

Normalización





INDICE

CONTENIDO	PÁG.
PRESENTACIÓN	2
ORIGEN DEL TÉRMINO NORMALIZACIÓN	3
EDUCACIÓN DEL HOMBRE CONSCIENTE	3
NORMALIZACIÓN EN EL AULA	5
MEDIOS FACILITADORES DE LA NORMALIZACIÓN	10
PSICOMOTRICIDAD	17
PROGRAMACIÓN DE PSICOMOTRICIDAD.	20
ESTRUCTURA DE UNA SESIÓN DE PSICOMOTRICIDAD.	27
ANEXO 1: MODELOS DE PSICOMOTRICIDAD	31
BIBLIOGRAFÍA.	83



Presentación

La Educación Personalizada, es una opción pedagógica que responde a lo que Madre Bernarda y Padre Teodosio se propusieron y proyectaron. Ellos conscientes de las necesidades de la época (Siglo XIX) y reconociendo las capacidades del ser humano, se dieron a la tarea de formar niños y jóvenes en todas sus potencialidades, para enfrentar los desafíos de la sociedad.

Hoy, los Colegios Santa Cruz, continúan dando vida y actualizan lo que se ha heredado de los fundadores, por esta razón es importante la formación de los educadores en relación a la Enseñanza Personalizada.

Un aspecto de relevancia a considerar es la normalización, ya que favorece en los niños y jóvenes la conquista del cuerpo por el espíritu. Por esta razón, es necesario brindar instancias que los lleven a ser conscientes de sí mismo, de los demás y del medio en el cual se desarrollan.

Para apoyar la labor educativa, se ha recopilado información de normalización y modelos de psicomotricidad que son un aporte a esta instancia pedagógica.



Origen del término Normalización

Esta palabra fue empleada por los técnicos de la industria en el campo de la producción, para determinar la conformidad escrita en la terminación de un modelo; su perfecto desarrollo y creación, sin salirse de los límites y parámetros establecidos.

La primera en usar este término en educación fue la Dra. Ma. Montessori, quien descubrió que una vez despertado el interés de los niños por su trabajo, el ciclo de repetición, concentración y satisfacción conduce a un desarrollo de la disciplina interior, la confianza en sí mismo y la preferencia por una actividad con propósito. A este proceso que tiene lugar en el niño, fue lo que ella llamó Normalización. Le parecía que era el llamado a la normalidad del niño, a lo que puede y debe llegar a hacer para progresar. Esto solamente se logra cuando el medio ambiente ofrece los recursos necesarios. (Paz. R. 1980)

Educación del Hombre Consciente

La Normalización

Normalización es un concepto que puede definirse como: "hacer las cosas como hay que hacerlas normalmente" (Faure, P). Es el dominio de sí, un equilibrio entre las actividades, mentales y corporales. Una adquisición de hábitos, el que tiene como fin llegar a una responsabilidad personal.



“La persona normalizada ordena, domina y perfecciona sus gestos, actúa con el corazón y la mente, en el nivel voluntario y no sólo instintivo, se unifica y tranquiliza interiormente, toma conciencia de los demás y se anima a relacionarse con ellos, aprende la finalidad y la utilidad de los objetos”. (Klein, L. 2002)

Esta procura llevar a los estudiantes a actuar correctamente en medio de circunstancias normales en que se encuentran. A través de la educación, la normalización logra que el niño tome conciencia de las cosas y de las personas que lo rodean y el medio en el que se desenvuelve, de su disponibilidad y de cómo hacer un adecuado uso de ellas, esto tiende a equilibrar a la persona, desarrollarla y unificarla.

Por otra parte, la normalización nos ayuda a tomar conciencia de que los demás existen y que nos relacionamos permanentemente con "otros" en los diversos ámbitos de la vida. En la etapa escolar serán nuestros profesores, compañeros y compañeras, auxiliares, portero, jardinero; o sea todos aquellos que de alguna u otra manera se vinculan al quehacer educativo, con los cuales el niño o la niña tiene alguna relación en el día a día. De esta forma podemos señalar que la normalización es una adquisición de "normas" para la vida, ellas ayudarán a discernir en nuestro actuar frente a las distintas circunstancias del ambiente escolar, familiar, amistad, entre otras.



Normalización en el aula

Para conquistar la normalización se requiere de una sistematización, esto quiere decir que el educador ha de tener presente las características y el apoyo que necesita cada estudiante, debido a que la Normalización *"es una transformación psicológica de orden interior provocada por una actividad que lleva a una concentración"* (Montessori)

Pierre Faure, presenta tres etapas para lograr la normalización:

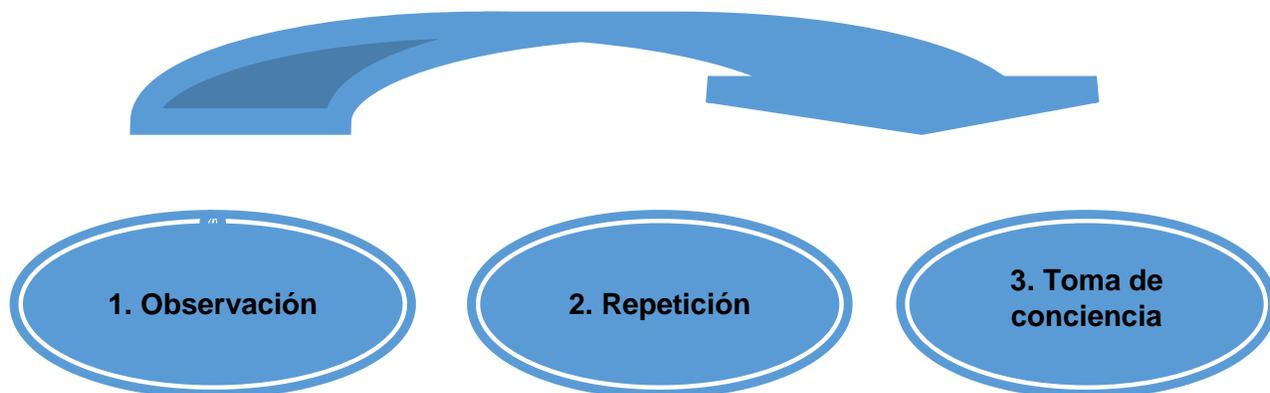
"1) uso de lo que se tiene en las manos: respeto por las cosas y por su manejo; 2) saber que los demás existen: constancia de los demás; 3) conciencia de las decisiones sobre sí mismo, sobre los demás y sobre la sociedad (1975a: 5254)."
(Klein, L. 2002)

La actitud del profesor es fundamental para el logro de la normalización, la que ha de ser planificada, sistemática y rigurosa. Sin embargo, se debe considerar que:

"La clase normalizada no significa inmovilidad ni silencio. No representa ni actitudes artificiales, uniformidades, presión, constreñimiento o medio, sino más bien un ambiente natural de trabajo, motivado, intenso, variado, personal y comunitario, de respeto por la concentración de los demás y de ayuda mutua".
(1975a: 5254)." (Klein, L. 2002)



Para que la normalización sea efectiva requiere de tres pasos fundamentales:



1.- Observación:

La observación es el primero de los tres pasos fundamentales para la adquisición de la normalización. En este paso la observación por parte del estudiante es fundamental, el educador será el que modele adecuadamente cada movimiento y el estudiante (a) observará en silencio lo que se está mostrando; para esto requiere de un ambiente de silencio y concentración.

Por ejemplo: Saludar a una persona correctamente, tomar los materiales dispuestos en la sala y dejarlos en orden o hablar en tono de voz bajo.

2.- Repetición:

Cada vez que los niños(as) han observado alguna práctica de normalización como la anterior señalada, se le debe practicar y repetir los movimientos pausadamente para lograr un control de estos.



Por ejemplo: Recordar y repetir durante el día el saludo correcta y pausadamente, cómo guardar el material o cómo sentarse.

3.- Toma de Conciencia:

En esta etapa es fundamental que el educador sea un mediador en el cuestionamiento: ¿Cómo se hace?, ¿Por qué se hace? y ¿Para qué me servirá?. De esta forma se adquiere el sentido de hacer consciente las actitudes que contribuyen a la armonía personal y grupal.

Esta toma de conciencia, permite que los acuerdos colectivos en relación a ciertos temas de interés común lleven a una mayor autonomía, mejor convivencia y lograr que el trabajo sea integral.

Se debe considerar de relevancia que:

“No hay que creer que, la normalización, se conquista automáticamente o está en vías de adquirirse por sólo la disposición de los materiales, de los locales o de los alumnos. Ni tampoco por poner en manos de los alumnos instrumentos de trabajo, material didáctico abundante en libros, programaciones, indicaciones de trabajo,... Depende en gran parte de la actitud educativa de padres y maestros y sobre todo de la actitud del mismo alumno: 'Mientras los educadores y los alumnos no estén VOLUNTARIAMENTE en vías de normalización, poco o nada se habrá adquirido’ (Paz, R. 1980)



Cabe destacar que no se debe confundir la normalización con *“puestas de trabajo y actitudes totalmente contrarias a lo planteado con anterioridad, que generan resultados en apariencia satisfactorios y a las que acuden con mucha facilidad gran número de profesores con apoyo de las familias. Entienden por normalización: orden impecable, obediencia a la mirada del maestro, reacción condicionada al más mínimo gesto, que ningún alumno se mueva sin autorización, mano levantada para pedir la palabra, silencio impuesto y soportado, memorización de lecciones rutinarias y a veces sin comprensión, el mismo tipo de letra para todos, programas desarrollados durante el mismo período de tiempo sin importar el ritmo de trabajo, exámenes estandarizados para los mismos niveles, etc”* (Paz, R. 1980)

Diferencia entre Disciplina y Normalización.

Se hace indispensable realizar una diferenciación entre Normalización y Disciplina, las cuales serán variadas dependiendo del contexto educativo en el cual se encuentren presentes. Por lo mismo, la mirada de ambos conceptos debe darse desde la Enseñanza Personalizada, como de un sistema de Enseñanza Tradicional.

