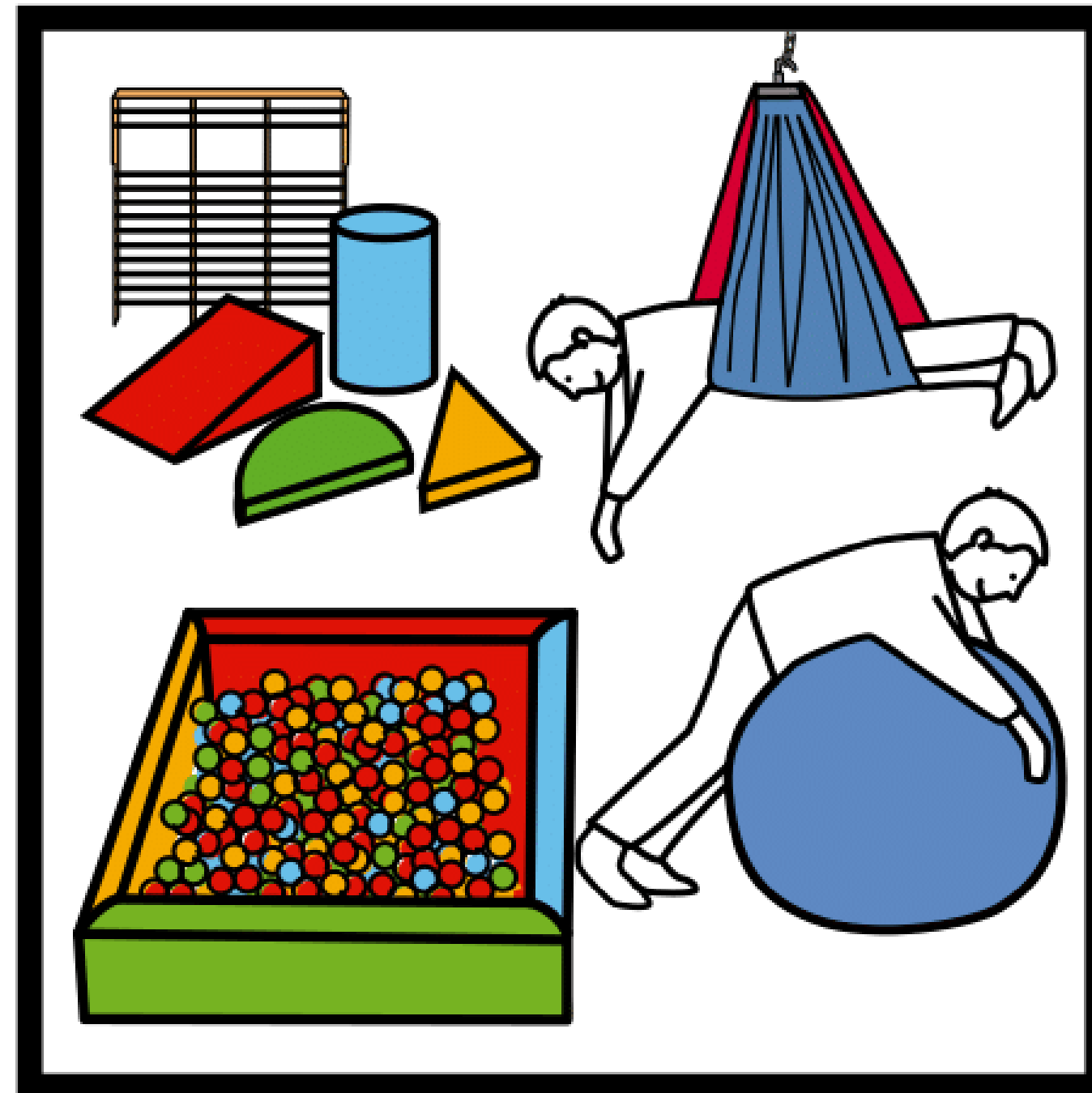


PSICOMOTRICIDAD




DEFINICIÓN

La psicomotricidad es una disciplina que concibe al hombre como un ser global y cuyo objetivo es el desarrollo de las competencias motrices, cognitivas y afectivo-sociales. Constituye bien una herramienta de trabajo, bien un recurso metodológico de interés para la labor de distintos profesionales, tanto del ámbito de la educación como del terapéutico.

