAS CIENCIAS*, 6, 74 - 86. doi:<http://dx.doi.org/10.23857/dc.v6i4.1542>
- Klass, P. (2018). Juguetes para romper los estereotipos de género. The New York Times. <https://www.nytimes.com/es/2018/02/17/espanol/juguetes-ninos-estereotipo-genero.html>
- Lalama, A., & Calle, M. (2019). Psychomotricity: building learnings through the movement. *Sathiri*, 14. doi: <http://dx.doi.org/10.32645/13906925.899>
- Leiva, M., & Valdés, M. (2016). <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.492>. Archivos de Pediatría del Uruguay, 87, 22-27. Retrieved from [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1688-12492016000100004&lng=es&tlng=.](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-12492016000100004&lng=es&tlng=)
- Lejarraga, H., Kelmansky, D., Passucci, M., Masautis, A., Insua, I., Lejarraga, C., y Nunes, F. (2016). Evaluación del desarrollo psicomotor del niño en grupos de población como indicador positivo de salud. *Archivos argentinos de pediatría*, 114, 23 -29. doi:<http://dx.doi.org/10.5546/aap.2016.23>
- León, A. M., Mora, A. L., y Tovar, L. G. (2021). Fomento del desarrollo integral a través de la psicomotricidad. Dilemas contemporáneos: educación, política y valores, 9 (1). <https://www.scielo.org.mx/pdf/dilemas/v9n1/2007-7890-dilemas-9-01-00033.pdf>
- Le Boulch, J. (1986). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Barcelona: Paidós.
- Mamani, D., Casa, M., Cusi, L., y Laque, G. (2019). Nivel de conocimiento del esquema corporal en niñas y niños de Educación Inicial. *Revista Innova Educación*, 1, 567-575. doi:DOI: <https://doi.org/10.35622/j.rie.2019.04.010>
- Mas, M., & Castellá, J. (2016). Can Psychomotricity improve cognitive abilities in infants? *Innovacions educative*, 34, 65-70. <https://raco.cat/index.php/Aloma/article/view/308970>
- Mas, M., Jiménez, L., & Riera, C. (2017). Systematization of the Psychomotor Activity and Cognitive Development. *Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid*, 38- 41.

- Mathiesen, M., Castro, G., Merino, J., Mora, O., y Navarro, G. (2013). Diferencias en el desarrollo cognitivo y socioemocional según sexo. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 39, 199-211. doi:<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052013000200013>
- Medina, M., Kahn, I., Muñoz, P., Leyva, J., Moreno Calixto, J., y Vega, S. (2015). Neurodesarrollo infantil: características normales y signos de alarma en el niño menor de cinco años. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 32, 565 - 573. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-46342015000300022&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342015000300022&lng=es&tlng=es).
- Mendieta, L., Calderón, J., Valverde, M., y Vargas J. (2019). Incidencia del juego de la rayuela en el desarrollo de la psicomotricidad. *Revista Ciencia y Desarrollo*, 22 (1), pp. 47-67. <http://revistas.uap.edu.pe/ojs/index.php/CYD/article/viewFile/1738/1682>
- Mesa, T. y Moore, R. (2017). Evaluación del desarrollo psicomotor: conceptos y dificultades. *ARS MEDICA revista de ciencias médicas*, 20, 214 - 217. doi:10.11565/arsmed.v20i3.592
- Ministerio de Educación. (2017). Currículo educación general básica. <https://educacion.gob.ec/curriculo-educacion-general-basica/>
- Ostrosky, F. (2015). DESARROLLO DEL CEREBRO CORREGIDO. *ACADEMIA Accelerating the world's research.*, 1 - 10. <https://n9.cl/zabve>
- Panchi, E., Lara, L., Panchi, J., Panchi, R. y Villavicencio, V. (2019). Influencia de la música en el desarrollo motriz y emocional en niños de 8-10 años. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 38, 104 - 2021. doi: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03002019000200104&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002019000200104&lng=es&tlng=es).
- Payne, G., & Isaacs, L. (2016). *HUMAN MOTOR DEVELOPMENT a lifespan approach*. NY, New York, USA: Holcomb Hathaway, Publishers, Inc. doi:<https://doi.org/10.4324/9781315213040>
- Picq, L., y Vayer, P. (1977). *Educación psicomotriz y retraso mental*. Barcelona: Científico Médica.

- Ruiz, A. K. y Ruiz, I. P. (2017). Madurez psicomotriz. Compas grupo de capacitación e integración pedagógica.  
<http://142.93.18.15:8080/jspui/bitstream/123456789/89/1/libro%20Isaac%20-%20Alicia.pdf>
- Sáez, M., Gil, P., y Martínez, M. (2021). Desarrollo psicomotor y su vinculación con la motivación hacia el aprendizaje y el rendimiento académico en Educación Infantil. *Revista de educación*(392), 177-203. <https://hdl.handle.net/11162/205984>
- Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. (6 ed.) McGraw Hill Education.
- Sampieri, R., Méndez, S., Mendoza, C., y Cuevas, A. (2017). *Fundamentos de Investigación*. Ciudad de México: McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.v.  
<https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf>
- Sánchez, F. (2010). La psicomotricidad en Educación infantil. *Publicaciones Didácticas*, 5, 89-93. <https://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/articulo/005065>
- Sánchez, J., & Benítez, J. (2014). NOCIONES ESPACIO-TEMPORALES Y BIMODAL: ANÁLISIS DE UNA IMPLEMENTACIÓN. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3, 165-177.  
doi:<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.492>
- Serrano, R., Olivares, M., y González, M. (2018). Descubrir el mundo con el cuerpo en la infancia. La importancia de los materiales en la psicomotricidad infantil. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 34(1579-1726), 329-336.  
doi:<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6736355>
- Séverine, A. (2020). El niño con alto potencial intelectual (API). *Revista Iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*, 45, 6-23. , ISSN-e 1577-0788.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8050395>
- Tobolcea, I., & Dumitriu, C. (2010). THE IMPORTANCE OF PSYCHOMOTRICITY IN THE APPARITION AND DEVELOPMENT OF LANGUAGE IN CHILDREN . *Science, Movement and Health*, 10(2), 1-7. <https://www.analefeffs.ro/anale-feffs/2010/issue-2/pe-autori/47.pdf>

- Vega, G., Ávila, J., Vega, A., Camacho, N., Becerril, A., y Leo, G. (2014). PARADIGMAS EN LA INVESTIGACIÓN. ENFOQUE CUANTITATIVO Y CUALITATIVO. *European Scientific Journal*, 15, 523 - 528. <https://core.ac.uk/reader/236413540>
- Vericat, A. y Orden, A. (2012). El desarrollo psicomotor y sus alteraciones:. *Instituto de Desarrollo e Investigaciones Pediátricas* , 2977 - 2984. [https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource\\_ssm\\_path=/media/assets/csc/v18n10/v18n10a22.pdf](https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csc/v18n10/v18n10a22.pdf)
- Vila, M. (2020). El treball emocional des de la psicomotricitat en infants de 3 a 6 anys. *Universitat de Girona*, 2-55. [https://dugi-doc.udg.edu/bitstream/handle/10256/18927/Vil%c3%a0SalaM\\_MEI.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dugi-doc.udg.edu/bitstream/handle/10256/18927/Vil%c3%a0SalaM_MEI.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Villar, N. (2022). Princesa y yo”. La práctica psicomotriz como ayuda en la intervención del trastorno específico del lenguaje mixto (TEL). *Revista Iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*, 45, 48-65. ISSN-e 1577-0788. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8050397>



## Anexos

### Anexos 1. Plan de Intervención (Páez y Vasconez, 2023).

#### SECCIÓN I: Cómo armar una sesión psicomotriz.

Estas sesiones tienen como finalidad un tratamiento psicomotriz, donde se tiene como objetivo que los niños se involucren y diviertan con las actividades, tomando un tono vivaz y auténtico, que sea diferentes a una clase, que le permita relajarse, aprender y divertirse. Asimismo, es importante conocer que una sesión psicomotriz presenta algunos aspectos como: la música, el calentamiento, la sesión propiamente dicha, el relajamiento, la verbalización y cierre. Asimismo, resulta fundamental aclarar que al tratarse de un proyecto conjunto con un grupo de investigadores de la Universidad del Azuay y estudiantes de las carreras de Educación Inicial y Psicología Educativa, la elaboración de las sesiones por edades fue distribuida a cada tesista.

1. **Elección de la música:** Es de suma importancia que en la planificación de la sesión psicomotriz concibamos a priori la música que acompañará cada una de las actividades, esta debe ser acústica (sin letra) y en lo posible diferente en cada sesión, además, debe estar alineada a los objetivos, niveles, etapas y momentos de la sesión, para así potencializar el trabajo y mantener a los niños atentos y divertidos. En esta guía se han incluido diferentes tipos y estilos de música que cumplen no solo con los objetivos terapéuticos de las sesiones, sino que también buscan promover el sentido de pertenencia y cultura nacional. En las primeras sesiones y niveles especialmente en las sesiones relativas al diálogo tónico, la música debe ser relajante y tranquila (que ayudan a adquirir la confianza y tranquilidad) posteriormente especialmente en el momento del juego corporal la música será dinámica, alegre y que incentive al movimiento (Huiracocha, s/f; Moncada, 2016; Panchi et al., 2019). En esta propuesta de intervención se ha tomado como parte del repertorio música tradicional con

componentes andinos y del folklora ecuatoriano, con la finalidad de exaltar y transmitir asimismo nuestras raíces y tradiciones. A continuación, podrás escoger de la Sección III “Recursos” inciso v las pistas para calentamiento, relajación, sesión y verbalización.

2. **Calentamiento:** Dura entre 5 a 7 minutos, esta actividad es fundamental para que la mente y cuerpo del niño estén alineados y listos para realizar los ejercicios de la sesión. Estos ejercicios deben permitir la movilización de todas las partes del cuerpo, con la finalidad de evitar lesiones y tenerlos listos para las actividades de la sesión (Álvarez y Martínez, 2019; Huiracocha, s/f). A continuación, podrás escoger de la Sección II “Compendio de Actividades” inciso i dependiendo de la edad cronológica.
3. **Sesión propiamente dicha:** Dura entre 10 a 15 minutos, en este momento se cumple con el objetivo por medio de actividades que le permiten al niño aprender a conocer su cuerpo, a interiorizarlo y segmentarlo, consiguiendo construir una imagen mental de sí mismo y de cada parte, logrando dominarlo y finalmente representarlo (Huiracocha, s/f). A continuación, puedes escoger de la Sección II “Compendio de Actividades” inciso iv (Simonetta) para niños de 6 a 8 años.

**Para recordar:** Es importante que quien intervenga no puede continuar a la siguiente etapa si no ha conseguido los objetivos de las etapas anteriores ya que estas son el cimiento para las siguientes.

0. **Relajación:** Dura alrededor de 5 minutos, la relajación es de suma importancia para que la mente y el cuerpo del niño haga un cierre de la sesión tanto del aspecto físico como de aspectos relativos al factor emocional y cognitivo, de modo que cree una conciencia y conocimiento de sí, lo cual le permitirá en un futuro dominarlo y controlarlo, lo cual está relacionado con el esquema corporal, ya que es por medio de esta que el niño logrará crear una imagen de su cuerpo y al mismo tiempo regular la función tónica. **NUNCA** debe hacerse con los ojos cerrados (Bellver-Pérez y Menescardi, 2022; Huiracocha, s/f). En esta propuesta se

han incluido diferentes tipos de relajación como de Jacobson, Schultz, Koeppen, Benson, entre otras. Puedes escoger de la Sección II “Compendio de Actividades” inciso ii.

**0. Verbalización y cierre:** Dura entre 3 a 5 minutos y es una parte importantes de la sesión, ya que el niño expresa lo que experimentó y hace una evaluación de sí mismo y de las actividades, para ello pedimos a los niños que se mantengan sentados y expresen verbalmente cómo se sintieron en la sesión, si les gustó o disgustó, si fue fácil o difícil entre otras preguntas. Si no logramos que los niños expongan sus experiencias se sugiere utilizar apoyos visuales (bits, pictogramas, cuentos, etc). Esta etapa les permitirá desarrollar confianza en sí mismos, con los demás y desarrollar el sentido de autosuficiencia (De-Damas-González y Gomariz-Vicente, 2020; Huiracocha, s/f). Puedes escoger y guiarte de la Sección II “Compendio de Actividades” inciso iii, ejemplo 1 y 2.

### **Ejemplo de una Sesión Psicomotriz.**

#### **1. Elección de música:**

**Para el calentamiento:** pista 5 Can-Can

**Para la sesión:** pista 8 Jaguar

**Para la relajación y verbalización:** pista 3 Autumn

#### **0. Calentamiento:**

**El Desfile Monstruoso**

---


Para esta actividad el docente deberá narrar y asegurarse de que los niños/as sigan las consignas descritas a continuación:

Hace mucho tiempo, en una oscura y tenebrosa noche los monstruos se reunieron para su desfile anual, empezando por el hombre lobo que cuando empezó a desfilarse, por accidente vio a la luna y empezó a aullar, moviendo su cabeza de abajo hacia arriba 10 veces mientras dice "Auu", luego paso la momia que al momento de desfilarse se le desamarraron los zapatos y bajaba a amarrarse los zapatos con las piernas rectas 10 veces, luego paso el vampiro a desfilarse cuando una ráfaga de viento hizo que le dé mucho frío, el vampiro alzaba sus hombros 10 veces mientras tiritaba, al finalizar salió el fantasma, quien antes de salir, estiró sus piernas tomando sus rodillas y llevándolas al pecho y empezó a desfilarse 5 veces por cada pierna. Fue entonces cuando el resto de monstruos se dieron cuenta que no era un fantasma real, sino una persona disfrazada y fue por eso que canceló para siempre el desfile monstruoso.