Normalización	Disciplina
<ul style="list-style-type: none">- Permite autonomía para el profesor y el estudiante.- Crea estímulos positivos.- Favorece hábitos cotidianos para la vida.- Establece un clima armónico en el grupo- curso. <p><i>Por ejemplo:</i> Los acuerdos de convivencia se llegan a establecer entre todos por consenso.</p>	<ul style="list-style-type: none">- Asociada a una sanción punitiva y castigadora.- Reducida al momento de su ejecución.No internalizada.- Favorece a acciones repetitivas sin conocer el sentido de ellas.- Establece un clima de autoridad impuesta. <p><i>Por ejemplo:</i> Los acuerdos de convivencia son establecidos por otros y acatados.</p>



Ambas definiciones pueden ser entendidas como sinónimos, aunque parecen términos semejantes ellos tienen diferencias en su proceder; en cómo se establecen cada uno. Podemos decir entonces que una es desde "dentro hacia fuera" (normalización) y otra desde "afuera hacia dentro" (disciplina en una práctica tradicional: inmovilidad, mutismo y atención pasiva de los estudiantes) (Extracto Manual de Didáctica. Para la educación religiosa escolar católica. 2010)

Sin embargo, podemos hablar de disciplina en Enseñanza Personalizada, cuando son los propios niños quienes organizan individualmente la manera cómo van a trabajar. Pierre Faure, dice que la disciplina es más que un simple comportamiento, sino más bien llevarlo a la reflexión de su actuar.

"Cuando Faure fue cuestionado sobre la posibilidad de que los alumnos indisciplinados permanecieran en la escuela personalizadora, respondió que, en caso de que no pudieran estudiar en esa escuela, tampoco podrían hacerlo en ninguna otra, ya que el problema, según su punto de vista, es la falta de confianza en ellos mismos y ausencia de instrumentos y medios para alcanzar su dominio y concentración en las tareas que se proponen. De cualquier forma, la escuela debería cuestionarse al tener la necesidad de despedir al alumno indisciplinado, ya que: "nosotros somos los que no tenemos la capacidad suficiente para dar una respuesta a ese alumno" (1982d: 54). (Klein, L. 2002)

"Sí, hablemos de disciplina, sin embargo, es necesario ampliar una palabra: hablemos de disciplina social, de aprender a vivir con los demás" (1981a: 18). (Klein, L. 2002)



Para el profesor de religión esta instancia es propicia para generar cercanía, establecer vínculos, mostrar la figura de un Dios cercano que acoge y anima en las distintas etapas de la vida. A los estudiantes les será de gran ayuda la instancia de toma de conciencia para lograr profundizar en los contenidos que tengan relación con Dios, consigo mismo y con otros, llevándolos a una búsqueda constante de humanización y trascendencia. Además, esta toma de conciencia favorece, junto a otros elementos, el desarrollo de criterios para el discernimiento. Actitud clave para la vida de un creyente" (Extracto Manual de Didáctica. Para la educación religiosa escolar católica. 2010)

Medios facilitadores de la normalización

Para fortalecer la Normalización, hay medios que favorecen el quehacer docente y el clima de trabajo.

a) La lección del silencio creada por María Montessori.

Ejercicio que tiene como fin la regulación de los movimientos, pero sobre todo hacer posible la creación del silencio. Su fin no es lograr que estén relativamente callados y quietos, sino llegar gradualmente a la toma de conciencia de sí, a experimentar el gozo y la paz que ello produce. Sólo en el silencio podemos escuchar nuestra voz interior alcanzando niveles de concentración y meditación superiores.

"El silencio se crea, se produce con la ausencia de ruido, y requiere de los niños un verdadero esfuerzo de voluntad para ordenarle a su cuerpo que se esté



quieto, ayudándoles progresivamente a que descubran que el cuerpo es un instrumento que puede ser gobernado por el espíritu".(Paz,R.1980)

Al descubrir lo necesario y valioso del silencio, ayuda a los estudiantes a un encuentro consigo mismo, reflexión personal, escucha e interiorización, que favorece el dominio de su cuerpo, tomar consciencia de su persona que lo lleva a trascender.

b) La Psicomotricidad.

Tiene como fin la educación por el movimiento. Si recordamos que la palabra educar proviene del latín *educare* que significa SACAR DE DENTRO, el objeto de la psicomotricidad se nos revela fácilmente: a través del movimiento, o mejor dicho, apoyándonos del movimiento, ayudamos a que el alumno evoque sus facultades superiores, se descubra a sí mismo, tome consciencia de su cuerpo y de su propio yo.

Lo que es importante captar es que no es el movimiento en sí (los desplazamientos, el seguir un ritmo, etc.) lo que educa, sino la acción intencional del sujeto que voluntariamente somete su cuerpo a las órdenes que le da su mente.

Cualquier ejercicio de psicomotricidad, para que cumpla con su cometido debe ser deseado, querido, sentido y sobre todo controlado.

Es difícil expresar con palabras algo que tiene que ser vivido; experimentado por las personas. En el caso de los niños, es necesario seguir una progresión, que va desde el conocimiento o descubrimiento de su esquema corporal, hasta la toma de consciencia de que él y sólo él tiene la posibilidad de dirigirse, de orientarse. Es importante que se realicen lecciones de psicomotricidad con el objeto de descubrir sus



fines, su profundidad, pues el origen de todo conocimiento se produce a través del dominio y equilibrio del cuerpo y, de la ubicación de éste en el espacio.

La persona es una unidad existencial de cuerpo/espíritu, y es el primero el que nos lleva progresivamente a tomar conciencia del segundo, pero lo que buscamos es que en esta toma de conciencia el cuerpo se vuelva un instrumento dócil en manos del espíritu.

La psicomotricidad es y será uno de los más grandes medios para la conquista de la normalización, que no se logrará sin esfuerzo, que requiere de una constante y rigurosa ejercitación.

c) La marcha sobre la línea.

Muchos conocen la línea pintada en el piso de las aulas (sobre todo en preescolar y los primeros años de primaria). ¿Qué objeto tiene? ¿Para qué se usa? Si buscamos una armonía entre las actividades mentales, espirituales y corporales su perfeccionamiento tiene un sine qua non central, es decir, un punto de partida básico.

Este es el equilibrio de la persona, por lo mismo se ha ideado un medio que sirva para ayudar al estudiante a mantener el equilibrio del cuerpo y al mismo tiempo perfeccionar el andar, el más fundamental de todos los movimientos.

Partir del equilibrio corporal (que el niño busca por instinto) para conquistar el mental, ese es el objetivo. Marchar sobre la línea libremente, siguiendo un ritmo, con algo en la cabeza, hacia delante o hacia atrás, etc, son actividades que buscan que la mente ordene y guíe al cuerpo, que el niño escuche sus propias órdenes y sea su



conciencia quien lo dirija. La marcha sobre la línea y la psicomotricidad comienzan a crear, contribuyen a instalar la normalización, pues son: Órdenes progresivas a sí mismo permitiendo relajar y disponer del cuerpo a fin de expresar lo interiormente vivido. Que sea dócil de espíritu como dice San Pablo (. Son oportunidades de tomar en nuestras manos todo nuestro ser, alcanzando el subconsciente, renovado y creando condiciones psicológicas favorables a las iniciativas creadoras.

d) Lubricación de las relaciones.

Se debe enseñar a tener una relación adecuada con las personas, las cosas, las plantas, los animales, así como con el medio ambiente.

Ningún niño nace sabiendo, necesita aprender y lo logrará con más eficacia si se le enseña. Nadie nace ordenado o limpio, es necesario conquistar la limpieza y el orden. Ciertamente es una conquista personal, pero necesita de alguien que le muestre las acciones para que él/ ella pueda asimilarlas, hacerlas suyas porque lo desea. Aquí es básico el medio que le rodea; si se le habla de orden y no se vive en mi persona, en el aula o en la casa, lo seguro es que el niño no aprenderá. Con los alumnos mayores que aún no lo han adquirido, incluso hay que imponerlo, con la condición de ayudarles a descubrir sus ventajas y el bien que les proporciona a ellos y a los demás.

Se da por hecho, en muchas ocasiones, que un niño o joven deben saber (saludar, respetar las plantas, provocar el silencio creativo en un aula, etc.), pero: ¿Quién le ha enseñado? En vez de recriminar o castigar, hay que hacer lo que María Montessori dice con insistencia: "Hay que enseñar enseñando, no corrigiendo" y continúa: "No desesperes; enseña, enseña".



Estos pequeños, pero básicos aprendizajes, están en el origen del respeto que irán adquiriendo por los demás. ¿Cómo aspirar a que respeten las iniciativas y el pensamiento de los demás si no parte de las formas concretas y primarias de relación? Siempre hay que partir de lo concreto, de lo observable, para poder llegar a lo abstracto. Aprender el cuidado de las plantas y de los animales que tenemos en la casa y en la escuela llevará a los niños al amor y respeto por la naturaleza; por eso me parece básico que estas pequeñas pero grandes responsabilidades queden en manos de los niños y los jóvenes. Que descubran la maravilla de la naturaleza que surge de sí misma gracias a los cuidados que ellos le proporcionan. ¡Qué alegría ver cómo brota misteriosamente una flor cuando él la ha cultivado! ¡Cuánto por hacer, por haberlo dejado al margen, en el olvido!.

e) *El ambiente preparado.*

Se debe aspirar a una clase donde "el alumno actúe libremente en lo que debe hacer, no sólo en lo que quiera hacer". Se debe invitar a que el estudiante actúe con todo su ser, cuerpo, mente y espíritu buscando dar una dimensión motriz a sus actividades: desplazarse para ir a tomar un material, hacer una consulta, ayudar a un compañero, preguntar alguna duda, etc., siendo precavido de no perturbar a los demás. "Nuestra libertad termina ahí, donde empiezan los derechos de los otros".