El término «psicomotricidad» puede desdoblarse en dos (psico-motricidad). Si se atiende solamente a la motricidad, ésta concierne a la ejecución del movimiento. Sin embargo, la palabra «psicomotricidad» comprende a la persona en su globalidad, y no únicamente en su dimensión orgánica, implica aspectos motores y psíquicos.

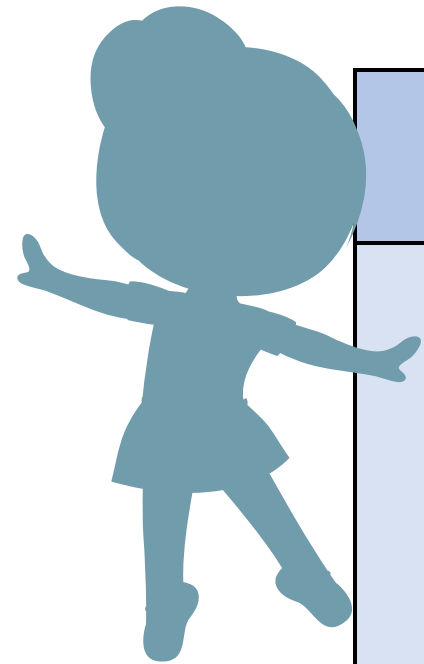
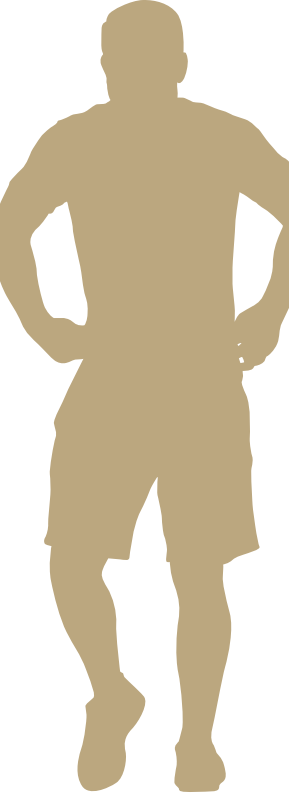
CONTENIDOS PSICOMOTORES

CONTENIDO	OBJETIVOS GENERALES
Área Motora 	<ul style="list-style-type: none">▪ Tono muscular▪ Coordinación dinámica general▪ Equilibrio▪ Coordinación visomotriz▪ Lateralidad▪ Disociación de movimientos
Área Cognitiva	<ul style="list-style-type: none">▪ Percepción del cuerpo▪ El espacio y los objetos▪ El tiempo▪ La capacidad de representación
Área Comunicativa y socio-afectiva	<ul style="list-style-type: none">▪ Relación de apego y seguridad▪ Relación entre iguales▪ Autoconcepto y autoestima▪ Expresión y reconocimiento de emociones▪ Aceptación y respeto de normas▪ Lenguaje