---

## 0. Sesión propiamente dicha:

### Ejercicio de Coordinación Dinámica General

EJERCICIO DE COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL	
	REPRESENTACIÓN GRÁFICA

## 0. Relajación:

### Respiración Rítmica

---

## Técnica de Relajación “Respiración rítmica 4, 8, 4”

---

<b>Principios</b>	La respiración es la base de todo tipo de práctica de relajación ya que, al mantener nuestra atención en un lugar determinado, permite encontrar un equilibrio entre la mente y el cuerpo, llegando a un estado de armonía general.
<b>Preparación</b>	Buscar una postura cómoda, preferiblemente sentada en flor de loto (con la espalda recta y piernas cruzadas), preparar música de fondo con un volumen adecuado para que se escuche la guía del terapeuta o docente.

---

### Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.

---

<b>Consigna</b>	<p>Vamos a sentarnos en la posición de flor de loto (como chinitos) y a continuación realizaremos los ejercicios de respiración, inhalando, reteniendo y exhalando conforme al tiempo que les iré diciendo.</p> <p>Vamos a inhalar inflando nuestro abdomen en cuatro tiempos, 1, 2, 3 y 4, ahora vamos a sostener el aire durante 8 segundos 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8, lentamente soltamos todo el aire hasta contar 4 segundos, 1, 2, 3 y 4.</p> <p>Muy bien, ahora realizaremos el mismo ejercicio de respiración durante 10 veces.</p>
-----------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

---

## 0. Verbalización:

### Ejemplo 2

---

## Ejemplo verbalización 2

---

<b>Preparación</b>	Vamos a centrarnos en un círculo o semicírculo dependiendo de la cantidad de niños de la sesión, preparamos la música con un volumen adecuado para escuchar las experiencias de los niños.
<b>Consigna</b>	<p>Perfectos chicos, hemos terminado las actividades del día de hoy, me gustaría saber cómo se sintieron durante las actividades, esta vez vamos a utilizar estas paletas con emoticones para describir las actividades. comenzamos por la derecha (se entrega las paletas con emoticones y se le hace las preguntas)</p> <p>¿Cómo estuvo la sesión del día de hoy?</p> <p>¿Qué te pareció la actividad de calentamiento?</p> <p>¿Cómo te sentiste durante las actividades que hicimos?</p> <p>¿Te pareció fácil?</p>
<b>Material</b>	Paletas de emoticones de la sección vii.

---

## OJO

**Recuerda que, en una sesión psicomotriz, la música nunca debe faltar, el calentamiento es de todo el cuerpo, la sesión propiamente dicha es lo más importante y cumple con los objetivos terapéuticos y que el relajamiento debe ser con ojos abiertos.**

### SECCIÓN II: Compendio de actividades.

#### .Actividades de Calentamiento.

##### Actividades de calentamiento para niños de 3 a 6 años

Para esta actividad el docente deberá narrar y asegurarse de que los niños/as sigan las consignas descritas a continuación:

“¡La nave se está cayendo!”

¡Oh no! Nuestra nave ha sido dañada por un asteroide y necesitamos aterrizar, pero antes debemos asegurarnos de que nuestro traje no está dañado, primero nuestro casco, debemos mover lentamente nuestra cabeza de un lado al otro 10 veces, muy bien, ahora verifiquemos nuestras hombreras, hay que mover nuestros hombros lentamente hacia adelante y hacia atrás 10 veces, perfecto, ahora las mangas de nuestro traje, hay que mover nuestros brazos haciendo círculos hacia adelante y hacia atrás unas 10 veces, muy bien mis pequeños astronautas, solo un poco más, ahora revisemos nuestro chaleco, estiremos nuestro torso hacia la izquierda y la derecha unas 10 veces, excelente, ahora nuestras rodilleras, tenemos que pararnos rectos y alzar nuestra rodilla izquierda hasta la cadera y sostenerla con nuestras manos unos 5 segundos y hacemos lo mismo con la rodilla derecha, ya estamos casi listos, por último, debemos colocar la punta de nuestro pie izquierdo en el suelo y girar unas 10 veces y repetimos con el pie derecho, lo logramos, estamos sanos y salvos.

Para esta actividad el docente deberá narrar y asegurarse de que los niños/as sigan las consignas descritas a continuación:

“La receta de la abuela”

El día de hoy vamos a hacer la famosa receta del pastel de la abuela, pero nuestro hermano quiere hacer el pastel a su manera y tenemos que guiarlo, en la receta dice que primero necesitamos harina pero nuestro hermano nos ha traído polvo de hornear, así que giramos nuestra cabeza de izquierda a derecha unas 10 veces mientras decimos “No hermano, harina”, el siguiente paso es batir unos huevos, así que vamos a mover en círculos nuestras muñecas unas 10 veces para enseñarle a nuestro hermano como se hace, muy bien vamos a mitad de camino, ahora vamos a mezclar los huevos y la

harina pero nuestro hermano no sabe cómo hacerlo, así que ponemos nuestras manos en nuestras caderas y vamos a moverlas en círculos unas 10 veces para que él sepa cómo se hace, ahora solo nos queda poner el pastel en el horno, juntos hacemos una sentadilla y ponemos el pastel en el horno, ahora nos quedamos en esa posición para ver que no se queme nuestro pastel, muy bien hemos logrado hacer el pastel de la abuela.

Para esta actividad el docente deberá narrar y asegurarse de que los niños/as sigan las consignas descritas a continuación:

Nuestra  
banda de  
rock

Hoy vamos a actuar como una banda de rock, primero imitaremos al bajista, moviendo nuestra cabeza hacia adelante y hacia atrás unas 10 veces, ahora vamos a imitar al guitarrista, estirando nuestro brazo izquierdo y con nuestro brazo derecho hacemos un círculo como si tuviéramos una guitarra unas 10 veces y hacemos lo mismo pero al revés, ahora vamos a imitar al pianista, estirando nuestros brazos, movemos nuestros dedos y giramos nuestro tronco de izquierda a derecha unas 10 veces, y por último vamos a imitar al vocalista, tenemos que saltar con los brazos estirados hacia arriba unas 10 veces mientras decimos ¡Si!, lo hemos logrado, el público se ha vuelto loco.

Para esta actividad el docente deberá narrar y asegurarse de que los niños/as sigan las consignas descritas a continuación:

Yo quiero ser  
un...

El día de hoy vamos a preguntarles a nuestros amigos que es lo que quieren ser cuando sean grandes, uno de ellos nos dice que quiere ser un vigilante y nos muestra que es lo que hace, pone sus manos en sus ojos como si fueran binoculares y sin mover el torso giramos la cabeza de izquierda a derecha unas 10 veces, le preguntamos a otro amigo, nos dice que quiere ser un nadador olímpico y nos muestra que es lo que hace, estira sus brazos y hace círculos unas 10 veces con cada brazo, le preguntamos a otro amigo, nos dice que quiere ser un bailarín y nos muestra que hace, pone sus manos en sus caderas y gira su torso de izquierda a derecha unas 10 veces, le preguntamos a nuestro último amigo, nos dice que quiere ser un soldado y nos muestra que es lo que hace, alza sus rodillas como si estuviera marchando unas 10 veces. ¡Wow! Hoy aprendimos muchas profesiones.

### Actividades de calentamiento para niños de 6 a 8 años

Para esta actividad el docente deberá narrar y asegurarse de que los niños/as sigan las consignas descritas a continuación:

El Flautista

En un pueblo muy lejano, había un flautista mágico, que al tocar su flauta ponía a bailar al pueblo. Al tapar el primer hueco, todos a su alrededor comenzaban a mover sus cabezas en círculos (10 círculos lentos), luego al tapar el segundo hueco, las personas movían los hombros para arriba y para abajo (10 veces), al tapar el tercer hueco todos empezaban a mover sus caderas primero para la izquierda y luego a la derecha sin parar (10 veces).

---

Cuando tapaba el cuarto hueco los brazos de las personas se volvían espagueti y se movían con el viento, Pero al tapar el quinto hueco sus piernas se ponían firmes como piedra e intentaban tocar el piso con sus manos (hasta contar 10s) y al final, el flautista tapaba todos los huecos y liberaba a las personas del hechizo.

---

Para esta actividad el docente deberá narrar y asegurarse de que los niños/as sigan las consignas descritas a continuación:

### El Desfile Monstruoso

Hace mucho tiempo, en una oscura y tenebrosa noche los monstruos se reunieron para su desfile anual, empezando por el hombre lobo que cuando empezó a desfilar, por accidente vio a la luna y empezó a aullar, moviendo su cabeza de abajo hacia arriba 10 veces mientras dice “Auu”, luego paso la momia que al momento de desfilar se le desamarraron los zapatos y bajaba a amarrarse los zapatos con las piernas rectas 10 veces, luego paso el vampiro a desfilar cuando una ráfaga de viento hizo que le dé mucho frío, el vampiro alzaba sus hombros 10 veces mientras tiritaba, al finalizar salió el fantasma, quien antes de salir, estiró sus piernas tomando sus rodillas y llevándolas al pecho y empezó a desfilar 5 veces por cada pierna. Fue entonces cuando el resto de monstruos se dieron cuenta que no era un fantasma real, sino una persona disfrazada y fue por eso que canceló para siempre el desfile monstruoso.

---

### El Tamborilero

Para esta actividad el docente deberá narrar y asegurarse de que los niños/as sigan las consignas descritas a continuación:

En una banda había un tamborilero que siempre se equivocaba a la hora de ensayar, así que los miembros de la banda peleaban para ver a quien le hacía caso, uno le decía mírame a mí y el otro decía no mírame a mí y el tamborilero giraba la cabeza de izquierda a derecha 10 veces, luego cansados, decidieron que el tamborilero hiciera penitencias, cuando se equivocó por segunda vez, hicieron que mueva sus hombros de arriba hacia abajo 10 veces, cuando se equivocó por tercera vez hicieron que marche al ritmo del tambor, cuando se equivocó por quinta vez hicieron que haga círculos con sus tobillos, pero por tanta penitencia, el tamborilero por fin aprendió a tocar el tambor.

---

### El Tunga Bunga

Para esta actividad el docente deberá narrar y asegurarse de que los niños/as sigan las consignas descritas a continuación:

Había una tribu en el Amazonas que hacía un ritual para evitar que el Tunga Bunga se lleve su comida, cuando de la nada a la mitad del ritual el Tunga Bunga apareció, el jefe del pueblo gritó “Rápido deben mover sus hombros de adelante hacia atrás 10 veces” a lo que el Tunga Bunga respondió dando un paso atrás, el jefe volvió a gritar “Ahora pongan sus manos en sus hombros y con sus codos hagan círculos de adelante hacia atrás 10 veces” a lo que el Tunga Bunga respondió dando dos pasos hacia atrás, el jefe volvió a gritar “ahora pongan sus manos en sus caderas y hagan círculos 10 veces” a lo que el Tunga Bunga respondió dando un salto hacia atrás y el jefe dijo

---



---

“ahora solo queda mover la cabeza de izquierda a derecha 10 veces” a lo que el Tunga Bunga respondió huyendo en la oscuridad de la noche.

---



---

**Actividades de calentamiento para niños de 9 a 11 años**

---

En esta actividad el docente narrará la historia de forma breve y dará la consigna de manera clara:

**La Carrera con Sonic**

Sonic y sus amigos están en la Isla, alistándose para detener al Doctor Eggman. Primero para asegurarse de estar a salvo del Dr. Eggman, mueven su cabeza de un lado al otro lentamente observando el perímetro (10 veces), luego con la mano izquierda y lo gira 5 veces, cambia de mano el martillo y hace lo mismo, ahora Tails, con sus dos colas despega por un momento del suelo, ahora todos realicemos varios círculos grandes con la cadera para intentar volar como Tails. Finalmente, Sonic al ser el erizo más veloz, corre los más rápido en su propio terreno, lo cual hacemos todos hasta contar 10 y así el equipo se sintió listo para la carrera.

En esta actividad el docente narrará la historia de forma breve y dará la consigna de manera clara:

**El Entrenamiento de Los Vengadores**

Los vengadores se encuentran en su base de operaciones, preparándose para la batalla con Thanos, entonces Ironman escanea el lugar, para ello mueve la cabeza lentamente de izquierda a derecha 5 veces y luego de arriba a abajo 5 veces, luego llega Dr. Strange y para abrir el portal hace un círculo grande con su brazo derecho (5 veces) y luego repite con el brazo izquierdo, del portal sale Spireman, que aterriza perfectamente, ahora abrimos las piernas y nos agachamos al lado izquierdo, flexionando la rodilla de ese lado y estirando la pierna del lado contrario (mantenemos esta posición durante 10 s) y cambiamos de lado, Ahora, al estar todos listos y atentos, sintieron más seguridad en su plan para derrotar a Thanos.

En esta actividad el docente narrará la historia de forma breve y dará la consigna de manera clara:

**Mis Secuaces Favoritos**

Un día Gru se levantó y vio que los minions se habían puesto muy gorditos y holgazanes, así que les dijo “Minions, ahora vamos a hacer un poco de ejercicio”, primero les dijo “muevan su cabeza de adelante hacia atrás 10 veces”, luego de eso les dijo “ahora con sus codos hagan círculos 10 veces”, muy bien minions, ahora tienen que estirar sus piernas por 10 segundos cada una” dijo Gru, “por último, deben menear sus caderas 10 veces” y así Gru logró que los minions se pusieran en forma.

