

Características y contenidos de la práctica psicomotriz

Vitali Miranda Ahumada ©

**Programa de
preparación de Oposiciones:**

**EDUCADOR/A
de Educación Infantil**



Prohibida toda reproducción. Reservados todos los derechos. Copyright: Vitali Miranda Ahumada, 2023. De conformidad con lo dispuesto en el arts. 270 y 271 del Código Penal y sus modificaciones establecidas en la Ley Orgánica 1/2015, de 30 de marzo, por la que se modifica la Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre, del Código Penal.

INDICE INTERACTIVO

(Para acceso rápido a páginas)

1. PSICOMOTRICIDAD: CARACTERÍSTICAS.....	7
1.1.Diferencia entre psicomotricidad y desarrollo psicomotor.....	7
A. La psicomotricidad.....	8
B. El desarrollo psicomotor.....	9
1.2.Periodos en el surgimiento de la psicomotricidad.....	10
A. Surgimiento de la Psicomotricidad vinculada a la psiquiatría.....	10
B. El periodo de las terapias conductuales.....	10
C. Periodo del enfoque educativo de la psicomotricidad.....	11
1. 3. Los objetivos de la educación psicomotriz.....	12
A. Educar la capacidad sensitiva.....	12
B. Educar la capacidad perceptiva.....	12
C. Educar la capacidad representativa y simbólica.....	14
2. LOS CONTENIDOS DE LA PRÁCTICA PSICOMOTRIZ	15
2.1.La función tónica (tono muscular y control tónico).....	16
A. El movimiento voluntario.....	17
B. La expresión emocional.....	17
C. La relajación.....	18
2.2.El control postural y el equilibrio.....	20
A. El control postural.....	20
B. El equilibrio.....	20
2.3.El control respiratorio.....	22
2.4.El control práxico.....	24
2.5.La coordinación motriz.....	26
A. Coordinación global.....	26
B. Coordinación segmentaria.....	27
2.6.La estructuración espacio temporal.....	29
A. La estructuración espacial.....	29
B. La estructuración y la orientación y organización temporal.....	35
2.7.Lateralidad.....	38
A. Etapas en la estructuración de la lateralidad.....	40
B. Tipos de lateralidad.....	40
2.8.El esquema corporal y su evolución.....	41
A. Diferencias entre Esquema corporal e Imagen corporal.....	41
B. Leyes psicofisiológicas del desarrollo del esquema corporal.....	42
C. Etapas en el desarrollo motor y perceptivo, según Jean le Boulch.....	43
D. Desarrollo Psicomotor del esquema Corporal según Henri Wallon.....	45
E. Ejemplo de aplicaciones prácticas del esquema corporal.....	49
BIBLIOGRAFÍA	51
RESUMEN DEL TEMA 01.....	53

Tema 01. Características y contenidos de la práctica psicomotriz

Periodos en el desarrollo de la psicomotricidad. Los objetivos y los contenidos de la práctica psicomotriz: función tónica, control postural y equilibrio, control respiratorio, control práxico, coordinación motriz, estructuración espaciotemporal, lateralidad. El Esquema Corporal y su evolución: Etapas en el desarrollo motor y perceptivo según Jean Le Boulch; desarrollo Psicomotor del esquema Corporal según Henri Wallon.

ÍNDICE DETALLADO

1. LA PSICOMOTRICIDAD: CARACTERÍSTICAS

- 1.1. DIFERENCIA ENTRE PSICOMOTRICIDAD Y DESARROLLO PSICOMOTOR
 - A. La psicomotricidad
 - B. El desarrollo psicomotor
 - B.1. Factores que determinan el desarrollo Psicomotor
- 1.2. PERIODOS EN EL SURGIMIENTO DE LA PSICOMOTRICIDAD
 - A. Surgimiento de la *psicomotricidad vinculado a la psiquiatría*
 - B. *El periodo de las terapias conductuales*
 - C. *Periodo del enfoque educativo de la psicomotricidad*
- 1.3. LOS OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ
 - A. Educar la capacidad sensitiva
 - B. Educar la capacidad perceptiva
 - C. Educar la capacidad representativa y simbólica