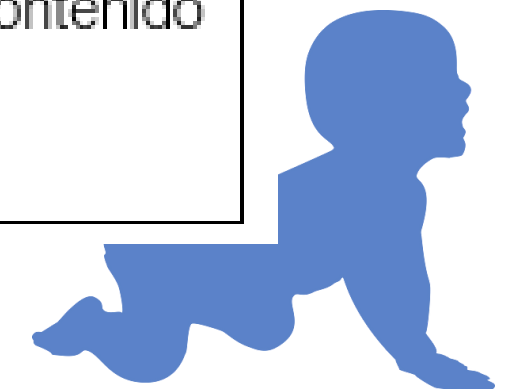


TIPO DE JUEGO

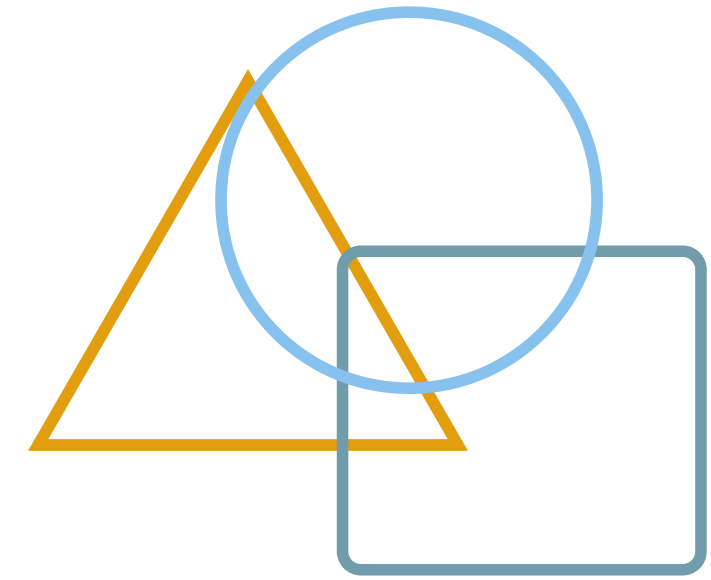
Acorde a la edad/nivel de madurez y momento de la sesión



Tipo de Juego		Edad/Nivel Madurez	Momento de la sesión
<u>Sensoriomotor</u>		Desde nacimiento hasta 2 años	- Durante toda la sesión
		A partir de los 2 años	- Preparación - Primera parte del contenido principal
<u>Simbólico</u>	Individual /paralelo	De 2 a 4 años	- Segunda parte del contenido principal
	En grupo	A partir de 4 años	
<u>Reglas</u>	Impuestas	De 7 a 10 años	- Segunda parte del contenido principal
	Modificables	A partir de 10 años	



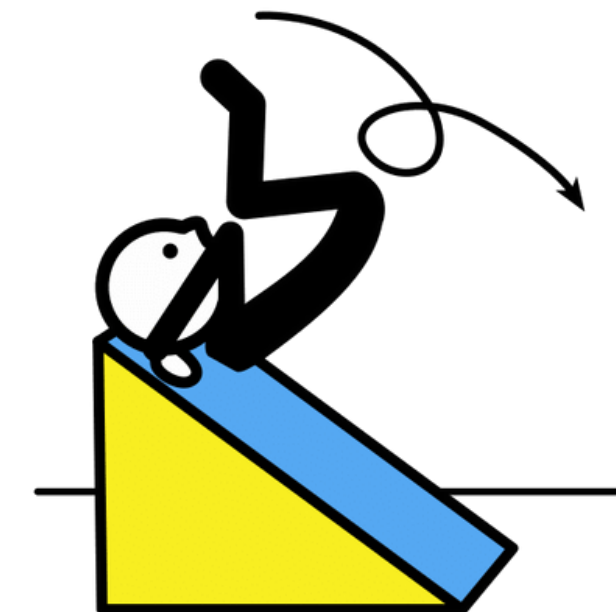
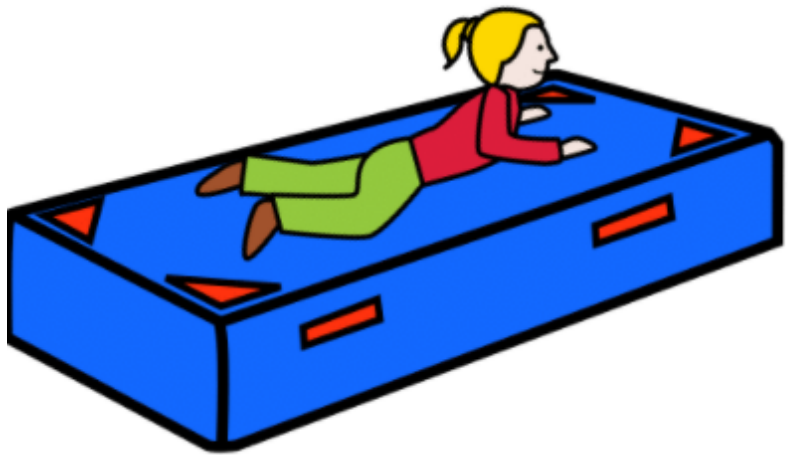
MATERIALES



Los materiales que podemos encontrar para psicomotricidad son muy variados , pueden ser específicos o usar elementos cotidianos en relación al alumnado y objetivos a conseguir.