**La rutina de los 7 enanitos**

En esta actividad el docente narrará la historia de forma breve y dará la consigna de manera clara:

---

Están los 7 enanitos en la mina trabajando y cantando, cuando de repente se dan cuenta que ya casi es hora de regresar a casa, pero no tienen el trabajo completo, por ello, deciden dividirse funciones y así terminar pronto, pero Gruñón no está de acuerdo, y dice que no con su cabeza, moviéndola 10 veces para la izquierda y luego a la derecha, igualmente Tontin, pasa por un lado haciendo con sus hombros “no me importa” levantandolos repetidamente durante 10 segundos, Ahora, Dormilón, que siempre tiene sueño, bosteza y levanta sus brazos y los estira para posteriormente dejarlos caer haciendo un círculo, pero Feliz, se apresura a terminar las tareas, así que corre rápido durante 10 segundos y fue gracias a él que los enanitos lograron llegar a casa justo a tiempo para la cena.

### Actividades de calentamiento para niños de 11 a 14 años

En esta actividad el docente dará las consignas de manera clara y en voz alta:

Ahora vamos a hacer el calentamiento de los Stormtroopers de Star Wars.

- Atención compañía todos vamos a mover la cabeza de arriba a abajo 5 veces y luego de izquierda a derecha 5 veces más.
- Ahora, colocamos las manos en los hombros y hacemos círculos hacia atrás 5 veces y luego 5 veces hacia delante.
- Bien, ahora, todos firmes, abrimos las piernas y deslizamos las palmas de las manos por los lados de las piernas como intentando llegar a los tobillos, primero al lado izquierdo y luego al lado derecho (5 veces cada lado)
- A continuación, estiramos nuestras piernas, para eso, cruzamos la pierna derecha frente a la izquierda y las dejamos juntas, luego, sin cambiar la posición, intentamos tocar el piso con las manos. (10 s) y hacemos lo mismo, pero con la otra pierna.
- Finalmente, movemos los tobillos, uno a la vez en círculos (10 veces cada tobillo)

### La Marcha del Imperio

En esta actividad el docente deberá dar las consignas de manera clara y en voz alta:

- Con nuestra mano derecha, pasamos por encima de la cabeza y la colocamos sobre la oreja izquierda, con mucho cuidado usamos la mano para estirar la cabeza hacia la derecha y sostenemos por 5 segundos, luego cambiamos de mano y mantenemos 5 segundos más.
- Colocamos el brazo derecho recto apuntando hacia el lado izquierdo, posteriormente con ayuda de la mano izquierda, empujamos suavemente el codo derecho durante 5 segundos, cambiamos de lado y repetimos.

### Sesión de estiramientos

- Con las piernas rectas, firmes y ligeramente separadas, intentamos tocar el piso con nuestras manos.
- Levantamos ligeramente el pie derecho del piso hacia al frente, y movemos el pie de arriba a abajo 5 veces por cada pie.

En esta actividad el docente deberá dar las consignas de manera clara y en voz alta:

### Calentamiento guiado

- Hacemos 5 círculos con la cabeza para el lado izquierdo y 5 círculos hacia el lado derecho,
- Rotamos los hombros hacia delante 5 veces.
- Rotamos las muñecas 5 veces.
- Hacemos 10 círculos grandes con nuestra cadera.
- Colocamos nuestras manos sobre las rodillas que se encuentran juntas y ligeramente flexionadas, a continuación, realizaremos círculos grandes (10 veces).

En esta actividad el docente deberá dar las consignas de manera clara y en voz alta:

### Calentamiento hit

Primero deben hacer 10 jumping jacks (tijeras) sin parar y rápido, al terminar pueden descansar 5 segundos, inmediatamente después, trotando realizan 10 levantamientos de rodilla, descansan 5 segundos, Hacen 10 sentadillas sin parar, y al terminar descansan 5 segundos, Para terminar, corremos en nuestro propio lugar por 20 segundos sin parar.

## ii. Actividades Relajación.

### Técnica de Relajación Progresiva General de Jacobson.

**Principios** Aprendizaje de relajación progresivo de todas las partes del cuerpo por medio de la tensión y relajación sistemática de grupos musculares, así como discriminar sus sensaciones reduciendo la actividad del Sistema Nervioso Autónomo permitiendo la relajación psíquica. Con esta relajación se busca ser consciente de las sensaciones del cuerpo e ir contrayendo/relajando Grupos musculares.

**Preparación** Buscar una postura cómoda, preferiblemente acostado boca arriba con los brazos a los lados y piernas ligeramente separadas, preparar música de fondo con un volumen adecuado para que se escuche la guía del terapeuta o docente.

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

**Consigna** Vamos a empezar a realizar la sesión de relajación progresiva con el objetivo de lograr un estado de paz mediante la relajación física, para ello tensamos y

---

relajamos los músculos de nuestro cuerpo a medida que vayamos nombrandolos. Debemos apretar con fuerza los músculos que vayamos nombrando, de forma que notemos la tensión sin hacernos daños, A mi señal suelta toda la tensión de forma inmediata. Permítete sentir las sensaciones que vas a generar.

Para comenzar tomamos conciencia de nuestra respiración, nota como entra y sale el oxígeno de forma lenta y pausada, respira lentamente. Nota como poco a poco tomas conciencia de tu cuerpo.

Poco a poco acomódate, hasta que tu posición sea más confortable. Inspira por la nariz lentamente y exhala por la boca poco a poco, ahora nota como con cada respiración tu cuerpo se va soltando y liberando de la tensión.

Ahora centra tu atención en los músculos de tu mano y antebrazo derecho, aprieta el puño mientras estiras el brazo con fuerza. Nota toda la tensión en los dedos, la mano y el brazo derecho, mantén esa tensión y suéltala, relaja la mano, la muñeca, los dedos, deja el brazo libre y descansando. Centra tu atención en las sensaciones del brazo derecho, nota como este se queda flojo y toda la tensión se va disipando. Vuelve a apretar el puño y estira el brazo derecho, haz fuerza con el puño y nota la sensación que recorre todo el brazo, nota la tensión un poco más y suéltala. Ahora el antebrazo, la muñeca y los dedos se quedan suaves, descansando, nota como ese esfuerzo desaparece, siente como ese esfuerzo va desapareciendo y el brazo queda más y más relajado. Deja que la respiración se haga suave. **(realizamos lo mismo que con el brazo derecha 2 veces)**

Ahora atraemos la atención en los músculos de la cara, a mi señal fruncimos el ceño, arrugamos la nariz y apretamos con fuerza los labios y dientes y empujamos la lengua con el paladar. Ahora, mantén toda esa tensión un poco más y céntrate en esa presión y suéltala, presta atención a todas las partes de la cara, ojos, nariz, pómulos, boca, barbilla, frente y fíjate como poco a poco vas notando una sensación agradable, tranquila y relajada, fíjate en cómo esa tensión acumulada en la cara se va desvaneciendo poco a poco. **(Repetimos el ejercicio).**

Ahora pasaremos a los músculos del cuello, para ello empujamos la cabeza para atrás, mantenemos la tensión de los músculos del cuello y ahora los soltamos, nota como el cuello se va liberando de la tensión y queda más suave y ligero, volvemos a tensionar el cuello, pero ahora como si quisiéramos tocar la barbilla con el pecho pero a la vez evitamos que se toquen, puedes notar temblores, eso es bueno, mantenlo un poco más y suéltala, nota como poco a poco toda la tensión que haz acumulado va desapareciendo y como poco a poco una sensación de paz te llena.

Ahora centramos la atención en los hombros, para ello vamos a empujarlos para atrás, como si queremos que se toque por la espalda, mantén la tensión un poco más y ahora suéltala, la espalda se relaja y fíjate como poco a poco vas sintiendo la relajación. Volveremos a tensionar los hombros, pero esta

---

---

vez hacia delante, como si quisiera que se tocaran por el pecho, tensión a las un poco más y ahora suéltala, nota como el pecho y la espalda se van relajando. Siente como su carga desaparece y los músculos se aflojan, son ligeros y relajados, recuerda respirar suave y disfrutar de las sensaciones.

Ahora vamos a relajar la espalda y pecho, para ello arqueamos la espalda hacia atrás mientras sacamos el pecho hacia afuera, realizamos ese movimiento ahora, siente la tensión un poco más y suéltala, relaja toda la espalda, nota las sensaciones agradables, de descanso y relajación, fijate como antes estaba tensa y ahora nos llenamos de sensaciones agradables. **(Repetimos el ejercicio).**

Ahora vamos al abdomen, tensamos los músculos de nuestra barriga como si fuéramos a recibir un golpe, ahora, mantén esa fuerza y aguanta esa tensión un poco más y suéltala, siéntete libre y nota cómo te vas quedando más ligero, recuerda ser consciente de la respiración. **(Repetimos el ejercicio).**

Ahora centraremos nuestra atención en las piernas, empezaremos con la pierna derecha, para tensar, la levantaremos y estiraremos los dedos del pie, hacia arriba, apuntando a la cabeza, ahora, aprieta el muslo y siente la tensión en la pierna, en los dedos y suelta, siente cómo descansa la pierna, relajan los dedos, el tobillo y la pierna, presta atención en estos músculos y nota la diferencia entre la tensión de antes y la relajación de ahora **(Repetimos el ejercicio)** Respira tranquilamente y disfruta de las sensaciones, ahora vamos a tensar la pierna izquierda **(realizamos lo mismo que con la pierna derecha 2 veces)**

Poco a poco todas estas sensaciones se van extendiendo por todo tu cuerpo, brazos, hombros, espalda, abdomen, piernas y pies, nota cómo tu respiración se ha vuelto suave, relajada y disfruta de la paz, nota como la tensión abandona tu cuerpo, siente cómo todo tu cuerpo está descansando.

Cuando desees levantarte, centra tu atención en los músculos que hemos trabajado, poco a poco muévelos e incorpórate poco a poco.

---

## Técnica de Relajación Autogenerada de Schultz

### Principios

Esta técnica fue influenciada por la hipnosis, basada en conseguir la relajación por medio de la distensión del cuerpo desde el interior acompañado con ejercicios fisiológicos. Se emplean imágenes del cuerpo y sensación del mismo por consignas del terapeuta.

Esta es una relajación muy efectiva para lograr un estado de tranquilidad a través de la autosugestión, es recomendada para reducir el nerviosismo, la ansiedad y aumentar el bienestar general.

---

**Preparación** Buscar una postura cómoda, puede ser recostados boca arriba o incluso sentado, mientras el terapeuta o docente narra y da las instrucciones, prepara música de fondo con un volumen adecuado para que se escuche la guía del terapeuta o docente.

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

**Consigna** Lo que haremos ahora es conseguir una relajación total, donde seguiremos una secuencia de ejercicios donde nos centraremos en diferentes secciones y partes de nuestro cuerpo, por ejemplo, siento los brazos muy relajados. Para empezar, es importante estar en un lugar tranquilo, con el cuerpo y la cabeza inclinados hacia adelante, con los brazos apoyados en nuestro regazo y dejando caer las manos o acostarse boca arriba con los brazos cerca del torso y los pies apuntando hacia los lados.

Pon atención a tu respiración durante unos segundos, pon atención a cómo entra y a como sale el aire, ahora pon atención a tu brazo derecho, siente como tu brazo derecho se ha aflojado al llevar tu atención sobre él, tu atención ahora es como una pesa, así tu brazo derecho cada vez se vuelve más pesado y relajado, repite mentalmente siento mi brazo cada vez más pesado y relajado, sientes la pesadez y el relajamiento en tus dedos, en tus muñecas, en tu codo, desde tus uñas hasta tus hombros sientes el peso y el relajamiento, a cada inhalación tu brazo derecho se vuelve más pesado y a cada exhalación tu brazo derecha está más relajado , ahora pon atención a tu brazo izquierdo y empiezas a notar cómo al poner atención en él, lo envuelve una gran sensación de relajación y pesadez, repite mentalmente, respiro y mi brazo izquierdo se vuelve más pesado.

**Ir repitiendo la misma secuencia con cada parte del cuerpo.**

## Técnica de Relajación Progresiva Diferencial de Jacobson.

**Principios** Aprendizaje de relajación progresivo de todas las partes del cuerpo por medio de la tensión y relajación sistemática de grupos musculares, así como discriminar sus sensaciones reduciendo la actividad del Sistema Nervioso Autónomo permitiendo la relajación psíquica. En este ejercicio, se relajarán algunos músculos mientras otros se encuentran tensionados.

**Preparación** Buscar una postura cómoda, preferiblemente acostado boca arriba con los brazos a los lados y piernas ligeramente separadas, preparar música de fondo con un volumen adecuado para que se escuche la guía del terapeuta o docente.

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

**Consigna** Para empezar, debes inhalar profundamente, sintiendo y llevando el aire a tu abdomen, al exhalar, siente cómo tu cuerpo empieza a relajarse.

Aprieta los puños, los antebrazos, los bíceps y los pectorales. Mantén esa presión por 7 segundos y suelta, ahora notarás cómo tus brazos y pecho se relajan.

Arruga la frente durante 7 segundos, mientras rotas la cabeza hacia un lado y hacia el otro, suelta y siente la relajación en la zona.