Aprender a mover una silla, a caminar por la clase pausada y ordenadamente, a esperar su turno para ser apoyado, controlar su voz, compartir experiencias, manipular con precisión un material y dejarlo en su lugar, son experiencias que el alumno debe encarnar, hacer suyas para lograr niveles de desarrollo que le permitan ser mejor; no basta disponer la clase para que los niños aprendan, hay que enseñarles cómo entablar relaciones precisas y



preciosas con el entorno. Esto depende mucho de la actitud del maestro (a), que firme y amorosamente le guía en la conquista de estas virtudes.

La formación coordinada entre familia y escuela, es esencial. No puede cada uno actuar por su cuenta o aisladamente, sobre todo con los niños en vías de normalización. Juntos tienen la obligación y la oportunidad de aspirar a que el alumno quiera y anhele ir escalando esos niveles que le acercan cada vez más a ser mejor persona. Si alguno de los dos medios falla, los resultados no contribuyen a la formación integral del estudiante. Sin dejar de reconocer que hay algunos que lo conquistan a pesar de la familia y la escuela.

El ambiente preparado, la previsión del trabajo, la oportunidad de elegir, la puesta en común, las programaciones, contribuyen significativamente a conquistar la normalización.

Si el estudiante después de un trabajo ordenado, reflexiona a partir de lo que ha hecho y ha comprobado, podrá aprender lo que seguirá, y al dejar la escuela sabrá lo que tiene que hacer en casa y lo que hará al día siguiente: "Las decisiones y las elecciones movilizan las fuerzas psíquicas y físicas para la ejecución". (Paz,R.1980)

Pierre Faure, señala:

"La normalización es condición primera y última de una verdadera Educación Personalizada".



Condición primera y última de toda la educación: que el alumno gradualmente se posea cada vez más a sí mismo con la ayuda de los demás y ayudando a los demás.

Dificultades para conseguir la normalización

Los puntos de relevancia que destaca Rafael Paz (1980), que dificultan el logro de la Normalización son:

a) Los medios de comunicación masiva, que tienden a enajenar y estandarizar a la persona, con su incesante y sutil bombardeo de un sistema de valores deshumanizantes y un consumismo atroz, en el que el cambio vertiginoso de los productos, la moda, la satisfacción de lo puramente sencillo no dan tiempo a la asimilación, la búsqueda de la propia identidad, las determinaciones personales, etc.

b) La formación de profesores, no solamente capaces de enseñar, sino convencidos y adheridos a la vocación de educar; convencidos e ilusionados de que ayudando a otros a ser mejores, ellos también están creciendo y en la medida en que ésta se da, mejores alumnos generarán. Su crecimiento como maestros depende de lo que ayuden a crecer a sus alumnos en la retroalimentación que no termina

c) La falta de comunicación sobre lo que es y significa el trabajo, el gozo profundo que experimenta la persona cuando se descubre a sí misma capaz, productiva, para sí misma y para los demás. El trabajo cuando es libre y responsablemente aceptado libera al hombre, lo hace trascender. Vale la pena observar a los niños pequeños y reflexionar con María Montessori.



Psicomotricidad

El término "PSICOMOTRICIDAD" ha evolucionado. Primero se habló de motricidad, luego, al tomar conciencia de las relaciones existentes entre lo fisiológico y lo mental, de psicomotricidad. Al avanzar las investigaciones, el término psicomotricidad puede expresar diversas realidades:

- La reeducación, terreno de los especialistas.
- La educación, (y la prevención), terreno de los pedagogos.

La orientación puede ser muy diferente según la filosofía personal de quienes la practican. Para nosotros, educadores, la psicomotricidad es ante todo una acción pedagógica. (Luvienska, M. 1948)

Cuando se habla de psicomotricidad, es preferible referirse a "EDUCACIÓN DEL HOMBRE CONSCIENTE". Es una educación en profundidad, un medio para conocer el propio cuerpo y sus posibilidades físicas, para controlarlo, y por lo mismo, para descubrir el espíritu que anima a la totalidad, sus posibilidades mentales y profundas.

Es fundamental asociar la conciencia del estudiante en formación continua a los ejercicios corporales y físicos, la psicomotricidad (en el sentido en que la entendemos) normaliza y mejora el comportamiento del niño, beneficiando su actividad intelectual (despertar y desarrollo de la inteligencia), le permite adquirir vigor mental, lo ayuda a interiorizarse; sostiene sus adquisiciones escolares, favorece la adaptación actual y futura, le hace adquirir la libertad en el sentido pleno de la palabra (física, intelectual y



espiritual). La educación sicomotriz tiene como guía al niño y su desarrollo motor, senso - motor y mental.

El niño, paulatinamente, debe desarrollarse corporalmente y aprender a dirigir su acción. La psicomotricidad no puede ignorar ni la psicología genética, ni la neuropsicología. La educación sicomotriz es un largo trabajo que pide mucho tiempo y paciencia de parte del educador.

Según Piaget, el ser humano es un todo, "cuerpo, espíritu y alma", que evoluciona por etapas necesarias, está en "autogénesis constante".

La evolución mental es tributaria de la evolución psicomotriz. Elementales primero, de esencia neuromotriz, los movimientos, controlados por la corteza, se volverán reflexionados. ("El niño se construye moviéndose" M. Montessori). El gesto llama al pensamiento, el pensamiento llama al gesto. El niño progresará nivel por nivel, escalón por escalón, por maduraciones sucesivas. Cada conquista le abre la posibilidad de nuevas conquistas: la educación, primero motriz, se volverá sensomotriz y luego psicomotriz. Para los niños, el objetivo principal es la obtención de dos conquistas esenciales:

1. El esquema corporal (Sin olvidar que vivimos en un espacio de tres dimensiones) .
2. El ritmo (cuarta dimensión: la dimensión temporal). (Cuaderno de Educación. 1978)



Algunas estrategias que permiten el logro de la Normalización por medio de la Psicomotricidad son: (Manual de Didáctica. 2010)

- Realizar actividades cortas y precisas para los estudiantes menores de 6 años.
- Dar instrucciones con 1 a 3 variables según la edad.
- Presentar creativamente.
- Ser rigurosos.
- Coordinación con el profesor jefe y de asignatura.
- Perseverar y realizar a diario.
- Planificar periódicamente las actividades.
- Graduar dependiendo de la edad.
- Contextualizar de acuerdo a la realidad.



PROGRAMACIÓN DE PSICOMOTRICIDAD*

Pre - escolar (3 a 7 años)

OBJETIVOS:

- Llegar a dominar su cuerpo.
- Llegar a dominar el espacio.
- Favorecer la motricidad elemental.

ASPECTOS A TRABAJAR:

1. Mover su cuerpo para descubrirlo.

- Rondas sencillas y rondas gesticuladas.
- Evoluciones diversas... caminar rápida o lentamente, correr, saltar, etc.
- Juegos para las manos, para los dedos...

2. Moverse dentro de un espacio.

- Lejos - cerca.
- Al centro, hacia los muros, hacia el exterior.
- Fuera de la línea... detrás... delante... etc.
- Rodear los obstáculos.

* Recopilación de documentos Psicomotricidad y desarrollo de la creatividad artística. Maestra Norma Bross Leal. 2014.



3. Seguir una dirección dada (acercamiento a la obediencia y a la disponibilidad)

4. La línea Montessori.
 - Seguir un ritmo dado.

5. Primeras coordinaciones óculo-manuales.
 - Lanzar sacos: lanzar, atrapar.

6. Rodar (lejos, cerca, rápido, lento)
 - a ti, a mí.

7. Conocimiento y conciencia de su cuerpo.
 - Cuerpo propio - Esquema corporal.
 - Equilibrio y actitud.
 - Educación de la respiración.
 - Capacidad de inhibición.

8. El cuerpo instrumento de adquisiciones elementales (descubrimiento, experimentación, expresión).
 - Grande - pequeño.
 - Grueso - delgado.
 - Junto - separado.



- Alto -bajo, etc...

9. Aproximación a la abstracción.

- Gesto mínimo.
- Con su cuerpo, hacerse blando como una bufanda, duro como como una roca
- Mimar, significar con las manos.

10. Favorecer el aprendizaje y la integración.

- De un vocabulario apropiado.
- De los verbos de acción (rodar, lanzar).
- De los pronombres.

11. Dominio de sí, creador del silencio.

- Al exterior de sí.
- Al interior de sí, para: oír mejor, escuchar, discernir y pensar mejor.





PROGRAMACIÓN DE PSICOMOTRICIDAD

Primaria de 9 a 12 años

OBJETIVOS:

- Consolidar la motricidad elemental.
- Afinar y perfeccionar.
- Favorecer la integración del lenguaje: paso a la abstracción (1° concebir, 2° expresar).
- Comprenderla como: "El cuerpo, buen servidor del espíritu y el cuerpo, instrumento de expresión".

A. CONDUCTAS MOTRICES

- Ampliar las experiencias (6-9) años con: capacidades mejoradas.
 - Socialización, noción de grupo.
- a) Coordinaciones dinámicas (desplazamientos completos: obstáculos, diseños (planos).
- b) Coordinación óculo-manual.
- Pelotas: pesada, ligera, comparación, etc.
 - Desarrollo: destreza, precisión, juegos de manos, pasos.
 - Lanzar a lo alto, hacia atrás... por encima de la cabeza, espalda.



PROGRAMACIÓN DE PSICOMOTRICIDAD

Secundaria de 12 a 14 años en adelante.

La psicomotricidad no se deja de lado, pero reviste un aspecto más dinámico:

- Para los chicos: buscar más firmeza, virilidad, resistencia, más agilidad, rapidez...
- Para las chicas: buscar más gracia, flexibilidad, equilibrio, trabajar el ritmo, la danza.

PERFECCIONAR

- Lateralidad.
- Orientación.
- Organización del espacio.
- Transcripción gráfica.
- Hacer, luego transcribir.
- Transcribir o leer, luego hacer.
- Memorización.
- Transposición.

A) ORGANIZACIÓN Y ESTRUCTURACIÓN

- ESPACIO-TEMPORAL
 - Moverse.
 - Memorizar.
 - Representar.
 - Responder (de un plano a otro).



- RITMO
 - Percepción
 - memorización.
 - Estructuración.
 - Relación.
 - Reproducción, etc...

