

13.5: Cómo apoyar las habilidades de movimiento fundamentales

Las habilidades de movimiento fundamentales son las bases en las que se desarrollan habilidades de movimiento más complejas. La niñez temprana es una etapa crucial y única para desarrollar la coordinación de las habilidades de movimiento básicas. Durante este periodo, las experiencias de movimiento diarias influyen de forma significativa en los patrones de movimiento del niño y su futuro como una persona feliz y activa. Los niños que desarrollan estas habilidades de movimiento fundamentales tienden a convertirse en personas que se mueven con confianza y tienen los cimientos para un estilo de vida activo.

Las habilidades de movimiento fundamentales surgen de una secuencia de desarrollo que va de acciones del cuerpo simples a otras más complejas. Inicialmente, cuando los niños intentan un patrón de movimiento, mueven menos partes del cuerpo (por ejemplo, cuando lanzan, mueven solo un brazo mientras el resto del cuerpo permanece inmóvil). Cuando desarrollan sus habilidades de movimiento, los niños comienzan a incorporar otras partes del cuerpo (por ejemplo, lanzar con un brazo mientras se sostienen con un solo pie). Las secuencias de desarrollo basadas en la investigación representan caminos de desarrollo y pueden guiar la instrucción y el aprendizaje. Sin embargo, el desarrollo de cada niño es único y depende de muchos factores (tales como la genética, cultura, necesidades especiales, estatus socioeconómicos, entorno y práctica). Los maestros deberían esperar variaciones en el desarrollo individual.

Las habilidades de movimiento fundamentales se desarrollan a través de interacciones significativas con el entorno, las personas y los objetos; la práctica estructurada (como la práctica guiada por un maestro) o no estructurada (como los juegos iniciados por los niños) de habilidades de movimiento; a través de la integración de habilidades motoras fundamentales en el currículo preescolar; y a través de la integración de habilidades de movimiento fundamentales dentro de la vida diaria en el hogar de los niños. Las actividades de movimiento de los niños deberían diseñarse en consideración de las múltiples culturas y la diversidad de los participantes. Además, los maestros necesitan considerar a los niños con discapacidades y necesidades especiales y modificar las actividades, el contexto o el entorno, incluidos los dispositivos de asistencia apropiados y las estrategias de enseñanza, a fin de facilitar el desarrollo de habilidades fundamentales para todos los niños.

Las habilidades de movimiento fundamentales incluyen:

Equilibrio



Figura 13.3: Este niño pequeño practica su equilibrio.^[1]

La habilidad del equilibrio es fundamental para todos los movimientos del cuerpo. Todos los movimientos implican elementos de equilibrio, y cada movimiento tiene diferentes requerimientos de equilibrio.

1.0 Equilibrio

Alrededor de los 48 meses de edad	Alrededor de los 60 meses de edad
1.1 Mantiene el equilibrio al permanecer sin movimiento; a veces puede requerir apoyo.	1.1 Muestra un aumento en el equilibrio y control cuando permanece sin movimiento.
1.2 Mantiene el equilibrio mientras está en movimiento al desplazarse de una posición a otra o al cambiar de dirección, aunque el equilibrio puede no ser completamente estable.	1.2 Muestra un incremento en el control del equilibrio mientras se mueve en diferentes direcciones y cuando hace la transición de un movimiento o posición a otro.

Los maestros pueden favorecer el desarrollo del equilibrio en los niños por medio de:

- Diseñar espacios y actividades para desarrollar el equilibrio siguiendo una progresión de desarrollo.

- Incorporar actividades de equilibrio en el mundo de los niños (tales como hacer retos de equilibrio)
- Dar oportunidades para actividades que incluyan tanto movimientos activos como posiciones corporales sin movimiento.
- Mostrar fotografías de posiciones y actividades de equilibrio (pueden ser de atletas, bailarines o artistas culturalmente representativos, incluidos aquellos con discapacidades).
- Diseñar el entorno para que los niños combinen habilidades de equilibrio con habilidades de movimiento fundamentales y conceptos de movimiento.
- Usar ayudas visuales, huellas de manos y pies y objetos en el piso para promover las habilidades de equilibrio.

Habilidades locomotrices

Las habilidades de movimiento que los niños usan para desplazarse de forma efectiva y eficiente a través del espacio. Estas les permiten a los niños viajar, explorar y descubrir sus entornos. Los preescolares usan habilidades locomotrices en sus actividades diarias para moverse de un área a otra.