2. LOS CONTENIDOS DE LA PRÁCTICA PSICOMOTRIZ

- 2.1. LA FUNCIÓN TÓNICA (TONO MUSCULAR Y CONTROL TÓNICO)
 - A. El movimiento voluntario
 - B. La expresión emocional: gesto y actitud.
 - C. La relajación.
 - D. Ejemplo de aplicaciones de la estimulación de la función tónica
- 2.2. EL CONTROL POSTURAL Y EL EQUILIBRIO
 - A. El Control Postural
 - B. El equilibrio
 - C. Ejemplo de aplicaciones de la estimulación del control postural y el equilibrio
- 2.3. EL CONTROL RESPIRATORIO
 - A. Ejemplo de aplicaciones de la estimulación del control respiratorio
- 2.4. EL CONTROL PRÁXICO
 - A. Ejemplo de aplicaciones de la estimulación del control práxico
- 2.5. LA COORDINACIÓN MOTRIZ
 - A. Coordinación global
 - B. Coordinación segmentaria
 - C. Ejemplo de aplicaciones de la estimulación de la coordinación motriz
- 2.5. LA ESTRUCTURACIÓN ESPACIOTEMPORAL
 - A. La estructuración espacial
 - A.1. Tipos de relaciones espaciales según la Psicología del niño/a

- a. Las Relaciones topológicas
- b. Las Relaciones proyectivas
- c. Las Relaciones euclidianas o métricas
- A.2. Etapas en la comprensión del espacio según Piaget (desarrollo evolutivo)
 - a. Etapa del Espacio topológico (de 0 a 3 años)
 - b. Etapa del Espacio euclidiano (de 3 a 7 años)
 - c. Etapa del Espacio racional (a partir de los 7 años)
- A.3. Desarrollo de la percepción espacial
 - a. La orientación espacial
 - b. La organización o estructuración espacial.
- A.4. Fases para para educar el esquema espacial
- A.5. Ejemplo de aplicaciones de la estimulación de la orientación espacial
- B. La estructuración, orientación y organización temporal
 - B.1. La estructuración temporal
 - a. El orden
 - b. La duración (de acontecimientos)
 - B.2. La Orientación y organización temporal
 - a. La orientación temporal
 - b. La organización temporal
 - B.3. Evolución de la orientación y organización temporal
 - a. Estadio sensoriomotor (de 0 a 2 años)
 - b. Estadio preoperacional (de 2 a 6 años)
 - c. Estadio de las Operaciones concretas (desde los 6-7 a los 11-12 años)
 - B.4. Ejemplo de aplicaciones de la estimulación de la orientación temporal
- 2.7. LATERALIDAD
 - A. Etapas en la estructuración de la lateralidad
 - B. Tipos de lateralidad
 - C. Ejemplo de aplicaciones de la estimulación de la lateralidad
- 2.8. EL ESQUEMA CORPORAL Y SU EVOLUCIÓN
 - A. Diferencias entre esquema corporal e imagen corporal
 - B. Leyes psicofisiológicas del desarrollo del esquema corporal
 - C. Etapas en el desarrollo motor y perceptivo según Jean Le Boulch
 - C.1. Etapa del cuerpo vivido (sensaciones, de 0 a 3 años)
 - C.2. Etapa de la discriminación perceptiva (desde los 3 a los 7 años)
 - C.3. Etapa del cuerpo representado en movimiento (entre los 7 a 11-12 años)
 - D. Desarrollo Psicomotor del esquema Corporal según Henri Wallon
 - D.1. Etapa del conocimiento y conciencia del propio cuerpo (de 0 a 3 años)
 - a. Estadio 1, de impulsividad motriz (de 0 a 6 meses)
 - b. Estadio 2, emotivo o emocional (de 6 meses a 1 año)
 - c. Estadio 3, sensoriomotor (de 1 a 3 años)
 - D.2. Etapa del espacio postural / espacio ambiente (de 3 a 7 años)
 - d. Estadio 4, del personalismo (de 3 a 6/7 años)
 - D.3. Etapa de la estructuración del espacio postural y ambiente (6-7 a 11-12 años)
 - d. Estadio 5, del pensamiento categorial (de 6 a 11 años)
 - E. Ejemplo de aplicaciones de la estimulación del esquema corporal

BIBLIOGRAFÍA

RESUMEN DEL TEMA 1

00

**Preparación de Oposiciones para
EDUCADORES de EDUCACIÓN INFANTIL
Programa: TSEI**

Tema 01

***Características y contenidos de la práctica
psicomotriz***

CARACTERÍSTICAS, EVOLUCIÓN Y CONTENIDOS DE LA PRÁCTICA PSICOMOTRIZ

La Psicomotricidad es una disciplina de vital importancia para el desarrollo integral del niño y la niña en el cual haciendo uso de su cuerpo vincula el desarrollo psicomotor con el cognitivo, afectivo y social.

Actualmente, este enfoque cobra vigencia cuando el actual Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Infantil, superando las visiones anteriores, se centra en el logro de competencias generales y específicas que vincula los objetivos de la Educación Infantil con los Saberes básicos de cada una de las tres áreas del currículum de primero y segundo ciclo.