Se pueden usar materiales con distintas alturas, durezas , agarres y adaptarlo a las sesiones preparadas o a las capacidades adquiridas de cada alumno para poder desempeñar las actividades de la manera mas autónoma.

TAPIZ Y COLCHONETA



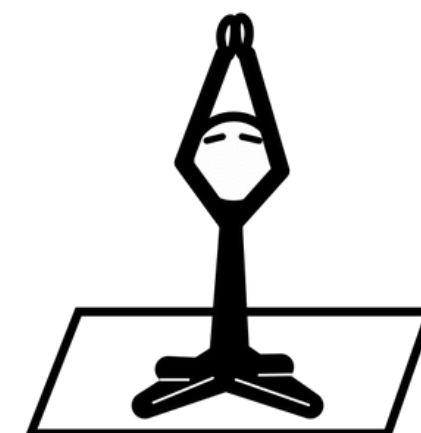
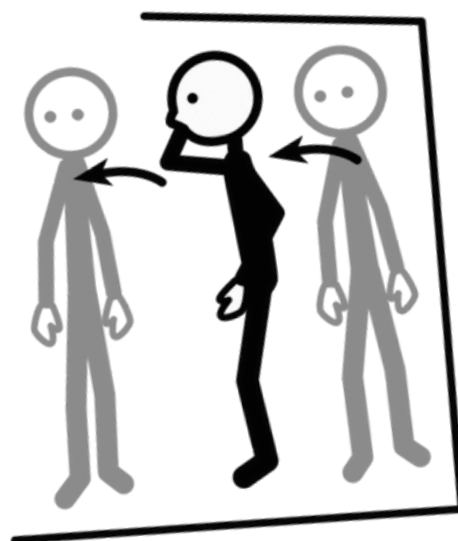
Coordinación (Desplazamiento y arrastres)

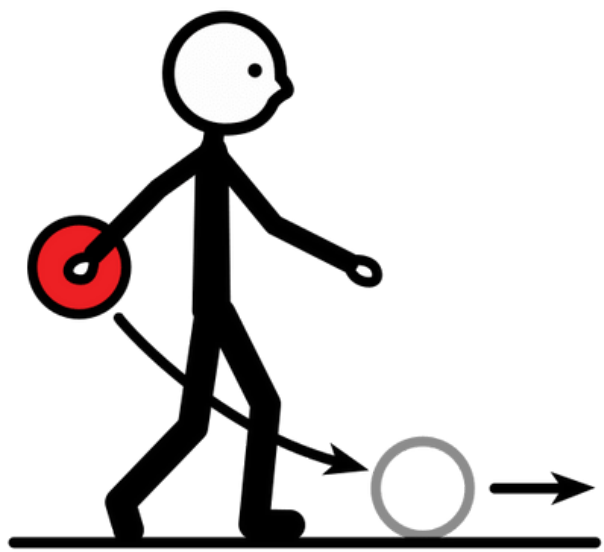
Equilibrio (Imitar formas o recrear situaciones)

Se familiarizará con los volúmenes y texturas

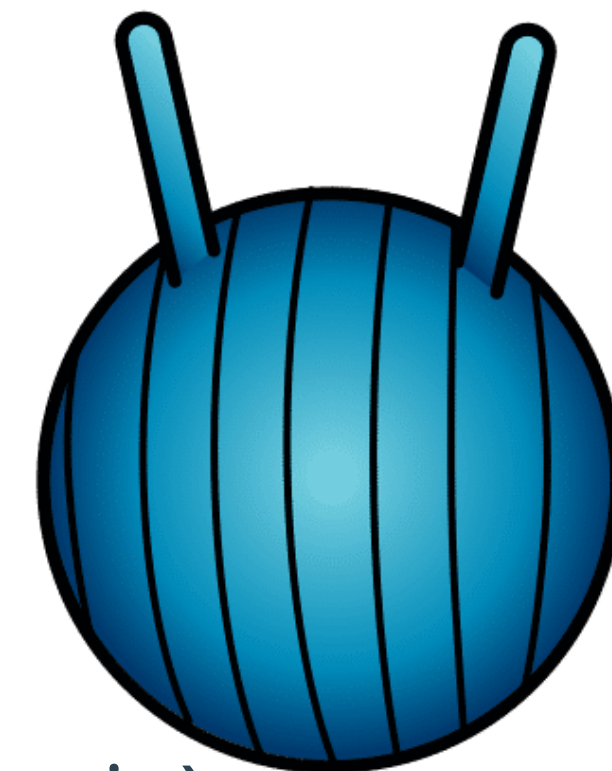
Favorece el juego en suelo (voltereta , giro ,arrastre)