Figura 13.4: Correr es una habilidad locomotriz que se redefine durante la primera infancia.^[2]

2.0 Habilidades locomotrices

Alrededor de los 48 meses de edad	Alrededor de los 60 meses de edad
2.1 Camina con equilibrio, movimientos de oposición, no siempre estables, de los brazos y una base amplia de apoyo (espacio entre los pies).	2.1 Camina con equilibrio, movimientos de oposición de los brazos y una base relativamente amplia de apoyo (espacio entre los pies).
2.2 Corre con pisadas cortas y despegar los pies del suelo por periodos cortos de tiempo. Puede haber inconsistencia en la oposición de brazos y piernas.	2.2 Corre con pisadas más largas y despegar los pies del suelo por más tiempo. La oposición de los brazos y piernas es más consistente.
2.3 Salta por altura (arriba o abajo) y por distancia con una competencia inicial.	2.3 Salta por altura (arriba o abajo) y por distancia con mayor competencia. Usa los brazos como impulso al saltar.
2.4 Comienza a demostrar una variedad de habilidades locomotrices, como galopar, resbalar, saltar y brincar.	2.4 Demuestra aumento en la destreza y coordinación del cuerpo en varias habilidades locomotrices como galopar, resbalar, saltar y brincar.

Puedes encontrar ejemplos de representaciones de secuencias de desarrollo para habilidades de movimiento fundamentales en el Apéndice D.

Los maestros pueden favorecer el desarrollo de habilidades locomotrices en los niños por medio de lo siguiente:

- Observar y analizar las habilidades locomotrices de los niños para facilitar la planeación de oportunidades de aprendizaje.
- Promover el desarrollo progresivo de la fuerza en las piernas.
- Promover y estar al tanto del desarrollo progresivo de la coordinación de habilidades locomotrices.
- Motivar la práctica de movimientos locomotrices tanto en entornos cerrados como al aire libre.
- Usar información visual vívida y ayudas visuales para comunicar a los niños de maneras sencillas cómo moverse.
- Usar música, canciones, rimas e historias para establecer patrones rítmicos.

- Planear actividades y juegos locomotrices significativos, con propósito y relacionados entre sí.
- Crear tarjetas con imágenes para representar diferentes formas de moverse relacionadas con los antecedentes culturales de los niños.
- Permitir que los niños corran riesgos en su juego físico.

Habilidades manipulativas

Habilidades que permiten a los niños usar sus brazos, manos, piernas y pie para proyectar un objeto lejos del cuerpo (por ejemplo, lanzar una pelota blanda) o recibir y absorber la fuerza de un objeto que viene hacia su cuerpo (atrapar un globo). Las habilidades motrices fundamentales que implican grupos de músculos grandes se llaman habilidades de motricidad gruesa (como dar una patada) y las que implican grupos de músculos pequeños son habilidades de motricidad fina (como recortar).



Figura 13.5: Practicar recortar con Tijeras es una habilidad manipulativa de motricidad fina.[3]



Figura 13.6: Lanzar una pelota blanda es una habilidad manipulativa de motricidad gruesa.[4]

Las habilidades manipulativas de motricidad fina por lo general son aquellas en las que los niños manipulan objetos con sus manos. Estas habilidades incluyen recortar, pintar y abotonar.

Las habilidades manipulativas de motricidad gruesa incluyen sacudir, hacer rodar, lanzar, atrapar, golpear, patear, rebotar y apuntar con objetos.

3.0 Habilidades manipulativas

Alrededor de los 48 meses de edad	Alrededor de los 60 meses de edad
3.1 Comienza a mostrar habilidades manipulativas de motricidad gruesa usando los brazos, manos y pies, tales como rodar una pelota por debajo de la mano, sacudirla, botarla, atraparla, golpearla, lanzarla sobre la mano y patearla.	3.1 Muestra habilidades manipulativas de motricidad gruesa usando los brazos, manos y pies con mayor coordinación, como al rodar una pelota por debajo de la mano, botarla, atraparla, golpearla, lanzarla sobre la mano y patearla.
3.2 Comienza a mostrar habilidades manipulativas de motricidad fina usando las manos y brazos, tales como manipular con las manos, escribir, recortar y vestirse.	3.2 Muestra una mejoría en las habilidades manipulativas de motricidad fina tales como manipular con las manos, escribir, recortar y vestirse.

Puedes encontrar ejemplos de representaciones de secuencias de desarrollo para habilidades manipulativas en el Apéndice D.