Por esta razón resulta importante conocer y aplicar los diferentes contenidos de la práctica psicomotriz que veremos en este tema. Nuestro propósito es crear una especie de mapa mental que oriente nuestra práctica como educadoras o educadores. Si bien es cierto la psicomotricidad debe ser concebida como un tema transversal, nos interesa la relación entre los objetivos de la Educación Infantil y los contenidos de la práctica psicomotriz.

En este sentido, los objetivos de la Educación Infantil relacionados directamente son los siguientes:

“Conocer su propio cuerpo y el de los otros, así como sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias”; “Desarrollar sus capacidades emocionales y afectivas”, “Adquirir progresivamente autonomía en sus actividades habituales” (art. 13 de la Ley Orgánica de Educación (LOE, 2/2006, de 3 de mayo, modificado por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, LOMLOE y el art. 7 del R. D. 95/2022).

Además, se relaciona con las siguientes competencias específicas. En el Área 1: Crecimiento en armonía:

“Progresar en el conocimiento y control de su cuerpo y en la adquisición de distintas estrategias, adecuando sus acciones a la realidad del entorno de una manera segura, para construir una autoimagen ajustada y positiva” (R. D. 95/2022, anexo 2).

En el estudio de este y los temas siguientes, el modelo de comprensión que aplicamos es de la Comprensión basada en los procesos de transferencia, se trata de que la lectura comprensiva permita en primer lugar una memorización razonada y la posterior aplicación a la resolución de problemas planteados en los test y en los prácticos que iremos resolviendo a partir del tema 9. Deseamos que lo disfrutes.

1. PSICOMOTRICIDAD: CARACTERÍSTICAS



1.1. DIFERENCIA ENTRE PSICOMOTRICIDAD Y DESARROLLO PSICOMOTOR

Es frecuente confundir “Desarrollo psicomotor” y “Psicomotricidad”, debido a que ambos tienen que ver con desarrollo del cuerpo, sin embargo, los énfasis son diferentes.

La psicomotricidad, se caracteriza porque enfatiza el vínculo entre el desarrollo cognitivo, emocional y social con el uso del cuerpo, por esta razón en sus inicios como disciplina no solo se identificaban dificultades motoras en las personas con trastornos, sino que las propuestas terapéuticas de la época recomendaban la psicomotricidad como parte de las medidas de intervención rehabilitadora.

El desarrollo psicomotor está relacionado con los hitos motores y la representación mental del cuerpo (sin considerar los aspectos emocionales y sociales). Se debe entender considerando los dos tipos, a saber: el externo y el interno.

El desarrollo psicomotor externo o práxico describe cómo van apareciendo los siguientes hitos en el movimiento:

- Movimientos de las posturas estáticas (incluye los movimientos motores reflejos y los que surgen antes de ponerse de pie) tales como el movimiento de la cabeza, el tronco, las piernas y el momento en el que es capaz de sentarse.
- Movimientos relacionados con el desplazamiento: ponerse de pie, caminar, subir escaleras y correr.
- Movimientos relacionados con la prensión de la mano, que le permite desarrollar acti-



vidades de precisión desde coger objetos o realizar tareas con las manos (por ejemplo, comer) o procesos más complejos como la escritura.

El desarrollo psicomotor Interno o simbólico está relacionado con la representación mental de su cuerpo y sus posibilidades de acción que incluye, entre otros: el esquema corporal, las sincinesias (o movimientos parásitos, por ejemplo, abrir la boca mientras escribe); la especialización hemisférica o lateralidad; la estructuración espacial y temporal asociados al movimiento humano y la organización sensorial y perceptiva.

A. LA PSICOMOTRICIDAD

Fue el neurólogo Ernest Dupre, quien empleo por primera vez el término psicomotricidad en el congreso celebrado en París en 1920. Si tratáramos de buscar una definición, encontraríamos definiciones con matices que reflejan visiones o concepciones diversas que han ido surgiendo desde su creación como disciplina, sin embargo, una definición que podría ser común es aquella que considera que la psicomotricidad es “la facultad que permite, facilita y potencia el desarrollo perfectivo físico, psíquico y social del niño a través del movimiento” (Herrera, 1993, p. 27).

Esta definición expresa una estrecha relación entre las conductas neuromotrices (ligadas esquema corporal) y las funciones psíquicas (desarrollo cognitivo y socio afectivo) en donde el elemento básico de contacto con el exterior lo constituye el cuerpo del niño o niña.