Arruga la cara, el entrecejo, los ojos, los labios, aprieta tus dientes y encorva los hombros. Mantente en esa posición por 7 segundos y suelta, céntrate en las sensaciones que la relajación te produce.

Inhala profundamente y arquea la espalda lentamente. Mantente así durante 7 segundos y suelta.

Inhala profundamente y saca el abdomen, deja que se llene, quédate así por 7 segundos y suelta. Presta mucha atención a lo que sientes en tu abdomen y espalda al relajarte.

Flexiona los pies y los dedos de los pies, aprieta los muslos, las pantorrillas y los glúteos. Mantente en esa posición durante 7 segundos y suelta.

Para finalizar, estira los pies, a la vez que tensas el muslo, los glúteos y pantorrillas, una vez pasados 7 segundos suelta y siente la relajación.

## Técnica de Relajación “La Nube”

**Principios** Esta técnica está basada en la práctica SAVASANA del yoga, para ello se mantiene una posición base donde el cuerpo se mantiene estático, tumbado boca arriba mientras se va verbalizando una narración.

**Preparación** Buscar un espacio cómodo donde se pueda acostar y que no tenga ningún tipo de contaminación auditiva, además de buscar canciones relajantes que evoquen paz.

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

**Consigna** Yo soy una nube que vuela muy alto y mientras me elevo descanso, descanso.  
El viento es amigo en cada momento, me dejo llevar y me olvido del tiempo.  
Veo los pajaritos volando, volando y mientras los miro me calmo, me calmo.  
Floto por el cielo como navegando en un mar de estrellas y me voy relajando.  
Y poquito a poco voy bajando lentamente, de vuelta a la tierra que me está esperando.

---

Y poquito a poco lento voy bajando, devuelta a la tierra que me está esperando

---

## Técnica de Relajación de Koeppen Para Niños.

**Principios** Esta técnica está pensada especialmente para niños, realizando ejercicios de tensión y relajación de diferentes grupos musculares. Al trabajar de manera continua puede reducir la ansiedad, mejorar los problemas del sueño, mejorar memoria, concentración y confianza, además puede disminuir la tensión muscular. Al tratarse de actividades lúdicas, los niños se divierten y están concentrados en la actividad.

**Preparación** Buscar una postura cómoda, puede ser recostados boca arriba o incluso sentado, mientras el terapeuta o docente narra y da las instrucciones, prepara música de fondo con un volumen adecuado para que se escuche la guía del terapeuta o docente.

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

**Consigna** Imagínate que tienes un limón en tu mano izquierda. Ahora trata de exprimirlo, y sacarle todo el jugo, siente la tensión en tu mano y en tu brazo mientras lo estás exprimiendo. Ahora déjalo caer. Fíjate en cómo están ahora tu mano y brazo están relajados.

Ahora coge otro limón y trata de exprimirlo. Exprímelo más fuerte que la primera vez. Muy bien. Tíralo y relájate. Fíjate en lo bien que se sienten tu mano y tu brazo cuando están relajados. **(Repetir el ejercicio dos veces y hazlo igual con la mano derecha).**

Ahora vamos a imaginarnos que eres un gato perezoso que quiere estirarse. Primero, estira los brazos delante de ti y levántalos por encima de tu cabeza, mientras llevas tu cabeza hacia atrás. Fíjate, cómo se siente tu espalda al estirarte. Ahora deja caer tus brazos a los costados de tu cuerpo. Muy bien. Vamos a estirarnos una vez más. **(Repetir el ejercicio dos veces).**

Ahora imagínate que eres una tortuga que está sentado encima de una roca en un lago tranquilo tomando el sol; pero de pronto tienes una sensación de peligro. ¡Vamos! Pon la cabeza dentro de tu caparazón, trata de levantar los hombros hacia tus orejas e intenta poner la cabeza entre los hombros. Aguanta así por unos segundos, esperando que el peligro se vaya. Ahora el peligro ha pasado y puedes salir de tu caparazón, así que puedes volver a relajarte y tomar el sol. ¡Cuidado!, más peligro, rápido pon la cabeza dentro **(Repetir el ejercicio).**

Bien, ahora eres tú e imagina que tienes un chicle muy grande pero muy grande en tu boca, este está un poco duro, así que tienes que masticarlo muy

---



fuerte, ayúdate de los músculos de tu cuello y mantenlo presionado fuerte fuerte, ahora relájate y siente cómo tu cuello y boca están relajados, vuelve a hacerlo dos veces más. Ahora imagina que viene volando una mosca y se te ha posado encima de tu nariz. Sin usar tus manos trata de espantarla, para eso intenta hacerlo arrugando tu nariz, intenta hacer tantas arrugas como puedas, deja tu nariz arrugada fuerte. ¡Bien! la mosca se ha ido. Ahora puedes relajar tu nariz. siente como tu cara está relajada y tranquila. Pero vuelve volando la mosca y nuevamente se posa sobre tu nariz. **(Repetir el ejercicio).**

Ahora imagínate que estás estirado sobre el césped, y miras como a lo lejos viene un elefante, pero notas que él no está mirando por dónde pisa y no te ha logrado ver, entonces pone un pie sobre tu estómago, ¡no te muevas! ya no tienes tiempo de escapar, lo que puedes hacer es tensar tu estómago poniéndolo duro, muy duro, aguanta así; espera un poco más, ahora parece que el elefante se va a ir. Relájate, deja el estómago suave y relajado, tanto como puedas. Así te sientes mucho mejor. ¡Oh! Por allí vuelve otra vez, ¿estás listo para hacerlo de nuevo? **(Repetir el ejercicio).**

## Técnica de Relajación “La fábrica de las preocupaciones”

**Principios** Esta técnica está pensada especialmente para adolescentes, realizando ejercicios de tensión y relajación de diferentes grupos musculares. Al trabajar de manera continua puede reducir la ansiedad, mejorar los problemas del sueño, mejorar memoria, concentración y confianza, además puede disminuir la tensión muscular.

**Preparación** Buscar un espacio cómodo donde se pueda acostar y que no tenga ningún tipo de contaminación auditiva, además de buscar canciones relajantes que evoquen paz

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

**Consigna** Vamos a mantener la mirada hacia abajo tener una posición que nos haga sentir relajados, pero a la vez firmes, vamos a llevar nuestra atención a nuestro cuerpo, a las partes del cuerpo que se apoyan en donde estemos, vamos a tratar de sentir como esta nuestro cuerpo, la cara, el cuello, los hombros, los brazos, la espalda, etc.

Empiezo a sentir la respiración, inhalo y tratamos de sentir el recorrido del aire dentro de mi cuerpo, me trae inspiración, expando esa sensación mientras lleno mis pulmones de aire, ahora me centro en mi mente, vamos a ver qué es lo que tenemos dentro, que pensamientos o preocupaciones hay, y los vamos a tener presentes, los vamos a observar y los vamos a procesar, son solo pensamientos, son solo ideas.

Inhalamos lentamente y exhalamos lentamente, nuestro cuerpo fluye como el aire, nuestro cuerpo se libera de los pensamientos y la tranquilidad inunda

nuestra cabeza, nuestro cuello, nuestros brazos, nuestro pecho, nuestras piernas.

### Técnica de Relajación “La nube de humo”

**Principios** Esta técnica está pensada especialmente para adolescentes, realizando ejercicios de tensión y relajación de diferentes grupos musculares. Al trabajar de manera continua puede reducir la ansiedad, mejorar los problemas del sueño, mejorar memoria, concentración y confianza, además puede disminuir la tensión muscular.

**Preparación** Buscar un espacio cómodo donde se pueda acostar y que no tenga ningún tipo de contaminación auditiva, además de buscar canciones relajantes que evoquen paz

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

#### Consigna

Busca un lugar cómodo donde puedas sentarte con la espalda recta en una posición que te permita permanecer alerta.

Respira profundamente, nota las sensaciones de tu cuerpo, la presión de los puntos donde se apoya tu cuerpo, la temperatura de tu cuerpo, el latir de tu corazón, inhalamos y con la exhalación dejas salir toda la tensión en forma de una nube de humo.

Ahora centra tu atención en tu respiración, déjala fluir, obsérvala, siente el aire entrar y salir por tu nariz, siente tu pecho, siente como el aire fluye por tu cabeza y se lleva con él a los pensamientos, nota cómo su cuerpo se relaja y se deja llevar por el ritmo de tu respiración.

### “Técnica de Relajación de Benson”

**Principios** Es una técnica de relajación basada en la meditación trascendental donde el principal estímulo es la repetición continua de un mantra o palabra clave que le permita llegar al estado de calma y tranquilidad.

**Preparación** Busca un lugar tranquilo y colócate en una postura cómoda, prepara la música tranquila y con un volumen adecuado para no distraerte, centrarte en tu respiración y en el mantra.

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

---

**Consigna** Primero vamos a centrar nuestra atención en la respiración y vamos a destensar poco a poco todos los músculos, comenzando por los pies y acabando por la cara.

Mantén la concentración en tu respiración, siendo consciente de la misma y siguiendo un ritmo natural de la inhalación y exhalación.

Vamos a repetir en voz baja el sonido Om, repítela de manera constante y monótona, que se alinee con tu respiración.

Mantener una actitud pasiva durante el ejercicio de relajación, si aparecen pensamientos perturbadores o negativos, ignorarlos y devuelve tu atención a la palabra.

---

### “Técnica de Relajación de Wolpe ”

**Principios** Esta es una adaptación de la relajación de Jacobson, como una respuesta a lo largo que podían llegar a ser las sesiones de relajación de este último. De esta manera, Wolpe buscó generar una técnica más corta y basada en movimientos de los felinos, usando la contracción y relajación muscular en tres etapas.

**Preparación** Buscar una postura cómoda, preferiblemente acostado boca arriba con los brazos a los lados y piernas ligeramente separadas, preparar música de fondo con un volumen adecuado para que se escuche la guía del terapeuta o docente.

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

**Consigna** Primero vamos a contraer durante 5 segundos los grupos musculares que se mencionan e inmediatamente después relajarlos durante 20 segundos.

Vamos a seguir el siguiente orden de grupos musculares Etapa 1:

1. tórax y abdomen.
2. pies y parte inferior de la pierna (dedos, tobillos y pantorrilla).
3. parte superior de las piernas (muslos y glúteos).
4. mano, muñeca y antebrazo.
5. brazo derecho. Se tensa todo el músculo, hasta el hombro, luego el brazo izquierdo.
6. Encoge cada hombro hacia la oreja y se gira la cabeza hacia el hombro, hasta que se toquen
7. mandíbula: tensan los dientes hasta que la mandíbula tenga una gran tensión frunciendo los labios como si se fuera a silbar.
8. mentón: colocar la lengua contra el paladar y empujar hacia arriba.

Etapa 2 (Verificación):

Repasa todos los grupos musculares y verificar si están relajados, si todavía presentan tensión repite el ejercicio anterior solo en la zona con tensión.

---

---

### Etapa 3 (Relajación de cuerpo y mente)

Al finalizar disfruta de la sensación de ligereza del cuerpo y a nivel de pensamientos recuerda que la finalidad de esta meditación no es la mente en blanco, sino que estos pensamientos sean agradables y tranquilos.

---

### Técnica de Relajación “Respiración rítmica 4, 8, 4”

**Principios** La respiración es la base de todo tipo de práctica de relajación ya que, al mantener nuestra atención en un lugar determinado, permite encontrar un equilibrio entre la mente y el cuerpo, llegando a un estado de armonía general.

**Preparación** Buscar una postura cómoda, preferiblemente sentada en flor de loto (con la espalda recta y piernas cruzadas), preparar música de fondo con un volumen adecuado para que se escuche la guía del terapeuta o docente.

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

**Consigna** Vamos a sentarnos en la posición de flor de loto (como chinitos) y a continuación realizaremos los ejercicios de respiración, inhalando, reteniendo y exhalando conforme al tiempo que les iré diciendo.

Vamos a inhalar inflando nuestro abdomen en cuatro tiempos, 1, 2, 3 y 4, ahora vamos a sostener el aire durante 8 segundos 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8, lentamente soltamos todo el aire hasta contar 4 segundos, 1, 2, 3 y 4.

Muy bien, ahora realizaremos el mismo ejercicio de respiración durante 10 veces.

---

### Técnica de Relajación “La tortuga”

**Principios** Es una técnica que emplea la analogía de la Tortuga, que permite no solo relajarte, sino desarrollar autocontrol y calmar impulsos. Esta es ampliamente utilizada en la terapia cognitiva conductual por su efectividad.

**Preparación** Buscar una postura cómoda y preparar música de fondo con un volumen adecuado para que se escuche la guía del terapeuta o docente.

**Recuerda NUNCA cerrar los ojos durante los ejercicios de relajación.**

**Consigna** Primero realizamos la posición inicial, sentados cómodos, con las piernas cruzadas, nos encogemos y metemos la cabeza entre los hombros.

---

Ya en esta posición, le pedimos al niño que relaje los músculos de su cuerpo sin perder la posición, para ello, primero centramos la atención en la respiración, ésta debe ser lenta y rítmica.

Una vez lograda la respiración, pasamos a relajar los músculos, comenzamos con la cara, luego el cuello, hombros, espalda, cadera, piernas y pies.

### iii. Verbalización

#### Ejemplo verbalización 1

**Preparación** Vamos a centrarnos en un círculo o semicírculo dependiendo de la cantidad de niños de la sesión, preparamos la música con un volumen adecuado para escuchar las experiencias de los niños.