Integración en circuitos





BALONES



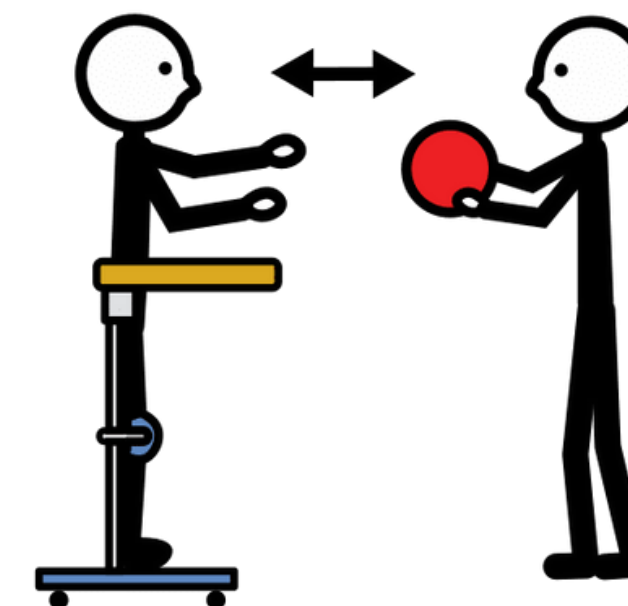
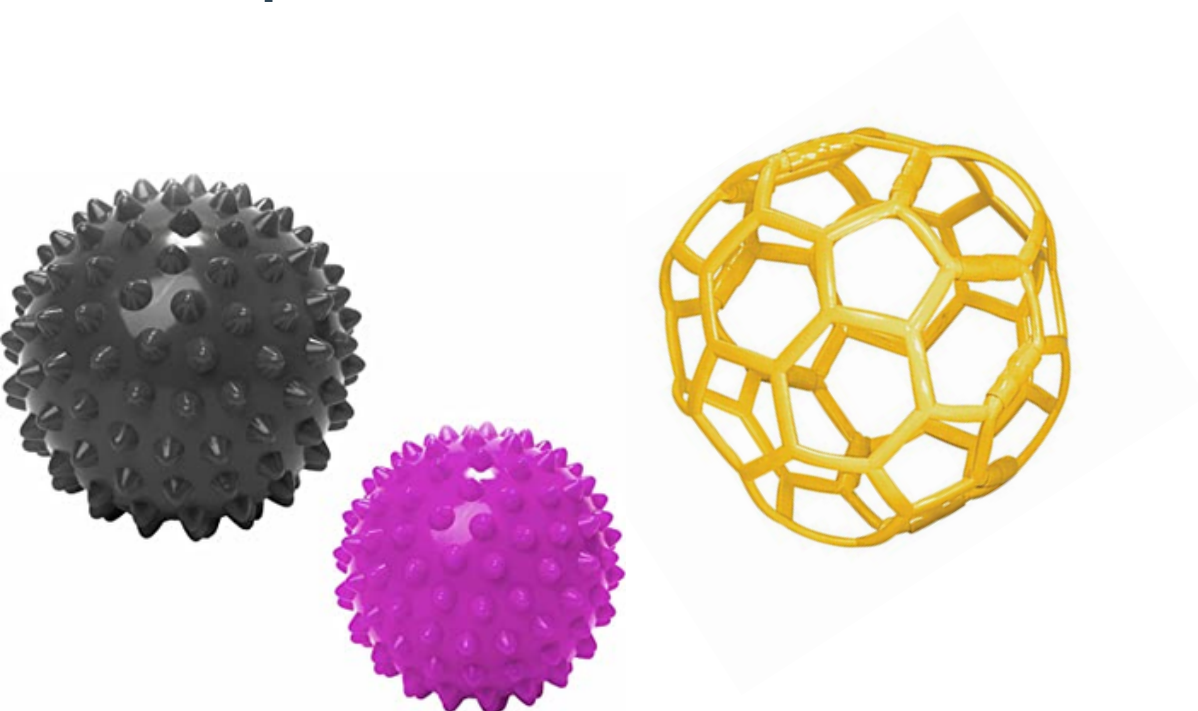
Lanzamiento de bolos (coordinación y disociación)