- EDUCACIÓN MANUAL Y GESTUAL
 - Desarrollo y afinación de aptitudes, habilidad, destreza, independencia.
 - Preparación de los gestos o ademanes del trabajo.

- ACTIVIDADES FISICAS
 - Flexibilidad.
 - Expresión corporal, imitación, baile ...
 - Creatividad.

B. DOMINIO NEURO-MOTOR

- Esquema corporal posiciones relativas de los segmentos.
- Educación de la respiración: llenar, vaciar, espirar, Inspirar.
- Inhibiciones motrices voluntarias.
- Educación gestual y manual.
- Ejercicios de disociación.
- Lateralidad: la toma de conciencia se hace a través de situaciones de coordinaciones motrices.



C. DOMINIO PERCEPTIVO-MOTOR

- Percepción: colores, formas, rápido, lento, fuerte, suave ...
- Organización y estructuración del espacio.
- En relación con los aprendizajes escolares: grafismos, lectura, escritura.

D. COORDINACIÓN ESPACIO-TEMPORAL

- Apreciación y expresión de: velocidades, duración intensidad, intervalos.
- El cuerpo, instrumento de expresión de la actividad mental.
- Estructuración y continuidad mental.
- Evocación mental.
- Las relaciones.
- Coordinación y espíritu de síntesis.
- Interiorización.
- Silencio.
- Disponibilidad.
- Escucha.
- Creatividad.





Estructura de una Sesión de Psicomotricidad

Momentos de una sesión psicomotricidad

1. Puesta en marcha:

- Danza o evolución sencilla.

2. Descubrimiento y conocimiento de sí

- Toma de conciencia del "cuerpo propio"

- Trabajo del esquema corporal.

3. Descubrimiento de sí y de los otros

- Localización en el espacio.

- Lateralización por sí mismo.

En relación a un objeto o a alguien.

4. Descubrimiento de la posibilidad (interior) que se tiene, de mandar a su cuerpo, ejercicios de:

- Disponibilidad

- Obediencia



- Precisión
- Control
- Soltura
- Relajación

5. Despertar de la actividad mental y de sus posibilidades

- Percepción temporal: estructuras rítmicas
- Estructuración espacio temporal: organizarse en el tiempo.
- " Evocación mental ", transposición (de los pies a las manos – manos a pies), movimientos, posiciones, pasos de baile.
- Experimentación, descubrimiento y expresión de relaciones.

6. El cuerpo, buen servidor del espíritu:

- Expresión, búsqueda cultural, estética.
- Poesía - dicción
- Expresión corporal
- Danza - baile

7. Acercamiento, descubrimiento, toma de conciencia de lo espiritual

- El silencio
- Escucha - disponibilidad
- Gesto litúrgico, salmos gesticulados



- Oración
- Espera - acogida
- Contemplación

Contenidos de la psicomotricidad en el nivel inicial.

- Control tónico-postural.
- Control respiratorio.
- Lateralización.
- Coordinación dinámica.
- Disociación motriz.
- Esquema/imagen corporal.
- Coordinación viso motriz.
- Orientación espacial.
- Estructuración temporal.
- Ejecución motriz (praxis).

Contenidos de la psicomotricidad en los niveles mayores

- Dar el énfasis a la respiración (relajación)
- Autoconocimiento (capacidades-limitaciones-debo mejorar)
- Meditación.
- Lecturas de salmos-imágenes
- Oraciones



Materiales:

Aros, ruedas, colchonetas, balones, globos, cuerdas, cintas estiletes, diario, revistas, saquitos, palitos, campana, clip clap, sillas, banca, cajas, triangulo, palo de agua, vela, copa, aromatizantes, cojines, radio y música adecuada para cada fase si es necesario.

Evaluación

Se debe estar pendiente en cada sesión del niño y niña que se aísla, de los que se muestran agresivos, de los que evitan el contacto, de los que buscan a los demás, de los que se divierten, etc.

Es una forma idónea de observar cómo son y cómo evolucionan en las diferentes sesiones de psicomotricidad.





Anexo 1.

MODELOS DE PSICOMOTRICIDAD*



* Recopilación Modelos de Psicomotricidad. Jornada de Verano 2012.



Punto de Partida

RITMO	
Objetivo	Punto de partida.
Material	Tambor.
Descripción	Marcan un ritmo. A los niños que lo vayan descubriendo pedir que lo sigan.
Variantes	Marcar diferentes ritmos.

GLOBO	
Objetivo	Punto de partida.
Material	Ninguno.
Descripción	Dar a cada niño un globo imaginario e inflarlo, jugar con él, estirarlo, enrollarlo, etc.
Variantes	Hacerlo con un globo verdadero.

LA PULGA	
Objetivo	Punto de partida.
Material	Ninguno.
Descripción	El grupo se coloca en círculo y se van pasando de mano en mano una pulga imaginaria, a la mitad del círculo, la pulga empezará a dar saltos, cuando da la vuelta completa "desaparece". (La guardamos, la pisamos, etc.).



PIN PON

Objetivo	Punto de partida.
Material	Sus propias manos.
Descripción	Se coloca una mano con los dedos abiertos y con la otra se van señalando los dedos al tiempo que se dice ping, ping, ping, al llegar al dedo índice se dice pong y se columpia hasta llegar al pulgar.
Variantes	Repetir varias veces un mismo dedo o el columpio, dando un ritmo.

GIGANTES Y ENANOS

Objetivo	Punto de partida.
Material	Sus propias manos.
Descripción	El grupo se coloca en círculos, al decir gigantes, se estiran y al decir enanos se encogen.
Variantes	La mitad del grupo hace un movimiento y la otra mitad el contrario. Todos hacen lo contrario a lo que se dice.





Estructuración Espacio – Temporal

LOS TRENES	
Objetivo	Estructuración espacio-temporal.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo camina marcando un ritmo y forman así cuatro hileras.• La primera, marca un ritmo a un tiempo con palmada.• La segunda, marca un ritmo a dos tiempos con palmada.• La tercera, marca un ritmo a medio tiempo con dos dedos y una palmada.• La cuarta, marca el ritmo a cuatro tiempos (cada cuatro veces que la primera de su palmada) con un pié.• El guía suspende el ritmo de una y otra hilera indistintamente, hasta quedar en silencio totalmente.• Luego vuelve a dar la orden de recomenzar.• Cuando este ritmo se domina, las hileras deberán llevar el ritmo de las manos junto con pasos (caminando a su propio ritmo).• El guía ordena alto y las hileras quedan desniveladas.• Aquí se hace la diferencia de la relación espacio-temporal.• La primera hilera queda en un punto; la segunda a la mitad del primer punto; la tercera al doble del primer punto y la cuarta a la cuarta parte del primer punto.
Control	Auditivo, visual.



SALTAR ESTRUCTURAS

Objetivo	Estructuración espacio-temporal.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se divide y acomoda en dos filas, una detrás de la otra, a dos pasos de distancia.• La fila de adelante formará una estructura, sin perder contacto físico entre persona y persona.• Cada quien se unirá o tocará a la persona de al lado como quieran.• Se marca un ritmo y la fila de atrás deberá pasar entre la estructura, por los huecos que hayan quedado, en el lapso de ritmo.• Formarán rápidamente otra estructura que a la vez será pasada por la fila que quedó atrás.• Se repite cuantas veces se quiera.
Variantes	Señalado el ritmo, se evoca por los alumnos y sólo se marca el inicio y el final.
Control	Visual auditivo.
Nota	Si el ritmo termina y quedó alguien sin acomodarse, se debe quedar hasta donde llegó.





RITMO CON PELOTAS

Objetivo	Estructura espacio-temporal
Material	Tambor, pelotas.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca formando 2 círculos concéntricos. Así se agrupan por parejas quedando cara a cara y a 1 o 2 pasos de distancia.• El guía entrega una pelota por pareja y marca un ritmo lento de un tiempo, con su tambor.• Este ritmo lo seguirá la pareja al pasarse la pelota y luego lo evocarán.• A una orden del guía, el de afuera da un paso hacia fuera (atrás) sin dejar de pasar la pelota y perder el ritmo.• La orden puede ser para el de adentro o el de afuera, según lo indique el guía.
Variantes	<p>Con una pelota cada participante, el grupo irá marcando un ritmo al botar su pelota y después tratarán de unificarlo.</p> <p>El guía es el que cambia los ritmos y el grupo deberá estar atento a los cambios.</p>





BOLSAS DE PERIÓDICO

Objetivo	Estructura espacio corporal.
Material	Bolsas de periódico, tambor.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye sobre la línea.• El guía coloca en el piso seis bolsas de periódico sin seguir un orden sistemático.• Después el guía ejemplifica la trayectoria que marca cada etapa distinta en distancia.• Luego da a conocer un ritmo determinado con el tambor y después de repetirlo varias veces cada uno de los participantes irá recorriendo cada etapa de la trayectoria pero entre una y otra deberán comenzar y, terminar junto con el ritmo evocado.• El guía marca el inicio y el final.• Hay que adecuarse al tiempo marcado con el ritmo junto con el espacio que se debe recorrer entre punto y punto, (o cada etapa).
Control	Visual auditivo.





Ubicación Espacial

MEDIOS GIROS CON LISTONES

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	Un listón por cada dos personas.
Descripción	Las personas se colocan por parejas una en cada extremo del listón tomándolo de las puntas y manteniéndolo estirado. La persona que será el vértice, girará sobre su mismo lugar en el mismo extremo del listón, la persona deberá moverse en un arco tan amplio como sea necesario para mantener el listón estirado y estar frente a su pareja. A cada indicación cambia el que amina y el vértice.

MITAD Y MITAD

Objetivo	Ubicación espacial, percepción temporal
Material	Tambor, madera.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se distribuye el grupo ocupando todo el espacio posible y se divide en dos.• Al escuchar el ritmo del tambor se desplazará una mitad y al escuchar la madera la otra mitad.• Se intercalan los ritmos con espacios de silencio en los que evocaron y realizaron.
Control	Visual, auditivo.