**Consigna** Perfectos chicos, hemos terminado las actividades del día de hoy, me gustaría saber cómo se sintieron durante las actividades, vamos a comenzar por la derecha, (hago las preguntas a cada niño)

- ¿Qué te gustó?
- ¿Qué te disgustó?
- ¿Cuáles fueron las sensaciones de su cuerpo?
- ¿Qué actividad te gustó más?
- ¿Qué actividad te gustó menos?
- ¿Cómo te sientes ahora?

#### Ejemplo verbalización 2

**Preparación** Vamos a centrarnos en un círculo o semicírculo dependiendo de la cantidad de niños de la sesión, preparamos la música con un volumen adecuado para escuchar las experiencias de los niños.

**Consigna** Perfectos chicos, hemos terminado las actividades del día de hoy, me gustaría saber cómo se sintieron durante las actividades, esta vez vamos a utilizar estas paletas con emoticones para describir las actividades. comenzamos por la derecha (se entrega las paletas con emoticones y se le hace las preguntas)

- ¿Cómo estuvo la sesión del día de hoy?
- ¿Qué te pareció la actividad de calentamiento?
- ¿Cómo te sentiste durante las actividades que hicimos?
- ¿Te pareció fácil?

**Material** Paletas de emoticones de la sección vii.

#### iv. Actividades Sesiones Vayer (Diálogo Tónico). Por Páez y Vasconez

El tratamiento psicomotriz basado en la metodología de Vayer está formado de cuatro niveles (diálogo tónico, juego corporal, equilibrio del cuerpo y el control de sí mismo) y tres etapas (exploración, conciencia y coordinación). En esta guía trabajaremos actividades para la promoción del Nivel Dialogo Tónico.

**Diálogo Tónico:** Es el primer encuentro entre el adulto y el niño, de modo que es fundamental generar confianza y dirigirse en todo momento con respeto hacia el cuerpo del niño.

**Etapa I Exploración:** Es el primer contacto y acercamiento inicial del proceso. Durante esta etapa el diálogo es por medio del contacto y es el adulto quien trabaja sobre el niño, mientras que este se deja mover lo que permitirá que el niño adquiera confianza por el adulto y a su vez, exista una distensión y relajamiento del cuerpo del niño.

**Etapa II Conciencia:** Dentro de esta etapa el niño se vuelve consciente de cada uno de sus segmentos, sintiéndolos y usándolos, todo esto lo hace parte de su conciencia para su posterior dominio. El niño se encuentra solo con su cuerpo, mientras que el adulto pasa a tener un papel de apoyo donde actuará solamente cuando este lo necesite, también procurará brindar seguridad.

**Etapa III Coordinación:** En esta etapa el niño se vuelve consciente completamente de todos y cada uno de sus elementos corporales, terminando así su proceso de conocimiento, al tomar conciencia de su cuerpo. El adulto ya no participa ni interviene, este ahora guía desde fuera, permitiendo al niño quien experimente la acción a plenitud.

- Sesión propiamente dicha Vayer

Nivel I El Diálogo Tónico.		
Etapa	Ejercicio	Actividad
Etapa I Exploración  Adulto-niño	Movilizaciones globales que ayudan a la distensión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El niño primero se acuesta sobre su lado izquierdo para posteriormente con la intervención del docente el niño debe estar acostado boca arriba. Luego se sigue girando hasta estar recostado sobre su lado derecho, finalizando en la posición boca abajo. <b>Se realiza esta actividad un total de 5 veces.</b></li> <li>• Posteriormente el niño que se encuentra boca abajo, deberá pasar a una posición lateral izquierda con la intervención del docente. <b>Repetir 3 veces y posteriormente hacerlo para el lado derecho, igualmente 3 veces seguidas.</b></li> <li>• Ahora el niño deberá colocarse en la posición de sentado y cruzar las piernas, una vez hecho eso,</li> </ul>

		<p>el docente ayuda al niño a colocarse en la posición acostado y extiende las piernas. <b>Repetir el ejercicio 3 veces</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Una vez hecho eso, el niño debe girar con la intervención del docente de un lado para el otro flexionando y extendiendo las piernas. <b>Repetir el ejercicio 5 veces</b></li> <li>• El niño debe colocarse boca abajo, se lo tomará por la cintura haciendo que se doble y se procederá a dar vueltas al ritmo de la música.</li> <li>• Se coloca al niño boca arriba y se lo toma desde detrás de las rodillas y por debajo de los brazos, uniendo su cuerpo con sus rodillas, una vez hecho eso, se pega al niño a nuestro pecho y giramos al ritmo de la música.</li> <li>• Se coloca al niño sobre su costado derecho, luego se movilizan sus piernas hasta que toquen su pecho, luego se coloca al niño en la posición boca arriba y extiende sus piernas. <b>Repetir esta actividad 5 veces.</b></li> <li>• En la posición anterior se gira al niño para el lado derecho hasta que llegue a la posición inicial, de igual manera hacia el lado contrario. <b>Repetir esta actividad 4 veces</b></li> <li>• Colocar al niño en la posición inicial, luego se lo moviliza hasta estar en la posición sentado donde extenderá y encogerá sus piernas. <b>Repetir esta actividad 5 veces</b></li> </ul>
	<p><b>Movilización que ayudan a la extensión.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El niño inicialmente se recostará y abrazará sus piernas, posteriormente el docente empezará a extender desde la cabeza las diferentes partes del cuerpo, hacemos que extienda la cabeza para arriba, luego los brazos y finalmente las piernas. (repetir 3 veces).</li> <li>• El niño está acostado boca arriba en el suelo, lo tomaremos de los tobillos y lo arrastraremos por el suelo. Posteriormente haremos lo mismo tomándolo de las muñecas (repetir 3 veces).</li> <li>• El niño se encuentra arrodillado en el suelo y con la cabeza inclinada hacia delante, le ayudaremos a levantar la cabeza y posteriormente a estirar sus piernas para que esté sentado cómodamente.</li> </ul>
	<p><b>Movilización segmentaria.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El niño debe permanecer sentado con sus brazos elevados a la altura de su cuello, posteriormente el docente ayudará a recostar al estudiante y una</li> </ul>

		<p>vez que su cuerpo esté recostado en el suelo, lo ayudará a volver a la postura inicial.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El niño debe permanecer parado con sus brazos sueltos y relajados, con la ayuda del docente este irá girando hasta terminar en el mismo punto en el que se encontraba al principio.</li> <li>• El niño debe mantenerse estático en una posición de firmes, para luego con la ayuda del docente flexionar sus piernas y volver a la posición inicial.</li> </ul>
<b>NOTA</b>	<b>Sólo durante la etapa del diálogo adulto - niño se toca al pequeño. No se logra el objetivo hasta que el niño se deja mover con total confianza.</b>	

<b>Nivel I El Diálogo Tónico.</b>		
<b>Etapa</b>	<b>Ejercicio</b>	<b>Actividad</b>
<b>Etapa II Conciencia del propio cuerpo.  niño-niño</b>	<b>Momento de distensión.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El niño debe de pasar de una posición boca arriba a boca abajo, esto de manera lenta y controlada, teniendo conciencia plena de todas las partes de su cuerpo, esta actividad se hará en parejas, donde otro niño lo ayudará a pasar a la siguiente posición (repetir 3 veces).</li> <li>• Los niños se van a encontrar de pie, frente a frente, uno de ellos dará las instrucciones y el otro tendrá que realizarlas y luego cambiarán de turno. En un inicio ambos van a permanecer firmes, luego quien da las instrucciones dirá: mueve los brazos en círculos, levanta las rodillas, mueve la cabeza de un lado para el otro y hasta completar 3 minutos y cambiamos de turno.</li> <li>• Para finalizar van a hacer el juego de las estatuas, donde uno deberá bailar y esperar a que el compañero de diga estatuas para congelarse y quedarse inmóvil. El juego se realizará 3 minutos por cada turno.</li> </ul>
	<b>Movilización segmentaria.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nos mantenemos estáticos y con la ayuda de nuestro compañero nos recostaremos en el suelo, una vez que nuestro compañero se encuentre en esa posición, tomaremos su tobillo con delicadeza y procederemos a moverlo por el espacio disponible.</li> <li>• Nos quedamos en una posición de firmes mientras nuestro compañero mueve con delicadeza nuestra cabeza, nuestros hombros, brazos, manos y pies.</li> </ul>

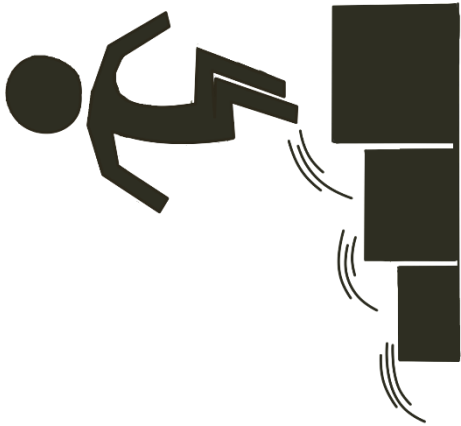


NOTA	<b>El aspecto más importante es el diálogo niño - niño, aprende con su cuerpo y con el del otro.</b>
------	------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>Nivel I El Diálogo Tónico.</b>		
Etapa	Ejercicio	Actividad
<b>Etapa III</b> <b>Conciencia de las sensaciones elementales</b>  <b>Independencia Segmentaria.</b>	<b>Situación de distensión.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El niño inicia esta actividad acostada boca arriba y de manera pausada y consciente debe sentarse en una posición cómoda, luego debe estirar las piernas y contraer los músculos fuertemente, sostenerlo por unos segundos y soltar. Posteriormente realizará el mismo ejercicio de contraer, sostener y soltar con los brazos, abdomen y espalda. realizar la actividad por 5 min.</li> <li>• El niño está sentado de manera cómoda y mantiene una respiración consciente, ahora tiene que fruncir todos los músculos de la cara haciendo una mueca, sostenerlo por unos segundos y soltar. Repetir la actividad por 3 minutos.</li> <li>• El niño está sentado cómodamente y mantiene una respiración consciente, ahora deberá cerrar los ojos y mover la cabeza lentamente primero de izquierda a derecha y luego de arriba a abajo. repetir el ejercicio 20 veces a cada lado.</li> </ul>
	<b>Movilización segmentaria.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dispondremos de unas uñas y las ubicamos en forma de un circuito por el cual pasaremos dando saltos con los pies juntos hasta llegar a la posición en la que iniciamos.</li> <li>• Con la ayuda de una pelota de tenis trataremos de equilibrarla en nuestra cabeza, para luego lanzarla al aire e intentar atraparla, finalmente trataremos de hacer que la pelota rebote en nuestra rodilla.</li> </ul>
NOTA	<b>En este momento el niño vive solo su propio cuerpo, aprende a sentir placer al moverse, siente cada elemento corporal y lo domina, el maestro orienta y dirige.</b>	

**v. Actividades sesiones Simonetta (6 a 8 años).**

<b>EJERCICIO DE COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL</b>
---------------------------------------------------

	<b>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</b>
<b>Recursos y materiales</b>	<p>Cajas/bancos de diferentes tamaños. (20cm, 30cm, 40cm y 45 cm)</p> <p>Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.</p>
<b>Tiempo</b>	20 a 25 minutos
<b>Consigna</b>	<p>Primero vamos a hacer algunos saltos, salta 10 veces sin tomar viada lo más alto que puedas con tus pies juntos.</p> <p>Ahora vamos a dar un salto, con los pies juntos, para subir a estos bancos. Hacemos 5 saltos con cada uno de los bancos.</p> <p>Muy bien, ahora, vamos a intentar hacer lo mismo, pero esta vez vamos a saltar y caer con los pies juntos del otro lado. Hacemos 5 saltos con cada uno de los bancos.</p>
<b>Observación</b>	
<p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	

## EJERCICIO DE COORDINACIÓN SEGMENTARIA ÓCULO-MANUAL



### REPRESENTACIÓN GRÁFICA

#### Recursos y materiales

1 pelota de tenis.

Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.

#### Tiempo

20 a 25 minutos

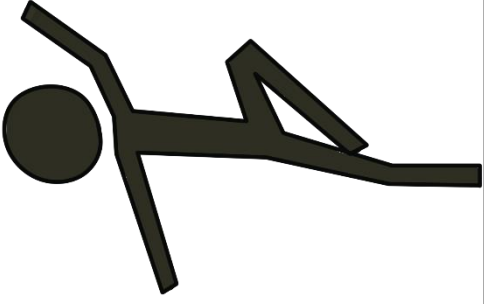
#### Consigna

Primero vamos a colocarnos frente a una pared a unos 50 cm aproximadamente y lanzamos la pelota contra la pared y la atrapamos, puede ser con las dos manos, hacemos esta actividad 20 veces o hasta que se sienta cómodo y seguro al hacerlo.

Ahora vamos a lanzarla y atraparla con una sola mano. Realizamos esta 20 veces o hasta que se sienta cómodo y seguro al hacerlo.


Muy bien, ahora, vamos a intentar hacer un juego, vamos a lanzar la pelota con una sola mano, pero antes de atraparla, debemos dar un aplauso, luego dos aplausos y así sucesivamente hasta llegar a 5 aplausos, puedes irte alejando de la pared si lo necesitas.

	Para finalizar, vamos a hacerlo de forma regresiva, comenzamos con 5 aplausos y terminamos en 1.
<b>Observación</b>  En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.	