Puntería a diferentes dianas de pared o suelo (fuerza muscular y puntería)

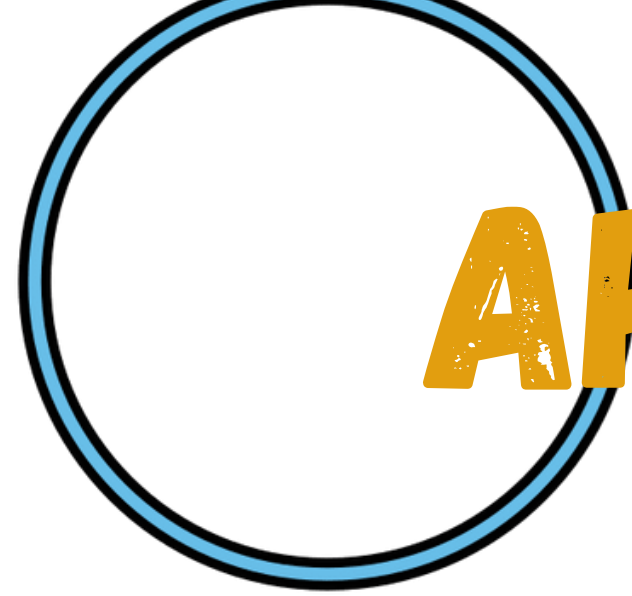
Círculo con pases evitar que se caiga pelota (Trabajo en equipo y situación espacial)

Pasar pelota con diferentes partes del cuerpo (Integración corporal)

Recorridos evitando que la pelota se caiga al suelo (Control postural y desplazamiento)



AROS / PICAS / GOMAESPUMA

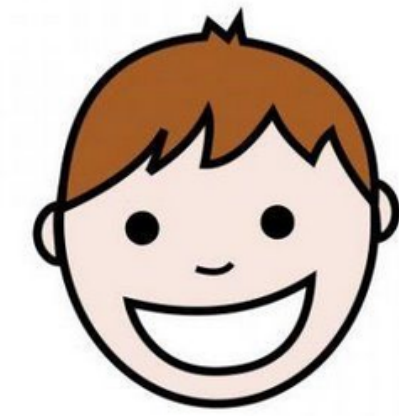


Favorece pinza y motricidad fina: el agarre se puede adaptar a las necesidades de cada alumno. Realizar lanzamientos y como complemento para hacer recorridos y dificultar la estabilidad y coordinación.