PIES ENTRELAZADOS

Objetivo	Ubicación espacial, control, percepción temporal.
Material	Tambor.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Dos personas entrelazadas uno de sus pies y a la que le haya quedado el pie adelante dirigirá el traslado semicircular hacia cualquier lado.• La otra persona no perderá el enlace, siguiendo exactamente sus movimientos.• El traslado semicircular se realizará siguiendo el ritmo marcado por el guía.• Sin detenerse cada pareja, tratará de unirse a otra pero sin tener que hacer movimientos fuera de los que marca el ejercicio.• Poco a poco se irán uniendo las hileras pequeñas para formar una sola (en la línea Montessori).
Control	Visual, auditivo.
Variantes	Se podrá tomar a la pareja de los hombros para facilitarlos.

RITMO DE UNA FORMA, DE OTRA

Objetivo	Ubicación espacial, esquema corporal, percepción temporal.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Caminar llenando el espacio.• Se les pide a dos personas que pasen al centro; una llevará el ritmo con los pies y la otra se coloca de espaldas y hace los movimientos que desee.• El grupo debe llevar el ritmo de una y hacer los movimientos de la otra; en un primer tiempo se combinan.
Control	Visual.



TRABAJANDO EN MITADES

Ordenadas-desordenadas, llenas-vacías

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	El cuerpo.
Descripción	<p>Estando el grupo en círculo se les pide que observen el espacio, después se da una nueva ubicación pidiéndoles que ordenen el espacio, realicen otra forma nueva de ordenar el espacio.</p> <ul style="list-style-type: none">• Desordenen el espacio.• Ordenen el espacio.• La mitad del espacio lo ordenan y la otra mitad lo desordenan.• Cambio la mitad lo ordena y la otra mitad lo desordena.• De las mitades que existen se hacen otras mitades, una se desordena y otra se ordena.• Se hace otra mitad nueva y se realiza nuevamente el ejercicio.• Con todo el grupo en el espacio dejamos una mitad, llena, la otra mitad vacía.• Otra mitad diferente llena y otra vacía.• Se pueden hacer con diferentes fracciones $\frac{1}{2}$, $\frac{1}{2}$.
Autocontrol	Visual, auditivo.





CAMINAR ADELANTE ATRÁS DE LADO

Objetivo	Ubicación espacial, evolución mental
Material	Tambor, madera, campana.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se distribuye el grupo ocupando todo el espacio posible.• Al ritmo de tambor se desplazan hacia delante, al escuchar la madera hacia atrás, y al escuchar la campana hacia un lado.• Se intercalan estos ritmos en silencio en los que se evocan y se realizan.• El conductor lleva el ritmo con mímica.
Control	Visual, auditivo.

CÍRCULO DE COLORES

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	Ninguno.
Descripción	El grupo se coloca en círculo y se identifica a la persona que se tiene enfrente, cada pareja deberá tener un color. Se da la indicación de que cambien de lugar algunos colores, ya sea por dentro o por fuera del círculo y se vuelven a colocar en el círculo, al cambiar de lugar siempre debe mantenerse el orden de los colores aunque varíe el orden de las personas.
Variantes	Cada pareja tiene también un número, cuando se digan señales colores y el cambio es por fuera cuando se digan números será por dentro.



EL EJE

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	Ninguno.
Descripción	Se les pide a las personas que formen pequeños grupos y que cada grupito forme un cuadro. Un vértice del cuadro (una persona será el eje de la figura). Se dará la indicación del movimiento al eje y la figura deberá mantener la proporción, para ello el resto de los vértices de la figura deberán moverse como sea necesario para lograrlo. El movimiento deberá de ser simultáneo, siguiendo los vértices los movimientos del eje.
Variantes	El eje se mueve en cierto número de tiempos con una trayectoria, las demás personas deberán observar y después repetir en forma sincronizada la trayectoria y el número de tiempos del eje, para mantener la figura.

CUATRO SALTOS

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	Líneas trazadas en el piso.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca sobre la línea.• Dentro de ella se han señalado previamente unas líneas y cada uno de los del grupo irán pasando y con cuatro saltos iguales se deberá recorrer el espacio trazado.
Variantes	Recorrer el espacio en cuatro saltos girando el cuerpo.
Control	Visual.



CAMBIAR CUADROS

Objetivo	Ubicación espacial / control.
Material	Tambor.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se divide en sub-grupos de cuatro personas.• Forman un cuadrado; cuando escuchen el sonido del tambor, cada persona pasará al lugar de la siguiente para hacer girar el mismo.• Cuando se escuche el sonido de la madera, se hará pero en sentido contrario.• Cada sub-grupo deberá trasladarse a determinado lugar sin perder su forma. (Cada quien deberá ponerse de acuerdo para hacer este traslado lo más perfectamente posible.• Todos se toman de los hombros entre sí. Además se está marcando un ritmo con el cual nos debemos trasladar.• Nuevamente se trasladarán pero una persona guiará a los demás; deberán cerrar los ojos y sólo lo seguirán por el tacto, ya que estarán tomados de los hombros.• Se realizará la traslación (con ojos abiertos) pero al mismo tiempo que la rotación del cuadrado.
Autocontrol	Visual, auditivo, táctil





MITAD Y MITAD

Objetivo	Ubicación espacial. Percepción temporal.
Material	Tambor, madera.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se desplaza por todo el espacio. Se le pide que el grupo se divida en dos grupos iguales.• Al escuchar el ritmo del tambor se desplazará una mitad y al escuchar la madera, la otra mitad.• Se intercalan los ritmos con espacios de silencio en los que se evocaron y realizaron.
Autocontrol	Visual.

SALTANDO EL PALO

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	Palos.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo forma un círculo, el maestro indica lo que se va a ejecutar poniendo el ejemplo.• Se pone un palo al centro y se hacen los siguientes ejercicios en cuatro tiempos. 1º En cuatro tiempos con los dos pies saltando hacia delante se recorre la longitud. 2º Se hace dando medios giros (adelante, atrás). 3º Se gira hacia el mismo lado siempre. 4º Se aumenta la longitud y se realiza la misma serie de ejercicios en cuatro tiempos.



NÚMEROS CON MOVIMIENTO

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	Los mismos alumnos.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El que dirige el grupo, les pide que formen el círculo y se numeren.• Ejemplo: del 1 al 9 y se hace otro grupo del 1 al 9. El maestro pide que levanten la mano por número el 1, el 2, etc. Se pide que observen donde está el otro número.• Cambian como se les pide en forma rápida del lugar con la pareja.• Ejemplo: 2 por dentro, 3 por dentro, 4 por dentro, 1 por dentro, 1 por fuera, 2, 3, 4 por fuera, 5, 6, 7 por dentro. Impares por fuera, pares por dentro, todas por dentro. Dan varias indicaciones a la vez, (números 2, 3, 4 por fuera; 9, por dentro).
Autocontrol	Preguntar nuevamente por números.

CUATRO SALTOS

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	Líneas trazadas en el piso.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca sobre la línea.• Dentro de ella se han señalado previamente unas líneas y cada uno de los del grupo irán pasando y con cuatro saltos iguales se deberá recorrer el espacio trazado.
Variantes	Recorrer el espacio en cuatro saltos girando el cuerpo.
Control	Visual.



ESPACIO Y POSICIÓN	
Objetivo	Ubicación espacial / esquema corporal.
Material	Campana, clave, tambor.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye por el salón.• Se marca un ritmo y se camina siguiéndolo. El tambor para y cada uno de los del grupo tiene que ubicarse en el lugar en que se quedó que será su lugar No. 1.• De nuevo se marca un ritmo con el tambor y se camina; se suspende y de nuevo se ubicará en lo que será su lugar No. 2.• Se marca el ritmo nuevamente, cuando al final del ritmo se escuche el tambor, cada uno tomará su lugar N° 1. Cuando el ritmo termine con madera, siguiendo el ritmo se colocará en el lugar N° 2.
Variantes	Se pueden añadir poses: pose 1 en el lugar 2; pose 2 en el lugar 1 <ul style="list-style-type: none">• Para pose 1, campana.• Para pose 2, claves.
Control	Visual, auditivo, referencias especiales.





VOLVER A TU ESPACIO

Objetivo	Ubicación espacial, esquema corporal (si se trabaja la variante).
Material	Un tambor.
Descripción	Las personas caminarán por el espacio siguiendo el patrón que señale el tambor, cuando este se quede en silencio, las personas deberán permanecer inmóviles en el lugar en que se encuentren. Ese lugar deberá ubicarlo muy bien. Cuando el tambor siga sonando volverán a caminar y al quedar en silencio deberán volver al mismo espacio exactamente en que estaban antes. Puede pedirse una posición determinada, o recordar la posición exacta al mismo tiempo de ese espacio. Se podrán combinar diferentes espacios y posiciones, y se dará la indicación "espacio1, posición 2, espacio 1 posición 1 etc."
Variantes	Las variantes están en el espacio posición. Se pueden indicar espacios y posiciones con diferentes sonidos gestos y colores en lugar de palabras.

PASOS SOBRE LA LÍNEA

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	Tambor.
Descripción	El grupo se coloca en círculo, cada persona deberá determinar su propio espacio al sonido del tambor, se moverán un espacio hacia la derecha, y al de madera un espacio hacia la izquierda. El movimiento deberá ser sincronizado con el ruido del tambor, para que el círculo vaya girando rítmicamente.



FIGURAS EN GRUPO

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	Tambor.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye por todo el salón.• Se comienza a caminar en desorden, siguiendo un ritmo.• El guía indica que se formará un círculo, un triángulo, un cuadrado o un rectángulo.• Se pide al grupo que continúe caminando sin deformar la figura y sin comunicación verbal.
Variantes	Pueden combinarse las figuras. Se puede suspender el sonido del tambor y que el grupo siga caminando evocando el ritmo.
Control	Visual, auditivo.

SILLA GIRATORIA

Objetivo	Ubicación espacial.
Material	Una silla para cada persona.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se pide a la persona que se coloque adelante, atrás, a la derecha o a la izquierda de la silla.• En un segundo momento se le pide que coloque la silla a su derecha o a su izquierda, delante de ella o atrás de ella, teniendo que mover la silla en vez de moverse ella.• Utilizar progresivamente colores para dar las indicaciones de ubicación y sonidos para indicar si se mueve la persona o la silla.