<b>EJERCICIO DE AJUSTE POSTURAL CON EQUILIBRIO REFLEJO</b>	
	REPRESENTACIÓN GRÁFICA
<b>Recursos y materiales</b>	Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.
<b>Tiempo</b>	20 minutos
<b>Consigna</b>	Vamos a hacer el juego de los animales, para ello, tenemos que caminar como algunos de ellos. Primero vamos a jugar a que somos un pingüino, entonces vamos a poner nuestros pies separados como a la altura de los hombros y para caminar, levantaremos de manera muy lenta nuestra pierna totalmente recta para un lado y luego para el otro dando pasos largos. Recuerda hacerlo de manera lenta. (el objetivo es que mantenga la pierna levantada de manera lateral y mantenga el equilibrio)

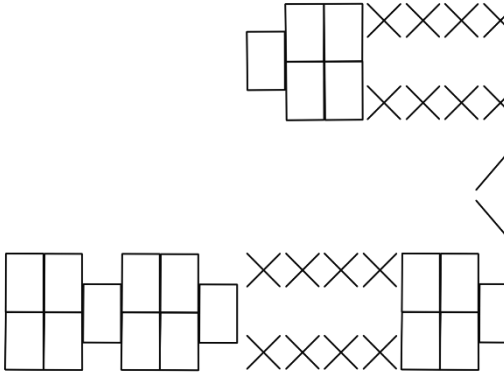
	<p>Ahora somos un elefante, vamos a levantar un pie, flexionando la rodilla lento y muy alto y así damos un gran paso, recuerda hacerlo de manera lenta, vamos a dar algunos pasos de esta manera.</p> <p>Muy bien, somos un canguro, pero este canguro tiene una patita lastimada, entonces vamos a saltar con un solo pie 5 veces en uno y luego 5 veces con otro.</p> <p>Por último, somos un flamenco, vamos a tener la postura del flamenco, para ello, vamos a levantar una puerta, flexionando la rodilla tratando de hacer como un triángulo, mantenemos esta postura por al menos 10 segundos, posteriormente bajamos y realizamos lo mismo con el otro pie. Repetimos esta posición hasta que lo logre sin caerse (en un inicio puede bajar el pie flexionado hasta encontrar el equilibrio).</p>
<p><b>Observación</b></p> <p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	

## EJERCICIO DE AJUSTE CON REPRESENTACIÓN MENTAL DE UNA POSTURA ESTÁTICA

	<p>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</p>
<p><b>Recursos y materiales</b></p>	<p>Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.</p>
<p><b>Tiempo</b></p>	<p>20 a 25 minutos</p>
<p><b>Consigna</b></p>	<p>Para esta actividad vamos a realizar diferentes posturas, para ello, debemos estar muy atentos e ir colocando nuestro cuerpo según las instrucciones que les doy. (Se puede hacer un modelado solo la primera vez).</p> <p>Primero vamos a hacer la postura del árbol, lo primero que vamos a formar es el tronco, así que vamos a subir nuestro pie derecho y colocarlo tocando el lado de nuestra rodilla izquierda con la rodilla apuntando hacia fuera, formamos las ramas, levantando los brazos hacia el cielo dejando los codos por arriba de los hombros, finalmente las hojas, se forman con las manos al extender nuestros dedos.</p> <p>Ahora, vamos a hacer la postura del mono, para ello, primero vamos a sentarnos en el suelo, y cruzamos las piernas (flor de loto), ahora vamos a colocar nuestras manos sobre los muslos y con los dedos índice y</p>

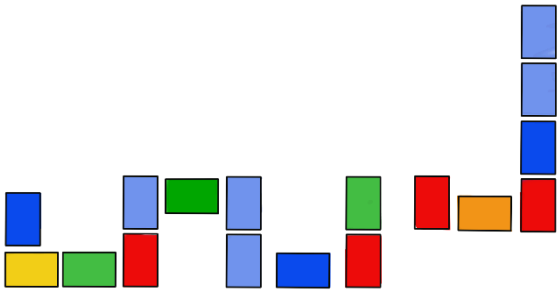
	<p>pulgar formamos un círculo, ahora, llevamos la mano derecha, sin mover los dedos hacia el ombligo y a la vez llevaos la mano izquierda, sin mover los dedos, sobre la cabeza, intercambiamos las manos varias veces como un monito.</p> <p>Por último, hacemos la postura de la Jirafa, posición inicial de pie, colocamos las piernas al ancho de las caderas, flexionamos la rodilla derecha mientras llevamos nuestro cuerpo ligeramente hacia ese mismo lado, apoyamos el antebrazo derecho sobre el muslo derecho y a la vez levantamos el brazo izquierdo completamente recto y lo llevamos y estirándolo hacia la derecha.</p> <p>Ahora ustedes van a hacer las posturas sin modelado.</p>
<p><b>Observación</b></p> <p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	

## EJERCICIO DE AJUSTE AL TIEMPO

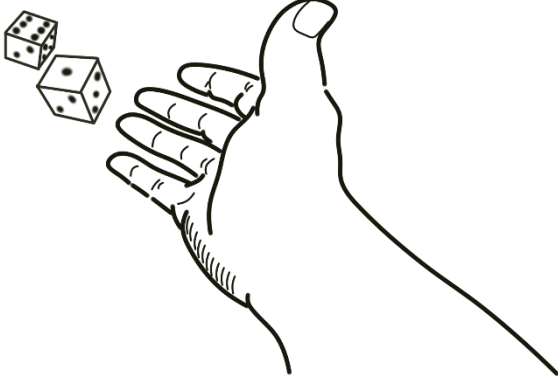
	<p>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</p>
-------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------

<b>Recursos y materiales</b>	<p>Música: Canción aram sam sam. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=MfoIYPNoOIg">https://www.youtube.com/watch?v=MfoIYPNoOIg</a></p> <p>Cinta adhesiva para el circuito.</p>
<b>Tiempo</b>	20 a 25 minutos
<b>Consigna</b>	<p>Primero vamos a hacer una secuencia al ritmo de la canción, cuando diga aram sam sam golpeamos suavemente los muslos a ritmo, y cuando diga guri guri guri hacemos remolinos con los brazos, cuando diga arabi arabi hacemos un semicírculo al ritmo.</p> <p>Una vez realizada esta canción correctamente pasamos al circuito (Imagen de representación gráfica) el cual nuevamente se recorrerá al ritmo de la canción, pero esta vez los golpes se harán con los pies, primero hace un modelado el docente y posteriormente el estudiante.</p> <p>En los cuadrados se hacen saltos al ritmo de la canción (aram sam sam), cuando son dos cada pie va en un cuadrado y cuando solo hay uno cuadrado se salta dentro de este y se aplaude. En las equis se corre al ritmo de la canción (guili guili guli). En las líneas diagonales se arrastra el pie al ritmo (arabi, arabi)</p>
<b>Observación</b>	<p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>

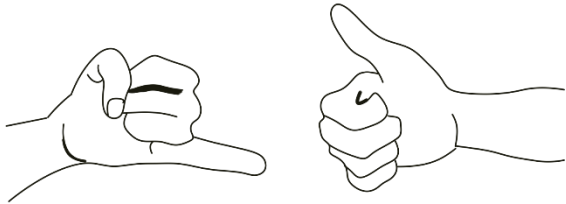


<b>EJERCICIO DE LATERALIDAD</b>	
	<b>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</b>
<b>Recursos y materiales</b>	Cartulinas de colores  Venda  Plantilla con flechas (Recursos)  Colores rojo, azul, amarillo y verde.  Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.
<b>Tiempo</b>	20 a 25 minutos
<b>Consigna</b>	<p>Esta actividad se divide en dos momentos, el primero donde se organiza en función a su propio cuerpo y el segundo, donde se organiza en una hoja.</p> <p>Para el primer ejercicio, con las tarjetas realizaremos un circuito en el piso, posteriormente vendamos los ojos del niño y le explicaremos que el tendrá que avanzar por el circuito, para hacerlo correctamente se le va a tocar el hombro derecho para dar un paso a la derecha, la cabeza para avanzar un paso para al frente y el hombro izquierdo para dar un paso para el lado derecho. Se va a realizar esta actividad hasta que el niño logre verbalizar y reconocer correctamente el lado al que da el paso.</p> <p>En la segunda actividad vamos a sentarnos y le pasamos la plantilla y los lápices de colores. Posteriormente el</p>

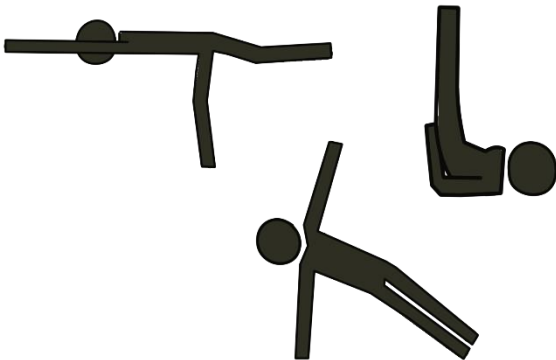
	niño tendrá que pintar conforme al patrón y a la direccionalidad de las flechas de tal modo que las flechas que apuntan a la derecha están pintadas de rojo.
<b>Observación</b>  En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.	

<b>EJERCICIO DE ORIENTACIÓN EGOCÉNTRICA</b>	
	REPRESENTACIÓN GRÁFICA
<b>Recursos y materiales</b>	Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.
<b>Tiempo</b>	20 a 25 minutos
<b>Consigna</b>	<p>En esta actividad el niño tendrá que lanzar los dos dados y realizar la acción que le piden correctamente, en el dado de 4 caras (rojo con blanco) encontraremos dos opciones que son mano derecha o mano izquierda. En el dado de 8 caras (negro con blanco) encontraremos ojo, oreja, hombro y rodilla derecha o izquierda.</p> <p>Por ejemplo, el niño lanza los dados y el primero dice mano derecha y la</p>

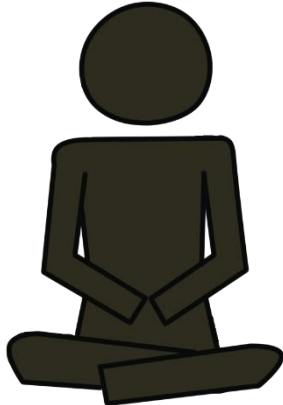
	<p>segunda rodilla izquierda, el niño tendrá que tocar con su mano derecha su rodilla derecha.</p> <p>Lanzamos los dados las veces que nos permita el tiempo de la sesión (máximo 25 minutos).</p>
<p><b>Observación</b></p> <p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	

<p><b>EJERCICIO DE DISOCIACIÓN</b></p>	
	<p>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</p>
<p><b>Recursos y materiales</b></p>	<p>Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.</p>
<p><b>Tiempo</b></p>	<p>20 a 25 minutos</p>
<p><b>Consigna</b></p>	<p>Para esta actividad vamos a realizar 3 posturas.</p> <p>La primera colocamos nuestras manos extendidas al frente como si las chocamos contra una pared.</p> <p>La segunda, sujetamos nuestra nariz con pinza con nuestra mano derecha y por encima cruzamos la mano izquierda y sujetamos con pinza la oreja derecha.</p>

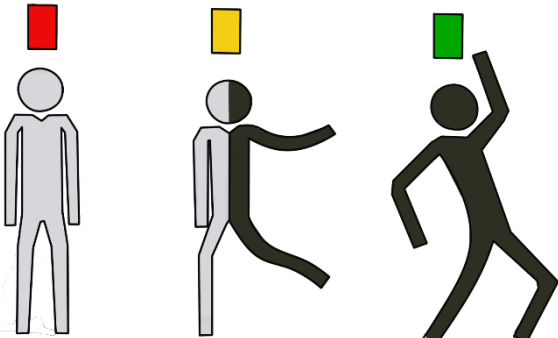
	<p>La tercera, sujetamos nuestra nariz con pinza con nuestra mano izquierda y por encima cruzamos la mano derecha y sujetamos con pinza la oreja izquierda.</p> <p>Ahora para realizar el ejercicio iniciamos con la primera postura, rápidamente pasamos a la segunda, volvemos a la primera y pasamos a la tercera.</p> <p>Realizamos rápida y repetidamente hasta que nos salga perfecto sin cometer errores.</p> <p>Si es que llega a ser muy sencillo, realizamos la actividad meñique pulgar, donde el niño coloca sus manos frente a él con los puños cerrados y debe sacar el meñique en la mano izquierda y el pulgar en la mano derecha y rápidamente cambiar a mano izquierda con pulgar arriba y mano derecha con meñique fuera.</p>
<p><b>Observación</b></p> <p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	

<b>EJERCICIO DE CONTROL POSTURAL</b>	
	<b>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</b>
<b>Recursos y materiales</b>	Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.
<b>Tiempo</b>	20 a 25 minutos
<b>Consigna</b>	<p>Para esta actividad vamos a realizar 3 posturas donde trabajaremos entre algunos conceptos el equilibrio, recuerda realizar las posturas evitando caer y quedar lo más quieto posible, hasta que el docente te de la siguiente instrucción.</p> <p>Primero, vas a párate firme, con las piernas ligeramente separadas, pon tu peso sobre la pierna derecha y levanta tu brazo derecho, ahora con tu cuerpo firme lleva para atrás tu pierna izquierda mientras bajaba el pecho con tu brazo extendido, como si fueras una tabla, mantente en esa posición firme durante unos segundos. Realiza el mismo ejercicio con el otro lado.</p> <p>Ahora acuéstate boca arriba, lleva tus piernas juntas recogidas a tu pecho, coloca tus manos en la parte posterior de tu cadera e intenta estirar las piernas como si quisieras que llegaran al cielo. Mantén esta postura por unos segundos.</p> <p>Por último, recuéstate de lado izquierdo, colocamos la mano derecha</p>

	firme y abierta contra el suelo a la altura del hombro, giramos levemente y nos levantamos en plancha lateral levantando al cielo la mano izquierda.
<p><b>Observación</b></p> <p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	