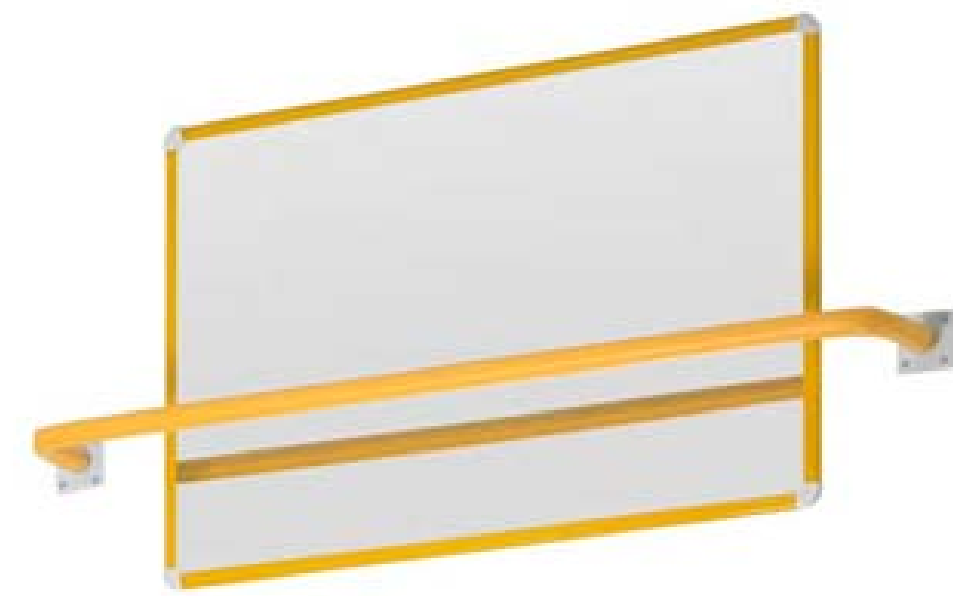
Usar las picas para crear alturas diferentes para pasar por debajo o por encima y favorecer la amplitud articular y fuerza muscular.

Llevar los elementos juntos : por ejemplo un rollo de gomaespuma y el aro dentro para aumentar la dificultad y que lo realicen en pareja o grupo.

Pasar el aro en círculo de unos a otros sin usar la mano , favorecen la disociación corporal y aumenta el control postural.



ESPEJO



Si hay posibilidad es interesante introducir un espejo en el aula para trabajar el biofeedback y la conciencia corporal y de movimiento a la vez que realizamos otras actividades .

- Bailes
- Movimientos concretos corporales
- Favorecer la movilidad facial
- Integrar elementos combinados (Ejemplo: Levantar rodilla y brazo contrario)