Control

SOSTENER OBJETOS CON DIFERENTES PARTES	
Objetivo	Control.
Material	Globos.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye en todo el espacio disponible.• Cada persona infla un globo mediano a la medida de un soplido intenso.• El guía indicará el lugar del cuerpo con el que se sostendrá el globo: con la palma, el dorso, un dedo, entre el brazo y antebrazo, entre la oreja y el hombro, entre la pantorrilla y el muslo, entre las dos palmas, entre los dos dorsos, entre las uñas, entre los dedos, entre los codos, etc.
Variantes	Se sostiene el globo o cualquier objeto, pero además se camina y sólo se detiene para cambiar el objeto de lugar. Se realiza el ejercicio con pareja.
Control	Visual, táctil.





LANZAMIENTOS CON PLASTILINA

Objetivo	Control.
Material	Plastilina en dos colores.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca sobre la línea.• El guía pasa una bola de plastilina negra hacia su derecha y una blanca hacia su izquierda.• Antes de la indicación del ejercicio: con la negra cada uno toma una bolita para hacer una especie de pocillo y la coloca en el piso delante de sus pies.• Con la blanca también tomará una bolita con la cual hará 4-5 bolitas pequeñas.• Con esto se intenta soltarlas de una en una, a una distancia corta del piso tratando de que caigan al pocillo.• La distancia del suelo a la mano irá aumentando.• Siempre que las bolitas se desvíen y no caigan a la cazuela se recogerán y se volverán a soltar hasta que se atine.
Control	Visual.

ENTRELAZAR LOS DEDOS

Objetivo	Control, ubicación espacial.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se ubica sobre la línea.• El guía indica que cada quien deberá tener sus manos delante de sí con los dedos bien abiertos para entrelazar una mano con la otra, tratando de no tocar ningún dedo.• Después el mismo ejercicio se hará pero con una pareja, una mano, luego la otra y después las dos al mismo tiempo.
Control	Visual.



PROGRESIÓN DE LA LÍNEA MONTESSORI

Objetivo	Control (equilibrio de la persona) percepción espacial.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Caminar sobre la línea a lo largo del eje de la planta.• Punta y talón sobre la línea.• Caminar con brazos laterales arriba, abajo, detrás, etc.• Caminar tocando el talón de un pie con la punta del otro.• Se repitan los mismos ejercicios pero con una banderita, la cual no debe bajar de la posición inicial.• Hacer lo mismo con sacos u otros objetos en las manos y luego en la cabeza.• Caminar con vasos con agua hasta el borde, para lo cual es necesario absoluto silencio, para la concentración.• Caminar con campanitas o cascabeles (éstas denuncian sonoramente el descuido).• Caminar con varios objetos, uno sobre otro.• Caminar hacia atrás: a) guardando el equilibrio, b) llevando en las manos o cabeza objetos.• Caminar a diferentes ritmos: palmadas, pandero, triángulo, claves o música lenta, rápida, más rápida.• Se pueden hacer los ejercicios anteriores pero siempre con ritmo.





Esquema Corporal

SEGUIR CABEZA, HOMBRO, BRAZO	
Objetivo	Esquema corporal.
Material	Música.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se coloca al grupo por parejas: uno frente al otro.• Se pone música.• Uno de cada pareja toma suavemente con sus manos la cabeza de su compañero y cierra sus ojos.• El compañero moverá rítmicamente su cabeza y el movimiento será seguido por su compañero.• Se invierten los papeles y se repiten los movimientos.
Variantes	Se toma un brazo, del hombro pueden agruparse de 3 en 3, de 4 en 4 o el grupo completo colocándose en la línea del círculo.
Control	Táctil y auditiva.





DEDO JALADO

Objetivo	Esquema corporal.
Material	Cuerda imaginaria.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Cada uno de los integrantes del grupo está atado del dedo pulgar a una cuerda imaginaria.• Todos extienden su mano hacia el frente.• Un gigante situado a la espalda tira todas las cuerdas al ritmo del tambor.• Cada uno va girando según sienta el tirón hasta el límite llegando a éste se corta la cuerda de repente.• Suelta su cuerpo y se detiene totalmente.
Control	Auditivo, visual.

SEGUIR MÚSICA CON DIFERENTES FORMAS

Objetivo	Esquema corporal.
Material	Música.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye por todo el salón.• Se camina normalmente al ritmo de la música y se siguen las diferentes órdenes. Atrás, adelante, de lado, puntas, talones, deslizándose, con un pie, con talones en punta, etc.• El compañero moverá rítmicamente su cabeza y el movimiento será seguido por su compañero.• Se invierten los papeles y se repiten los movimientos.
Control	Auditivo.



PUNTA, TALÓN, PALMA, DORSO	
Objetivo	Esquema corporal.
Material	Tambor, madera.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se camina con cualquier dirección ocupando todo el espacio.• Se camina de talones o puntas según toque el tambor a la madera (siempre llevando el ritmo marcado).• Al escuchar el toque final más fuerte se colocarán las palmas o el dorso de la mano hacia arriba según sea el tambor o la madera.
Control	Auditivo.

BRAZOS, MANOS / PIERNAS, PIES	
Objetivo	Esquema corporal.
Material	Tambor, pandero o campana.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se coloca el grupo en el círculo.• El conductor flexiona las piernas y mueve los pies.• Indica que el movimiento de piernas corresponde a los brazos y el de los pies a las manos y viceversa.• Se lleva el movimiento con un ritmo.• El grupo lo realiza llevando el ritmo marcado y los movimientos indicados.
Control	Visual.



PERCUSIONES CORPORALES

Objetivo	Esquema corporal / reversibilidad.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca sobre la línea. El guía da una palmada tres palmadas y dos golpes en sus muslos con las dos manos.• Lo hace tres veces para que quede retenido por los niños y luego les pide que lo reproduzcan pero a la inversa.
Variantes	Se agregan patadas o chasquidos.
Control	Visual.

TENSIÓN Y DISTENSIÓN

Objetivo	Esquema corporal y regresión.
Material	Música.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye ocupando todo el espacio posible.• Se pone música y al escucharla según la intensidad del volumen cada uno se va tensando o relajando.• A mayor volumen mayor tensión; a menor volumen menor tensión hasta la completa relajación.
Control	Auditivo.



LLENAR ESPACIO CON CUERDA	
Objetivo	Esquema corporal, ubicación espacial.
Material	Cuerda.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se distribuye al grupo en pequeños sub-grupos, se les entrega una cuerda con la que hacen una figura en el piso.• Con su cuerpo deben hacer la misma figura en el piso alrededor de ella utilizando el mayor número de partes del cuerpo.• Llenar todos los espacios con el cuerpo.• A una indicación se cambia de figura y se repite el anterior.
Control	Visual.

CAMINAR CON OJOS CERRADOS	
Objetivo	Estructuración del esquema corporal, ubicación espacial, control.
Material	Un tambor, algunos objetos que sirvan de obstáculos.
Descripción	Con ojos cerrados se camina siguiendo el patrón rítmico que indica el tambor.
Variantes	Con obstáculos diseminados en el espacio. Por parejas: Caminar los dos con los ojos cerrados y sin tocarse, sólo con la sensación de la presencia del otro. Con obstáculos ordenados y después desordenados. La pareja solo con palabras o tocándose guía al que tiene los ojos cerrados.



DESCRIPCIÓN DE POSICIÓN	
Objetivo	Esquema corporal / dicción.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se coloca el grupo en la línea del círculo.• Se pide a tres personas que pasen al centro.• Se colocan dos de ellas de espaldas y el tercero al centro de los dos.• A uno se le indica que tome una pose, la que desee. Ha de ser cómoda.• El del centro debe describir la posición del otro para que el segundo haga lo mismo.• Al terminar se le pide al grupo que haga las indicaciones necesarias.• El modelo, una vez que terminen las indicaciones, se concientizará de su posición y checará la de su compañero en forma verbal.
Variantes	Puede distribuirse al grupo en sub-grupos de tres.
Control	Verbal y visual.

OLA CORPORAL	
Objetivo	Esquema corporal, percepción temporal.
Material	Ninguno
Descripción	Una vez establecido el movimiento que se realizará, el grupo se coloca en línea o círculo y realiza el movimiento, en tiempo diferente pero secuencial en forma individual.
Variantes	Hacia arriba. De regreso a la señal diferente Hacia abajo De fonemas, etc. De voz, etc.



CAMINAR CON MATICES Y RITMO

Objetivo	Esquema corporal, percepción temporal.
Material	Tambor.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye ocupando todo el espacio posible.• Se toca el tambor con varios ritmos, desde sencillos hasta más complicados.• Cada uno sigue desplazándose en la dirección que desee, cuidando de no chocar ni hacer ruido con sus pies.• Se intercala el sonido de tambor con espacios silenciosos para que recuerde el ritmo y el matiz y se haga el desplazamiento.• A mayor intensidad del tambor más fuerte se marca el ritmo.
Control	Auditivo , visual.

CAMINAR COMO EL DE ADELANTE

Objetivo	Esquema corporal, ubicación espacial.
Material	Tambor.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se colocan en círculo y cada uno inventa una forma original de caminar y lo hace al ritmo del tambor (todos hacia la derecha).• Se indica dar media vuelta y se vuelve a realizar el ejercicio.
Control	Visual, auditivo.



BRAZOS, MANOS, DEDOS

Objetivo	Esquema corporal.
Material	Tambor, madera, campana.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca en la línea del círculo.• Se indica que al escuchar el toque del tambor se moverán los brazos, al de la madera las manos, y al de los dedos atendiendo al ritmo marcado.
Control	Visual, auditivo.