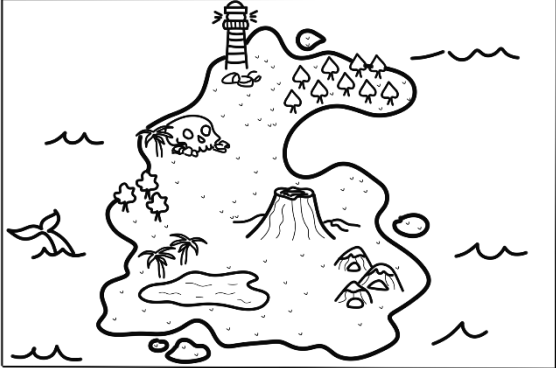
<b>EJERCICIO DE CONTROL RESPIRATORIO</b>	
	REPRESENTACIÓN GRÁFICA
<b>Recursos y materiales</b>	Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.
<b>Tiempo</b>	20 minutos
<b>Consigna</b>	<p>Para esta actividad vas a inhalar, retener y exhalar al ritmo que te diga.</p> <p>¿listo? comencemos.</p> <p>inhala (contamos 3) Sostén (contamos 3) Exhala (contamos 3)</p>

	<p>inhala (contamos 3) Sostén (contamos 5) Exhala (contamos 5)</p> <p>inhala (contamos 5) Sostén (contamos 5) Exhala (contamos 10)</p> <p>inhala (contamos 5) Sostén (contamos 10) Exhala (contamos 10)</p>
<p><b>Observación</b></p> <p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	

<p><b>EJERCICIO DE CONTROL TÓNICO</b></p>	
	<p>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</p>
<p><b>Recursos y materiales</b></p>	<p>Tarjetas roja, amarilla y verde (Recursos)</p> <p>Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.</p>
<p><b>Tiempo</b></p>	<p>20 a 25 minutos</p>
<p><b>Consigna</b></p>	<p>Esta actividad es una variación al tradicional juego de las estatuas, aquí vamos a incluir tres tarjetas, que, al</p>

	<p>sacarlas y mostrarlas al grupo, los niños tendrán que hacer lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Roja: congelados/estatuas.</li> <li>• Amarilla: mueven solo la mitad del cuerpo y congelan la otra mitad.</li> <li>• Verde: pueden moverse y bailar libremente con todo su cuerpo.</li> </ul>
<p><b>Observación</b></p> <p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	

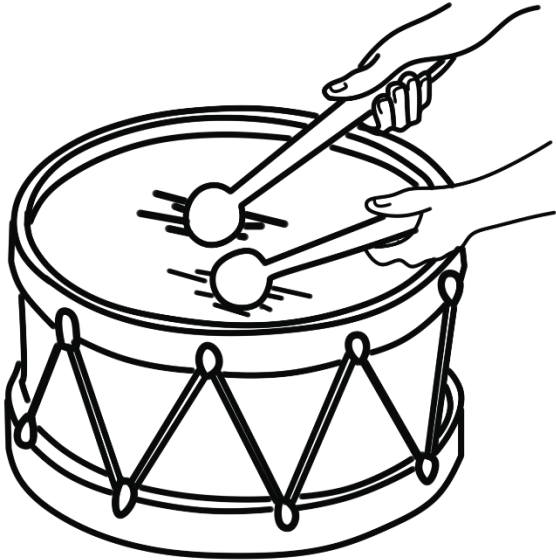
### EJERCICIO DE ORIENTACIÓN ESPACIAL EGOCÉNTRICA

	<p>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</p>
<p><b>Recursos y materiales</b></p>	<p>Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40.</p>
<p><b>Tiempo</b></p>	<p>20 minutos</p>
<p><b>Consigna</b></p>	<p>En esta actividad vamos a colocar al niño o niños en el centro del mapa, posteriormente se le harán pregunta respecto a su posición como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué está frente a ti?</li> <li>• ¿Que está a tu derecha?</li> </ul>




	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Dónde se encuentra la isla con el tesoro, a tu derecha o a tu izquierda?</li> <li>• ¿Dónde hay más barcos, a tu derecha o a tu izquierda?</li> </ul> <p>Recuerda que, para esta actividad, al ser egocéntrica, las preguntas siempre deben estar relacionadas a su cuerpo.</p>
<p><b>Observación</b></p> <p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	

### EJERCICIO DE PERCEPCIÓN TEMPORAL

	<p>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</p>
<p><b>Recursos y materiales</b></p>	<p>Música: escoger de la sección vi las pistas 31 a 40 (pistas con percusión marcada <b>ejemplo: pista 11</b>).</p>
<p><b>Tiempo</b></p>	<p>20 minutos</p>
<p><b>Consigna</b></p>	<p>En esta actividad, los niños pueden emplear cualquier instrumento para</p>

	<p>marcar el ritmo, tambores, panderetas, maracas, aplausos y los pies. Lo importante es contar con canciones que marquen claramente el ritmo con la percusión y realizar un modelado del ritmo, de modo que los niños puedan ir reforzando esta habilidad.</p>
<p><b>Observación</b></p> <p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	

<p><b>EJERCICIO DE ORGANIZACIÓN ESPACIO-TEMPORAL (SIMBOLIZACIÓN DE ESTRUCTURAS TEMPORALES)</b></p>	
	<p>REPRESENTACIÓN GRÁFICA</p> <p>0 0 00 0</p>
<p><b>Recursos y materiales</b></p>	<p>Tarjetas con las estructuras rítmicas (Recursos).</p> <p>Metrónomo calibrado en 100PPM.</p>
<p><b>Tiempo</b></p>	<p>20 a 25 minutos</p>
<p><b>Consigna</b></p>	<p>Escucha el ritmo que marca el metrónomo. Vamos a leer estas tarjetas y llevaremos el ritmo con aplausos (manos) y pisadas (pies). Es necesario comenzar con modelado por parte del docente e ir llevando el ritmo en conjunto.</p>

<p><b>Observación</b></p> <p>En este espacio el profesional describirá el desarrollo y los resultados obtenidos de la sesión, así como aquellas conductas, comportamientos observados en el niño.</p>	
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

### SECCIÓN III: Recursos.

#### i. Música

- **Pista 1 Relajación/Verbalización.**

**Autor:** Vivaldi

**Título de la canción:** Winter (cuatro estaciones)

**Género:** Clásica, periodo barroco.

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=7gCr93IZtWo>

- **Pista 2 Relajación/Verbalización.**

**Autor:** Vivaldi

**Título de la canción:** Summer (cuatro estaciones)

**Género:** Clásica, periodo barroco.

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=mT-acPodXc>

- **Pista 3 Relajación/Verbalización.**

**Autor:** Vivaldi

**Título de la canción:** Autumn (cuatro estaciones)

**Género:** Clásica, periodo barroco.

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=rQzZxg5pl-g>

- **Pista 4 Relajación/Verbalización.**

**Autor:** Vivaldi

**Título de la canción:** Spring (cuatro estaciones)

**Género:** Clásica, periodo barroco.

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=Onagcx7FeAM>

- **Pista 5 Calentamiento.**

**Autor:** Offenbach

**Título de la canción:** Can-Can

**Género:** Clásica

**Link:** [https://www.youtube.com/watch?v=pQ\\_d9t-NVDU&list=PLtu3XlvKgDAc0IVOAc6jJl8oQwofAly7P](https://www.youtube.com/watch?v=pQ_d9t-NVDU&list=PLtu3XlvKgDAc0IVOAc6jJl8oQwofAly7P)

- **Pista 6 Calentamiento.**

**Autor:** Kevin MacLeod

**Título de la canción:** Electro Cabello

**Género:** Dance Electronica

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=N5DrO0jBUGE>

- **Pista 7 Calentamiento.**

**Autor:** Kevin MacLeod

**Título de la canción:** Four Beers Polka

**Género:** Country Folk

**Link:** <https://www.youtube.com/watch?v=tns0oYABSg0>

- **Pista 8 Sesión propiamente dicha Simonetta.**

**Grupo:** Miskilla Trio

**Autores:** Daniel Durán, Alejandro Veloz y Danny Mayorga

**Título de la canción:** Jaguar

**Género:** Fusión contemporáneo

**Link:** [https://drive.google.com/file/d/1Yb9Z0MPHfK44n1\\_Cs8FSuQ32AMaSy/view?usp=share\\_link](https://drive.google.com/file/d/1Yb9Z0MPHfK44n1_Cs8FSuQ32AMaSy/view?usp=share_link)

- **Pista 9 Sesión propiamente dicha Simonetta.**

**Grupo:** Miskilla Trio

**Autores:** Daniel Durán, Alejandro Veloz y Danny Mayorga

**Título de la canción:** Los Diablos están Suelos

**Género:** Albazo

**Link:** [https://drive.google.com/file/d/11TRq815hMj\\_V6tvEU93dLO\\_D0VINP12n/view?usp=share\\_link](https://drive.google.com/file/d/11TRq815hMj_V6tvEU93dLO_D0VINP12n/view?usp=share_link)

- **Pista 10 Sesión propiamente dicha Simonetta.**

**Grupo:** Miskilla Trio

**Autor:** Daniel Durán, Alejandro Veloz y Danny Mayorga

**Título de la canción:** Sacha runa

**Género:** Fusión contemporaneo

**Link:**

[https://drive.google.com/file/d/1ZXzY9SuedIJrzOc9CWRHY2WXpYMf\\_7Qw/view?usp=share\\_link](https://drive.google.com/file/d/1ZXzY9SuedIJrzOc9CWRHY2WXpYMf_7Qw/view?usp=share_link)

- **Pista 11 Sesión propiamente dicha Simonetta.**

**Grupo:** Miskilla Trio

**Autores:** Daniel Durán, Alejandro Veloz y Danny Mayorga

**Título de la canción:** El Animero

**Género:** Yumbo

**Link:** [https://drive.google.com/file/d/1JjzjKIOnkLDsRedtcsUC0fk2KuO-a-O/view?usp=share\\_link](https://drive.google.com/file/d/1JjzjKIOnkLDsRedtcsUC0fk2KuO-a-O/view?usp=share_link)

- **Pista 12 Sesión propiamente dicha Simonetta.**

**Grupo:** Miskilla Trio

**Autores:** Daniel Durán, Alejandro Veloz y Danny Mayorga

**Título de la canción:** Al Respirar

**Género:** Pasillo

**Link:**

[https://drive.google.com/file/d/1KHae3vvKsX357W\\_zUW0M\\_1JTPI9McNct/view?usp=share\\_link](https://drive.google.com/file/d/1KHae3vvKsX357W_zUW0M_1JTPI9McNct/view?usp=share_link)