Finalmente, para evitar una confusión de los diferentes enfoques consideraremos la definición de las asociaciones españolas de psicomotricidad (Berruezo, 2000) quienes la definen del siguiente modo:

“(..) el término «psicomotricidad» integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio motrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial. La psicomotricidad, así definida, desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad. Partiendo de esta concepción se desarrollan distintas formas de intervención psicomotriz que encuentran su aplicación, cualquiera que sea la edad, en los ámbitos preventivo, educativo, reeducativo y terapéutico... y constituye cada vez más el objeto de investigaciones científicas” (Berruezo, 2000).

De este modo, en primer lugar, se concibe la psicomotricidad como el vínculo entre el desarrollo motor con el desarrollo en tres ámbitos: cognitivo, afectivo y social, por ejemplo, la capacidad para dirigir la vista hacia el lugar donde se emite un sonido; ponerse de pie; caminar y correr le van a permitir conocer y explorar una realidad, intercambiar significados y emociones con otras personas, etc. Experiencias que unidas al surgimiento del lenguaje van a crear condiciones para su desarrollo en aquellas otras áreas.

En segundo lugar, la expresión “Psicomotricidad” enfatiza la posibilidad de estimularlo desde la escuela. Para ello es necesario tener en cuenta dos aspectos: a), los hitos del desarrollo motor (por ejemplo, ¿a qué edad se espera que se ponga de pie, que corra, etc.?) como referentes para realizar la estimulación y b), considerar que la práctica y la experiencia son fundamentales para estimular su desarrollo integral (Kambas, 2010). De este modo, si hubiese un desfase sería necesario poner en práctica actuaciones orientadas a la adquisición de habilidades y capacidades directa e indirectamente relacionadas.

B. EL DESARROLLO PSICOMOTOR

El término “desarrollo psicomotor” se le atribuye al neuropsiquiatra alemán Carl Wernicke (1848-1905) quien lo utilizó para referirse al proceso de adquisición continua y progresiva de los hitos motores a lo largo de la infancia.

A su vez, Illingworth (1983) considera que es necesario tener en cuenta las diferencias individuales en la secuencia y la fecha de aparición de los hitos, por ejemplo, primero será necesario sentarse, luego ponerse de pie y finalmente caminar, sin embargo, la adquisición de la marcha puede aparecer entre los 9 y los 16 meses de edad. Es decir, si bien la secuencia de los procesos es igual, la edad en la que aparece cada hito puede variar de un niño a otro.

De este modo, verificamos que en ambas definiciones se hace referencia al carácter evolutivo, gradual y continuo de aquellos cambios que permiten al niño o la niña realizar actividades que son consecutivas y progresivamente más complejas.

B.1. FACTORES QUE DETERMINAN EL DESARROLLO PSICOMOTOR

El desarrollo psicomotor puede estar condicionado a por una serie de factores que pueden ser internos y externos, a saber:

Los factores internos están relacionados con por los rasgos genéticos heredados; aspectos que podrían explicar el proceso de maduración o las fechas en las que se producen eventos o aparecen los hitos según su edad. Por ejemplo, entre los trastornos que tienen una base genética tenemos el Síndrome de X Frágil en el que según el número de repeticiones de un segmento de ADN del cromosoma FMR1 puede explicar las dificultades leves o graves de aspectos tales como: la motricidad fina, la comprensión de conceptos matemáticos o la comprensión del lenguaje oral y escrito.

Entre los factores externos podemos señalar el contexto psicosocial y el cultural. El psicosocial, tiene que ver con las condiciones de vida, la integración o desintegración familiar, las redes de apoyo, entre otras.

El contexto cultural, se relaciona con aspectos tales como: las creencias que justifican los patrones de crianza; el rol que deben asumir los diferentes miembros de las familias; la identidad de género; la visión individualista o comunitaria en el desarrollo individual o los ligados a las ideologías de grupos y minorías étnicas e incluso de subculturas dentro de las culturas dominantes.

El efecto que tenga ambos tipos de factores debe ser considerados por la escuela no solo para vigilar y estimular su desarrollo sino también, para superar las dificultades. Sin embargo, la psicomotricidad no siempre ha estado vinculado a la escuela pues ha tenido varios enfoques tal como veremos a continuación.

1.2. PERIODOS EN EL SURGIMIENTO DE LA PSICOMOTRICIDAD

La psicomotricidad puede verse considerando las orientaciones que le dieron origen o en función de cómo se ha concebido como estrategia de tratamiento. Con respecto al primero, desde su nacimiento como disciplina ha tenido diferentes orientaciones siendo las francesas la que más influencia ha ejercido en su desarrollo actual. Entre estas tenemos: la concepción

psiquiátrica (Ajuriaguerra), psicopedagógica (Picq y Valler), psicocinética (Le Boulch) o dinámico-vivencial (Lapierre y Aucouturier).