Evocación/ Percepción Temporal

LAS CAMPANAS DE MI PAÍS	
Objetivo	Evocación musical / percepción temporal.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El guía canta "Las campanas de mi país suenen din-don, din-don-dan.• El grupo aprende el canto.• Se canta a un ritmo normal acompañado con el movimiento de manos con los pulgares entrelazados. Las manos suben y bajan alternadamente.• Se aumenta la velocidad a un ritmo rápido acompañado con las manos entrelazadas, dejando el dedo medio hacia abajo y se mueve como campana.• De nuevo se aumenta la velocidad a un ritmo muy rápido, acompañado con el movimiento de las 2 manos acerca de las orejas, como si cada una tuviera una campanita.• Se disminuye ahora la velocidad a un ritmo lento acompañado con movimientos de los 2 brazos alternados hacia delante y hacia atrás.• Se vuelve a disminuir la velocidad a un ritmo muy lento acompañado con movimientos similares a los de jalar con una cuerda una campana muy grande (el movimiento va de adelante y arriba hacia atrás y abajo).
Variantes	El guía, en vez de marcar el ritmo cantando, lo marca con palmadas: muy rápido, rápido, normal, lento, etc. madera.
Control	Visual, auditivo.



MOVIMIENTOS EN GRUPO SILENCIOSO	
Objetivo	Evocación, expresión, percepción temporal.
Material	Listones.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se le entrega a cada quien un listón y forman con él un círculo en el piso para sentarse dentro de él.• Con gestos se realiza una acción cotidiana la cual se divide en cinco movimientos.• Se ejecuta la acción siguiendo un ritmo y en la primera palmada fuerte se hace el primer movimiento, a la segunda palmada el segundo movimiento, etc.• Se ejecuta el ejercicio sin sentido y solo con el ritmo.
Variantes	<p>Se repite el ejercicio anterior y al final se le da el nombre de la acción. Ejemplo: tomar café.</p> <p>El grupo elige otra acción de 5 movimientos y la realiza solo evocando el ritmo; todos hacen la misma acción.</p> <p>Con los ojos cerrados siguiendo el ritmo y después evocándolo.</p> <p>Se hacen las acciones con 5 movimientos a la inversa.</p>
Control	Visual y auditivo.





CANNON DE MOVIMIENTOS

Objetivo	Percepción temporal, expresión.
Material	Ninguno.
Descripción	Se divide al grupo en varios equipos, con base en una melodía se marcan una serie de movimientos, después se canta la melodía empezando cada equipo en un tiempo diferente, posteriormente se lleva a cabo el cannon llevando la melodía en la mente y realizando solo los movimientos.
Variantes	Cannon de melodía solamente, diferentes coros diferentes grupos.
Melodía	Una vez yo te diré la melodía Arde el pueblo (2) Otra vez cantaremos en compañía Los bomberos (2) Otra vez formaremos armonía Fuego, fuego (2) Fuego, fuego (2) échale agua (2)
Marcar	Pulso, acento, patrón de lenguaje.





Lateralidad

SUBIR Y BAJAR LA SILLA	
Objetivo	Lateralidad.
Material	Una silla por persona.
Descripción	Se le pide a cada persona que se coloque en frente de su silla y al sonido del tambor deberán subir y bajar de la silla como si esta fuera una escalera sin volverse y con el pie que les sea indicado, se deberá ir alternando el pie derecho y el izquierdo cada determinado tiempo.
Control	Auditivo.

LOCALIZAR UN LUGAR CON CARTÓN	
Objetivo	Lateralidad.
Material	Cuadros de cartón de 3 x 3 cm. con perforación al centro.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca frente a un objeto a observar.• A cada uno se les da un cartoncito con una perforación al centro.• Se pide que vean a través del cartón con los ojos abiertos el objeto.• Después se cierra un ojo y luego el otro.• El ojo con el que se ve el objeto sin mover el cartón es el dominante.
Control	Visual.



PELOTA RODADA

Objetivo	Lateralidad.
Material	Pelotas de diferentes tamaños.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca en la línea.• Con pelotas de diferentes tamaños se ruedan con los pies sin patearlas.• Se pasan de uno al otro, una hacia la derecha y otra hacia la izquierda.• Después se cierra un ojo y luego el otro.
Control	Visual, táctil y perceptual.

PALO AVENTADO

Objetivo	Lateralidad.
Material	Palos, pelotas.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca en la línea.• El guía está de pie en el centro del círculo y lanzará indistintamente el palo a los niños, quienes tendrán que tomarlo con cualquier mano.• En un segundo momento se les indica si deben tomarlo con la mano derecha o con la izquierda.• Después se cierra un ojo y luego el otro.
Control	Visual, auditivo, táctil.



LA RANA

Objetivo	Lateralidad.
Material	Un tambor.
Descripción	Se les pedirá a las personas que formen el grupo, que al sonido del tambor vayan brincando en un solo pie, siguiendo el patrón rítmico señalado, después se les pedirá que cambien de pie y así irán alternando.

DESLIZARSE CON UNO Y OTRO PIE

Objetivo	Lateralidad, control.
Material	Grabadora con música de diferentes ritmos.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca indistintamente por el salón.• Cada uno parado en un solo pie debe deslizarse por el salón al ritmo de la música.• Primero con el pie derecho y después con el pie izquierdo y alternando.
Variantes	Deslizarse sobre una línea o un cuadro del piso.
Control	Auditivo.





VER PELOTA EN CARTÓN

Objetivo	Lateralidad.
Material	Un pequeño cuadro de cartón con una perforación en el centro, una pelota.
Descripción	Se toma el cartón tan lejos como lo largo de brazo lo permita y con ambos ojos se tratará de ver una pequeña pelota colocada al centro del círculo de los participantes. Sin mover el cartón del lugar en que se ha acomodado se cierra un ojo y luego el otro el ojo que pueda ver por la perforación la pelotita será el de la lateralidad dominante.

DESLIZAR CON UNO Y OTRO PIE

Objetivo	Lateralidad.
Material	Ninguno.
Descripción	Tomando como referencia los cuadros del piso, cada persona que tome posesión de un cuadro. Al ritmo de una música de Twist, se les pedirá que se deslicen primero sobre un pie y luego otro pie alrededor del cuadrito marcando su perímetro en una especie de baile.
Variantes	Cambio de dirección.





IDA Y VUELTA

Objetivo	Lateralidad.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se coloca el grupo en líneas paralelas, cada uno frente a una línea.• Saltando recorrerá la línea y regresará con el otro pie.
Variantes	Cada persona puede escoger una línea.
Control	Visual perceptual.

IDA Y VUELTA

Objetivo	Lateralidad.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se coloca el grupo en líneas paralelas, cada uno frente a una línea.• Saltando recorrerá la línea y regresará con el otro pie.
Variantes	Cada persona puede escoger una línea.
Control	Visual perceptual.





Dicción

FRASES CON CABEZA OCULTA	
Objetivo	Dicción.
Material	Tambor.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Desplazamiento libre al compás de un ritmo dado.• El guía da la instrucción: al golpe fuerte escondemos la cabeza con el cuerpo y después al tocar la cabeza de alguien. Éste gritará una frase que se escuche en todo el salón.• Se desplazarán rítmicamente y al sonido fuerte se voltean hacia la pared. El guía toca la cabeza y cada quien dice su frase.
Variantes	<p>Se desplazan nuevamente y se repite el ejercicio anterior donde la 1ª dice una frase, la 2ª repite la de la 1ª y la suya, y la 3ª repite la de la 1ª, la de la 2ª y agrega otra.</p> <p>Después el guía indica "volvemos a las cabezas encerradas y se comienza otra serie de enunciados, primero agregándose y después quitándose hasta que solo queda una letra.</p>
Control	Auditivo.



MIMICA

Objetivo	Dicción.
Material	Tambor.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Desplazamiento libre al compás de un ritmo dado.• Al terminar se elige una pareja y se comunican por medio de mímica.• Después el guía le pregunta ¿Qué te dijo tu pareja? Y cada quien explica lo que interpretó.• Se repite el ejercicio con diferentes parejas.• El guía da la nueva orden en que los estudiantes se dirán ahora con un fonema específico ejemplo: con r repitiendo varias veces el ejercicio.
Control	Visual.





Expresión Corporal

SEGUIR MÚSICA CON LISTÓN	
Objetivo	Expresión corporal.
Material	Listón, música.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca en parejas, una persona dentro de la línea y otra fuera.• Se les entrega un listón a cada persona y después se hacen los siguientes ejercicios siguiendo la música. Cada quién hace movimientos con su listón. Se cambia el listón de mano. El que está adentro de la línea lo hace de una forma y el que está afuera lo sigue. Cada quien hace un movimiento libre y todo el grupo trata de unificarlo, cambiando de movimiento cuando el guía lo indique.
Control	Visual y auditivo.





REPRESENTAR ABSTRACCIONES

Objetivo	Expresión corporal.
Material	Ninguno.
Descripción	Mismo proceso de formar objetos, pero la indicación será de algo abstracto, por ejemplo: "amor" "monumento al futuro", "cólera".
Variantes	Las mismas de formar objetos.

FORMAR SITUACIONES

Objetivo	Expresión corporal.
Material	Ninguno.
Descripción	Se sigue el mismo proceso del ejercicio. Formar objetos, solo que al dar la indicación no se dirá un objeto, sino una situación, por ejemplo: "Te encontré con las manos en la masa" "Tú tuviste la culpa Lola", etc.
Variantes	Las mismas de formar objetos.





Baile

TONADA	
Objetivo	Baile.
Material	Ninguna.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El guía de espaldas al grupo canta una tonada y con las manos modela una serie de movimientos rítmicos después le pide al grupo que lo hagan con los pies cantando la tonada.• Se repite toda la secuencia variando los movimientos de elección del grupo y aumentando el grado de dificultad.
Control	Las mismas de formar objetos.





MANO CON MANO

Objetivo	Control, baile.
Material	Música.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se sienta por parejas en el suelo frente a frente.• Unen las palmas de una de sus manos (uno su derecha y el otro su izquierda).• Se pone una música suave y las manos se moverán al ritmo de ésta (solo uno dirige).• A la orden del guía se cambia de mano y también la Persona que dirige el movimiento.• Después se hace lo mismo con dos manos.• Con los ojos se hacen los mismos movimientos hasta llegar a tener por su único contacto las yemas de los dedos.• Luego sin tocarse solo percibiendo el calor del otro y con los ojos cerrados, se hace la misma secuencia de movimiento .Una mano, la otra, las dos, hasta quedar inmóviles.
Control	Táctil, auditivo.