Los maestros pueden contribuir al desarrollo de habilidades manipulativas por medio de:

- Observar las secuencias de desarrollo de las habilidades manipulativas fundamentales.
- Variar el enfoque de las habilidades manipulativas (dar oportunidades para que muevan ambos brazos o piernas)
- Proporcionar variedad de equipo para adaptarse a las diferencias individuales en tamaño del cuerpo, nivel de habilidad y desarrollo de los sistemas físico y sensorial de los niños.
- Crear actividades manipulativas que permitan la retroalimentación automática y un sentido de logro.[5]

Viñeta

Los niños construyeron pájaros y pelotas con papel para jugar adentro. Colorearon los papeles usando marcadores de diferentes colores. También decoraron sus creaciones con plumas coloridas y recortaron formas de revistas. Añadieron estas decoraciones a sus pájaros y pelotas con pegamento. Cuando las decoraciones se secaron, el maestro los invitó a jugar afuera con sus pájaros y pelotas. El maestro, la Sra. Gupta, había diseñado previamente el área de juegos de afuera colocando algunos aros coloridos,

conos, y formas en el piso que tenían pegadas fotografías de edificios de la comunidad. También, dibujó una línea a dos pasos de los edificios simulados.

Cuando salieron, ella les dijo a los niños: “Hagamos que los pájaros vuelen hacia esos edificios y veamos en dónde aterrizan”. Los niños se emocionaron y empezaron a usar la acción de lanzar para que sus pájaros volaran. Algunos niños se acercaron mucho a la línea mientras que otros permanecieron más alejados. Al tirar, comenzaron a ajustar su proximidad con respecto a la línea. La Sra. Gupta dijo: “¿Cómo pueden mover su cuerpo para que hagan que su pájaro vuele en el cielo?” Jamila dijo: “Ya sé, lanzando así [moviendo su brazo hacia arriba y hacia abajo]”. Lesley dijo: “Necesitamos dar un paso y mandar el pájaro hacia arriba”. La Sra. Gupta se detuvo y los observó lanzar por un rato. El pájaro de un niño bajaba rápidamente, y ella le dijo: “Xuyen, ¿quieres que tu pájaro vaya hacia arriba?” Xuyen respondió; “Sí”. La Sra. Gupta preguntó, “¿Cómo podemos hacer eso?” Xuyen encogió los hombros para tratar de decir “no lo sé”.

La Sra. Gupta sugirió: “¿Y si lo lanzas hacia el cielo?” Xuyen movió su brazo hacia arriba sobre su cabeza con la acción de lanzar, y su pájaro pudo volar más tiempo. Se dio cuenta y sonrió, luego corrió a recogerlo y lo intentó de nuevo. La Sra. Gupta sonrió y dijo, “Esta vez moviste tu brazo hacia arriba. Esa es la forma de hacer que tu pájaro vaya hacia arriba: trata de mover tu brazo hacia arriba cada vez”. Otro niño estaba recogiendo su pájaro y la Sra. Gupta le dijo: “Yeng, ¿en qué edificio aterrizó tu pájaro?” Yeng dijo “En la tienda” y continuó corriendo para intentar de nuevo. La Sra. Gupta dijo a otra niña: “Mary, ¿tu pájaro aterrizó en el hospital?” Mary contestó: “No, ese es el parque”. Mary tenía razón. La Sra. Gupta continuó preguntando a diferentes niños sobre los edificios.^[6]

Referencias

- [1] [Imagen](#) por [Virginia State Parks](#) bajo licencia [CC BY 2.0](#)
- [2] [Imagen](#) del [California Department of Education](#) utilizada con autorización.
- [3] [Imagen](#) del video de [Baan Dek](#) bajo licencia [CC BY-SA 3.0](#)
- [4] [Imagen](#) de Cpl. Charles Santamaria de dominio público
- [5] [The California Preschool Curriculum Framework, Volumen 2](#) del [California Department of Education](#) utilizado con autorización; Contenido de Clint Springer bajo licencia [CC BY 4.0](#);
- [6] [The California Preschool Curriculum Framework, Volume 2](#) por el [California Department of Education](#) utilizado con autorización

This page titled [13.5: Cómo apoyar las habilidades de movimiento fundamentales](#) is shared under a [not declared](#) license and was authored, remixed, and/or curated by [Jennifer Paris, Kristin Beeve, & Clint Springer](#).