**ii. Recursos.**

1. Paletas con emoticones (like, dislike, corazón, triste, feo) verbalización



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra



Me entristece



Me enfada



Me gusta



Me encanta



Me divierte



Me alegra



Me asombra

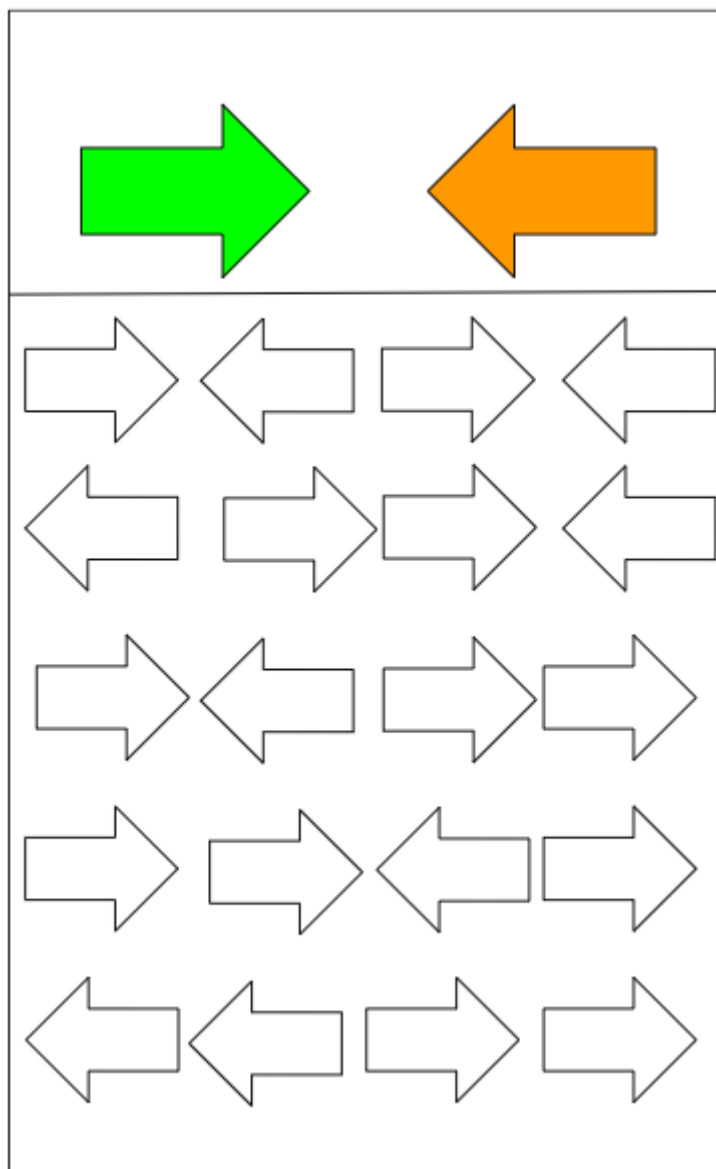


Me entristece



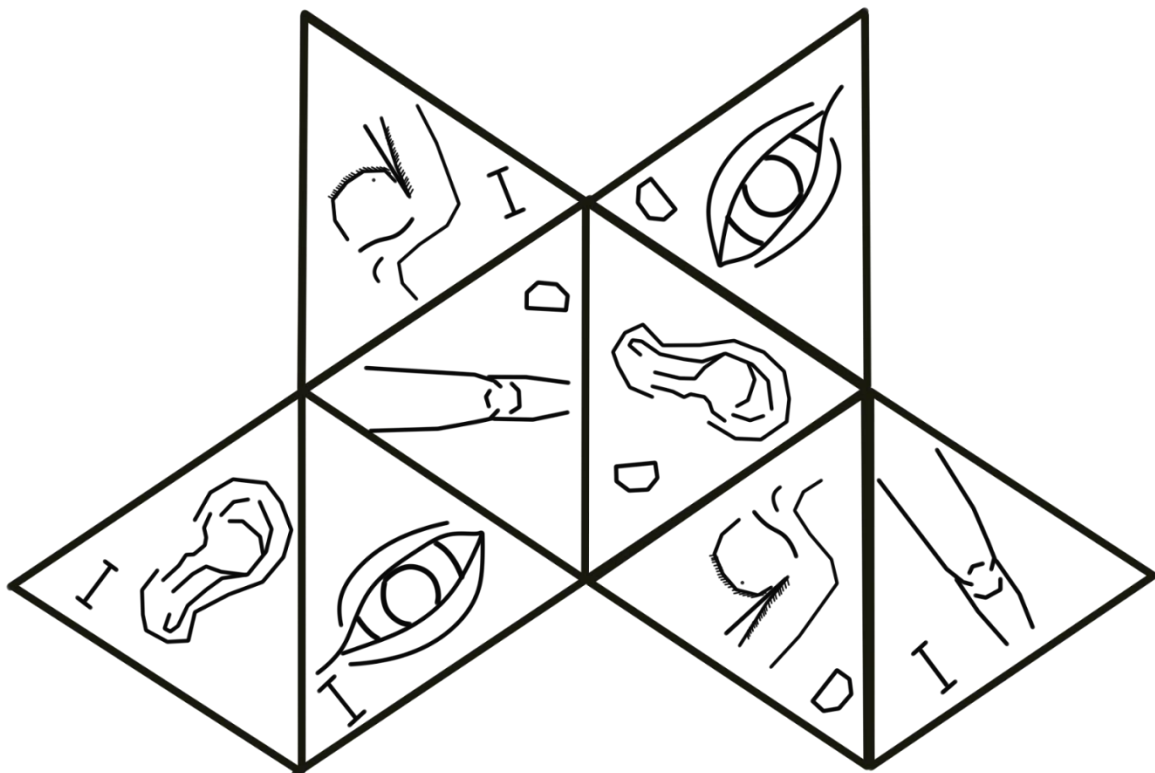
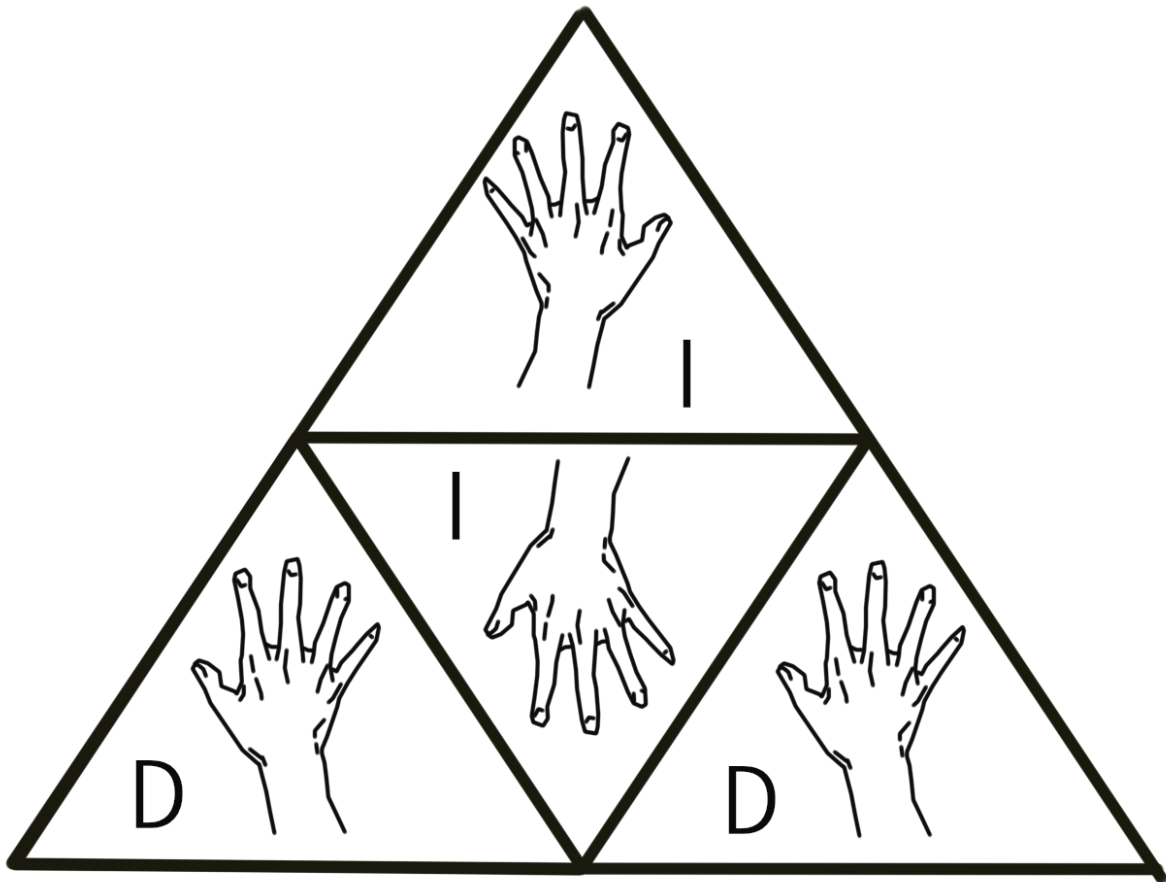
Me enfada

## 0. Plantilla para actividad de lateralidad

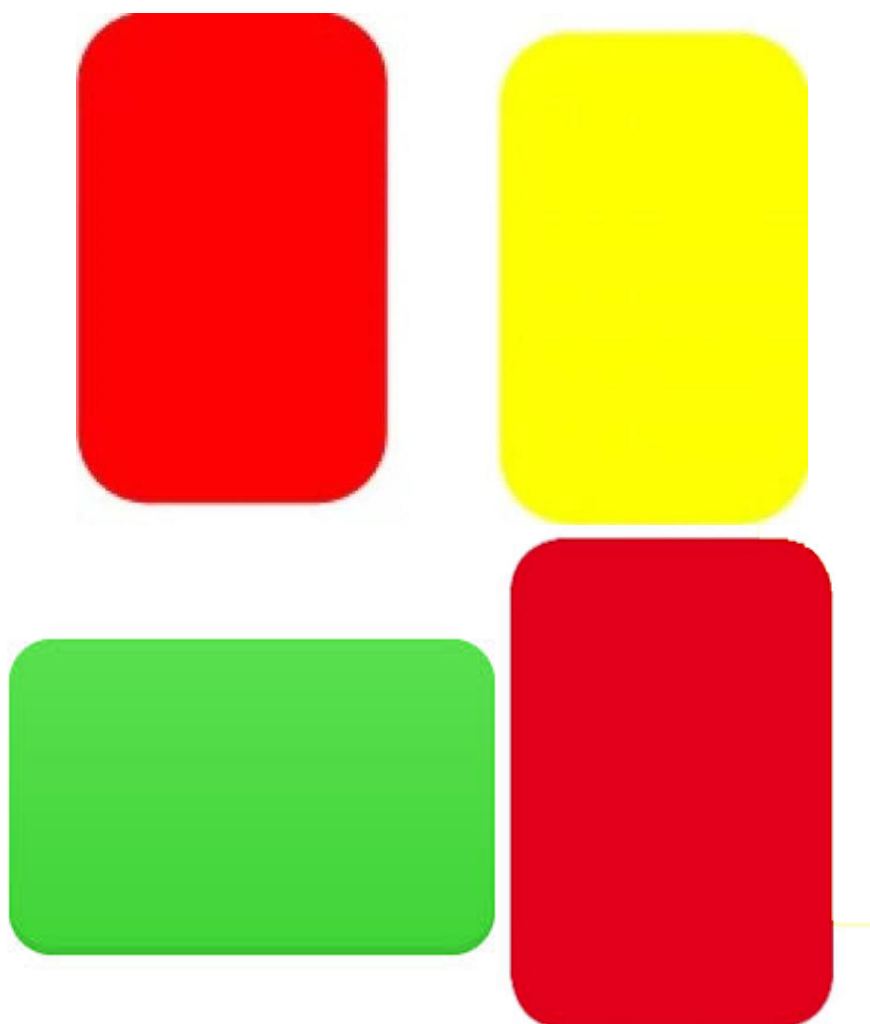




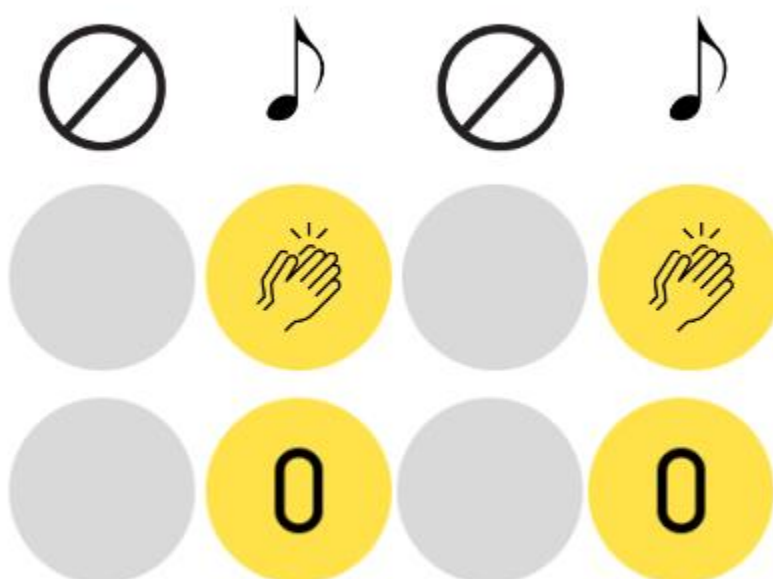
0. Dados 4 y 8 caras para egocéntrica



## 0. Tarjetas control tónico.

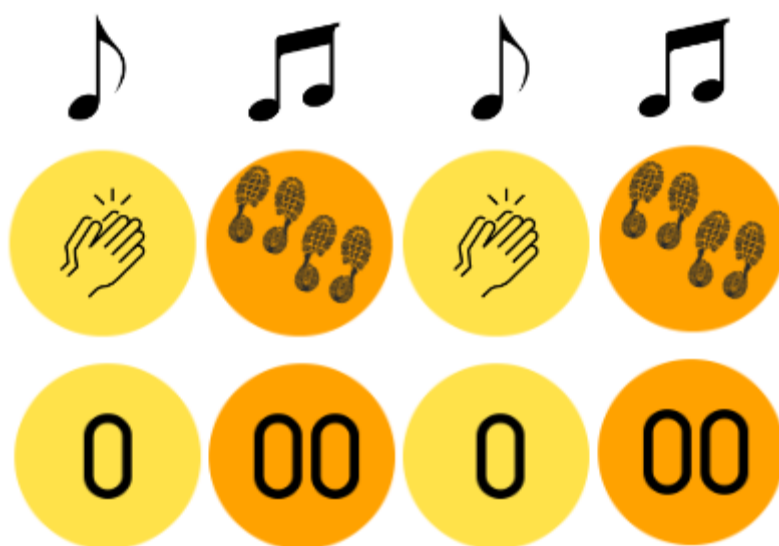


0. Estructuras rítmicas de la última prueba manos, pies, nota musical y 0 00.









### Referencias bibliográficas

- Álvarez, C. y Martínez, A. (2019). Calentamiento para la actividad físico-deportiva. Sus fundamentos metodológicos dentro del proceso de enseñanza. *Panorama Cuba y Salud*, 14(1), 3-5.
- Bellver-Pérez, S. y Menescardi, C. (2022). Importancia de la aplicación de técnicas de relajación en el aula de educación física (Importance of the relaxation techniques application in the physical education classroom). *Retos*, 44, 405-415.
- De-Damas-González, M., y Gomariz-Vicente, M. (2020). La verbalización de las emociones en Educación Infantil. Evaluación de un Programa de Conciencia Emocional. *Estudios sobre educación*, 38, 279-302.
- Huiracocha, K. (s/f). Apuntes de psicomotricidad en M. Proaño (compiladora), *Cátedra de psicomotricidad*. Cuenca-Ecuador.
- Moncada, B. S. (2016). Importancia de la música como recurso en el aprendizaje escolar. *Revista iberoamericana de producción académica y gestión educativa*, 3(6).