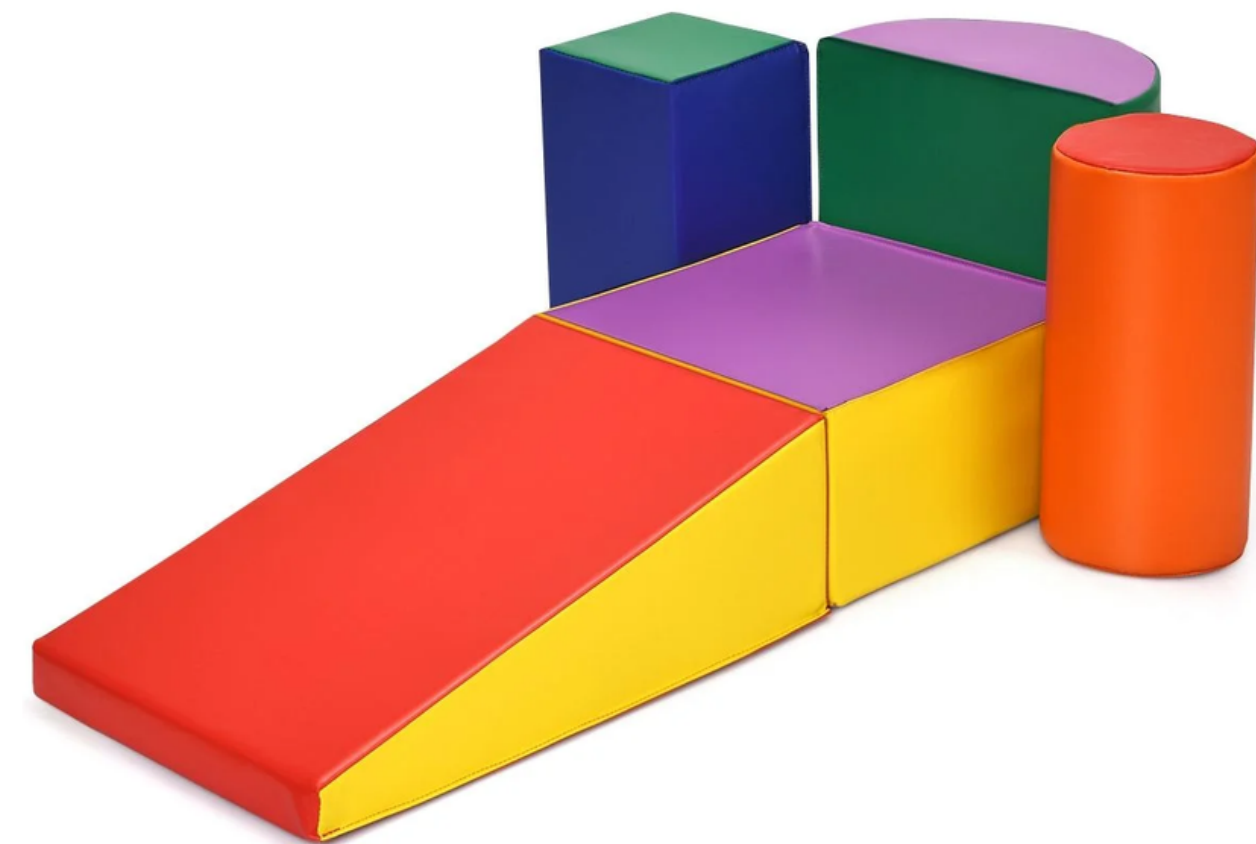


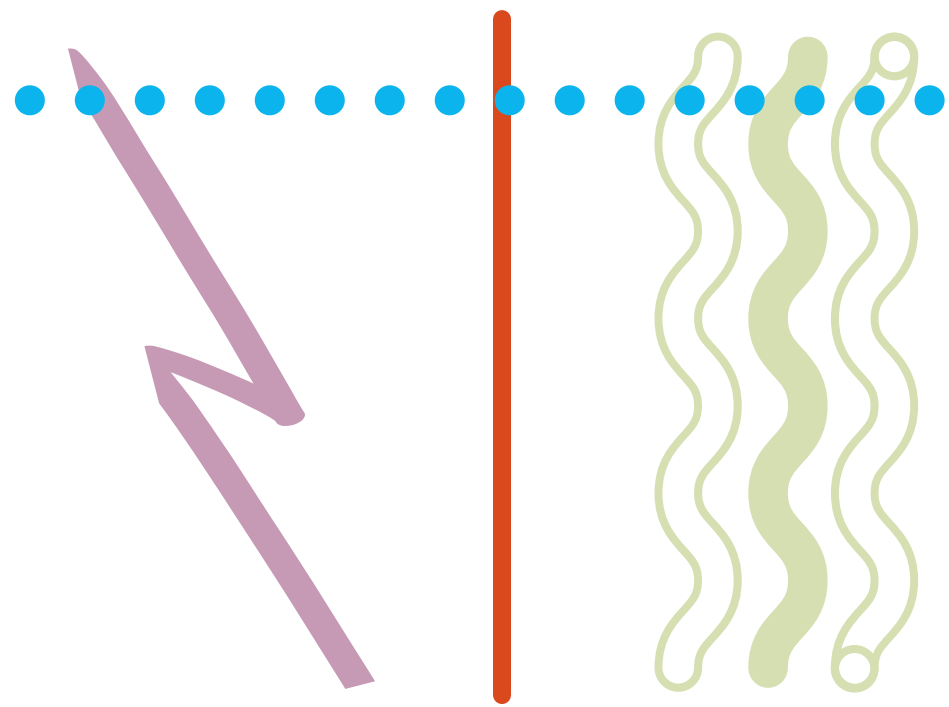


MÓDULOS

Estos módulos tienen diferentes formas , diámetros y maneras de colocarlos esta variedad nos permite adaptarlo a actividades que vayamos a desempeñar o requerimientos de trabajo de los alumnos por ejemplo:

- Rampas para trabajar el ascenso y descenso
- Rulos para sobrepasar y trabajar el tono muscular y capacidad articular
- Obstáculos en un recorrido para la estabilidad





CINTA ADHESIVA

El empleo de la cinta nos sirve para crear circuitos en el suelo con mas o menos dificultad , marcar la distancia para un lanzamiento o la separación para un juego además de dar un apoyo visual al seguimiento de un recorrido.

También puede usar para crear elementos en pared como una diana en la pared , marcas de punteria entre otros.

Favorece el trabajo de la coordinación y equilibrio en el desarrollo de la marcha.