Poesía

ABIERTO, CERRADO, NUEVO, VIEJO	
Objetivo	Poesía.
Material	Tambor, campana
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Desplazamiento libre al compás de un ritmo.• A la indicación: sonido fuerte de tambor se hará un gesto cerrado con todo el cuerpo.• El guía toca a un participante y este completará la frase "cerrada como..." y así como todos los del grupo. <p>2ª. Indicación: Al sonido fuerte de la madera se hace un gesto abierto y se completa la frase "abierto como..." y se desplaza libremente y a la:</p> <p>3ª. Indicación: Al último sonido si es campana se Completará la frase "nuevo como..."</p> <p>4ª. Indicación: Al sonido de un golpe con el pie en el piso se completará la frase "viejo como..."</p>
Variantes	<p>Se pueden cambiar en una secuencia de sentidos y una persona dirá lo que corresponde al primer sonido, otra agregará al primero lo del segundo y así sucesivamente hasta terminar la secuencia.</p> <p>Se realiza una secuencia como la anterior solamente con mímica y el grupo la interpreta.</p> <p>De una secuencia completa se hacen las interpretaciones y se van ligando de tal forma que se hace una historia completa.</p>
Control	Auditivo y visual.



Transposición de Movimientos

UNA MANO SIGUE A LA OTRA	
Objetivo	Transposición de movimientos.
Material	Ninguna.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye sobre la línea.• El guía lleva su mano derecha hacia el muslo, cintura, hombro y cabeza.• El grupo lo imita. Después con las dos manos juntas los mismos movimientos y el grupo los repite.• Por último, el guía hace el mismo ejercicio pero con su mano derecha.
Variantes	Se aumenta el grado de dificultad de los movimientos ya sea que se aumenten los movimientos o que la mano derecha vaya de un costado hacia el otro.
Control	Visual, reflexión.

USTEDES MANOS, YO PIES	
Objetivo	Transposición de movimientos.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca sobre el círculo.• El guía marca un ritmo con los pies y el grupo lo reproduce pero con las manos y a la inversa.
Control	Visual, auditivo.



CAMBIOS DE PIES A MANOS

Objetivo	Transposición de movimientos.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye por el salón.• El guía indica que se debe caminar metiendo los pies y al mismo tiempo se coloquen las manos abajo y hacia afuera.• A una señal del guía el grupo caminará a la inversa pies hacia fuera y manos adentro.
Variantes	Se aumenta el grado de dificultad; mano derecha hacia fuera, pie derecho adentro, mano izquierda dentro, pie izquierdo fuera.
Control	Visual, auditivo.

PUNTOS DE REFERENCIA

Objetivo	Transposición de superficies.
Material	Palos.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye sobre la línea.• Dos de los niños pasan al centro y se colocan uno al lado de otro y se señala para cada uno un punto de referencia.• El movimiento que haga uno, tendrá que ser hecho por el otro hacia el mismo lado y siempre hacia delante.
Variantes	Con niños pequeños los dos tomarán un palo. Al regresar pueden hacerlo uno a la izquierda y otro a la derecha convergente-divergente.
Control	Visual.



ACCIÓN Y RECREACIÓN

Objetivo	Transposición de superficies.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca sobre la línea.• El guía pide que se imaginen una balanza. Si uno se adelanta otro deberá hacer lo mismo para equilibrarla.• Cuando se ordene acción uno pasará y habiendo una persona en el centro lo tocará y adoptará cualquier posición.• Al escuchar reacción otra pasará para equilibrar la balanza.• Se continúa hasta que pasen todos y se forma una figura simétrica.• Cuando se haya terminado el guía irá tocando una por una de las personas que se irá hacia la línea y el equilibrante hará lo mismo.
Control	Visual.

LOS PALOS

Objetivo	Transportación de superficies.
Material	Palos de madera.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El maestro realiza ejercicios de lateralidad en relación al palo y cambia su posición, el alumno lo ejecuta en el lugar en que se encuentra.
Autocontrol	La observación del maestro.



ELIJAMOS CUATRO PUNTOS

Objetivo	Transposición.
Material	Música, triángulo, madera.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Estando el grupo colocado en el espacio se les pide que elijan cuatro espacios o puntos en el lugar en que se encuentran. Caminen uniando los puntos.• Hagan la figura (se deja elegir como).• Hagan la figura con la mano.• Se pone música y se da la indicación, si sube la música hacen la figura grande, si baja la música la hacen pequeño.• Se darán dos sonidos madera y triángulo, si son con madera lo hacen con todo el brazo, si es triángulo con la mano, siguen escuchando la música.• Háganlo solo en la mente (pasando la figura al techo).• Ahora realícenlo con la cabeza.• Ahora en la mente.
Autocontrol	La mente, el ejercicio mental.

CUATRO PUNTOS

Objetivo	Transposición.
Material	Ninguno.
Descripción	Se le pide a cada persona del grupo que con la vista fije cuatro puntos en el piso y los siga con la vista hasta formar una figura, después se le pedirá que siga el perímetro de su figura con un dedo, a distancia. Posteriormente se dibujará la figura en grande, en pequeño, o con los ojos cerrados.



CUATRO PUNTOS

Objetivo	Transposición de planos.
Material	Tambor, clave, grabadora.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se distribuye el grupo por todo el salón y cada uno elige un lugar ubicándose y buscando tres puntos de referencia.• Con pasos muy cortos recorre la línea imaginaria que une los puntos y se llega al punto inicial.• Se cierran los ojos y se evoca la figura.• Cuando suena el tambor se trazará con el brazo la figura y si suena la madera se trazará con la mano.• Si el sonido es fuerte la figura se hará grande y si el sonido es bajo se hará pequeño.
Variantes	Únicamente en la mente se traza la figura.
Control	Auditivo, visual.

PUNTOS DE REFERENCIA

Objetivo	Transposición de superficies.
Material	Palos.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se distribuye sobre la línea. Dos de los niños pasan al centro y se colocan uno al lado del otro y se señala para cada uno un punto de referencia. El movimiento que haga uno, tendrá que ser hecho por el otro hacia el mismo lado y siempre hacia delante.
Variantes	Con niños pequeños los dos tomarán un palo, al regresar pueden hacerlo uno a la izquierda y otro a la derecha - convergente - divergente.
Control	Visual.



CAMINATA SINCRONIZADA

Objetivo	Transposición.
Material	Una pizarra y tiza.
Descripción	Una persona dibuja un camino en la pizarra, otra persona deberá realizar el camino señalado en el espacio real. Puede hacerse al contrario, una persona camina por el espacio y otra marca la ruta que sigue en la pizarra.
Variantes	Caminar por parejas. Una persona camina y otra grafica la ruta señalada, otras dos personas diferentes repiten la ruta en forma sincronizada.

LOS CUBOS

(Divergentes y convergentes)

Objetivo	Transposición.
Material	Cubos y otro material.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• Se colocan unos cubos en el piso uno frente al otro.• El maestro camina primero, lentamente paso por paso y el alumno lo repite.• Lo hace nuevamente pero sin detenerse.• En base a los cubos camina en: forma paralela, divergente, convergente, dando giros.• Podemos quitar los cubos y colocamos a los alumnos todos en una línea, el maestro se coloca frente a ellos y empiezan a caminar dando pasos, los alumnos lo repiten y lo realizan en forma contraria.
Control	Visual, respecto a quien da la orden.



SECUENCIA DE MOVIMIENTOS	
Objetivo	Transposición de movimientos / reversibilidad.
Material	Ninguno.
Descripción	<ul style="list-style-type: none">• El grupo se coloca sobre la línea.• El guía pone sus manos sobre los muslos, da una palmada y cruza los brazos sobre el pecho.• Pide al grupo que lo haga pero comenzando por lo último.• Aumentando la dificultad: muslos, palmada, pecho, cabeza y brazos en alto con palmas hacia arriba.
Variantes	<p>1) El guía comienza tocándose la cabeza, hombros, cintura y pierna con su mano derecha, luego el siguiente participante de su lado izquierdo comienza en donde se quedó el guía, en este caso en la pierna, pero sigue su misma secuencia sólo que a la inversa y así sucesivamente.</p> <p>2) Se hará el mismo ejercicio pero haciendo uso de las dos manos. Ejemplo: Se comienza con la mano derecha y en la cabeza. Esa mano termina en la pierna, entonces la izquierda comienza en la pierna y termina en la cabeza; el participante de la izquierda comenzará por la cabeza y con la mano derecha y así sucesivamente.</p>
Control	Visual.





“Una sesión de Psicomotricidad, depende en buena medida del clima que se logre crear. Y éste no surge de la nada, es el resultado de las relaciones interpersonales, la precisión y el rigor metodológico que el conductor sea capaz de imprimir”. (Pierre Faure)





BIBLIOGRAFÍA

Libros

Arzobispado de Santiago. Vicaria para la educación. (2010) Manual de didáctica para la educación religiosa escolar Católica. Santiago. Chile: Color Impresores Ltda.

Instituto Pierre Faure (1980) Memoria Verano 1980. Educación Personalizada. Guadalajara, Jalisco. México.

Klein, sj, L. (2002). Educación personalizada. Desafíos y perspectivas. México, D.F.: Buena Prensa.

Lubienska, M. (1948) La Educación del Hombre Consciente. El Entrenamiento para la Atención. Paris. Ediciones Spes.

Revista

De la Guarda, J. (1978) Cuadernos de Educación N° 76. Normalización y sicomotricidad. Santiago. Chile. Centro de Investigación y Desarrollo de la Educación.

Otros.

Hermanas Maestras de la Santa Cruz. (2012) Recopilación de Modelos de Psicomotricidad. Jornada Enseñanza Personalizada. Verano 2012. Temuco. Chile.

Bross.,N. (2014) Psicomotricidad y desarrollo de la creatividad artística. Recopilación de documentos.