Si se observa la estrategia de intervención podemos identificar tres periodos: los enfoques basados en el psicoanálisis; las basadas en teorías conductistas y los enfoques educativos orientados al desarrollo como persona y no solo al tratamiento de los trastornos psiquiátricos o las dificultades o limitaciones físicas; los mismos que veremos a continuación.

A. SURGIMIENTO DE LA PSICOMOTRICIDAD VINCULADA A LA PSIQUIATRÍA

Cuando neurólogo Ernest Dupre, empleo por primera vez el término psicomotricidad en su ponencia ante el congreso celebrado en París en 1920, destacaba las estrechas relaciones que existían entre las anomalías psíquicas y las anomalías motrices “relaciones que son la expresión de una solidaridad original y profunda entre los movimientos y el pensamiento” (Dupré, 1925:66). Además, sus estudios relacionados con la debilidad motora estaban centrados también, en la idea de que es posible reeducar al sujeto haciendo uso de la psicomotricidad debido a que existe una relación entre movimiento y psiquismo.

Por esta razón, según Le Boulch (1995), la psicomotricidad que surgió en el ámbito de la rehabilitación psicomotriz sustentada en una fuerte influencia psicoanalítica, partiendo de la hipótesis de que el tratamiento de las enfermedades “mentales” requería no solo una explicación de las causas que lo originaron sino, necesariamente, una terapia de reeducación sobre el cuerpo y sus movimientos debido a que el cuerpo era el medio por el cual se expresaban los trastornos.

B. EL PERIODO DE LAS TERAPIAS CONDUCTUALES

Sin embargo, los resultados no siempre fueron los esperados, por tanto, el fracaso de las teorías “psicodinámicas” (de orientación psicoanalítica) dieron paso al surgimiento de terapias comportamentales. Según Skinner, la importancia de este nuevo tratamiento radica en que no era tan importante saber cómo se adquirió en el pasado, sino en identificar y modificar las variables que mantienen el comportamiento presente. En éste y el enfoque anterior, se establecía la necesidad de vincular la selección de estrategias (para estimular el movimiento y el gesto) a los factores emocionales (por ejemplo, expresar e identificar estados emocionales diversos).

C. PERIODO DEL ENFOQUE EDUCATIVO DE LA PSICOMOTRICIDAD

La psicomotricidad ya con un enfoque educativo surge en 1959 cuando Le Boulch (1959) en su trabajo titulado “*La educación física funcional de la escuela Primaria*” propone que era necesaria una adaptación de la educación física al niño, en edad escolar porque las “necesidades e intenciones del sujeto son determinantes del desarrollo físico motriz”. Sin embargo, esta propuesta se centraba solo en la “pericia”, como a una función psicomotriz del cuerpo, sin mayores vinculaciones con otras áreas (tales como las cognitivas y emocionales y sociales).

A partir de 1967, producto de los estudios que vinculaban el sistema nervioso central con las funciones mentales, los sistemas sensoriales y el “sistema muscular estriado”, se inicia una corriente de opinión (ver: Le Boulch, et al., 1986 en su obra “*La educación por el movimien-*



to en la edad escolar”) en la que se consideraba que la educación psicomotriz debería ser una educación fundamental o de base en la escuela elemental, debido a su vinculación con aquellas áreas.

Actualmente, el concepto de psicomotricidad está íntimamente relacionado con el desarrollo psicológico del niño y su carácter educativo ha surgido en base a la relación que se establece entre el movimiento del niño con: la imagen corporal, el desarrollo cognitivo y el desarrollo emocional.



1. 3. LOS OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ

En este apartado trataremos de saber qué objetivos debemos incluir en la implementación de una metodología globalizada que tiene como eje el uso del cuerpo y nuestra referencia principal son los objetivos que se establece en la legislación para este nivel tal como hemos señalado en la parte introductoria que a su vez se complementan con los decretos de currículo de las diversas Comunidades Autónomas (por ejemplo, para Madrid el Decreto 36/2022, de 8 de junio).

Estos objetivos deberán implementarse de forma integrada con las competencias y los contenidos base del primer y segundo ciclo de Educación Infantil que están organizados en las tres áreas que son: área I, Crecimiento y armonía; área II, Descubrimiento y exploración del entorno y área III, Comunicación y representación de la realidad.

En este sentido, Martínez (2014), considera que este tipo de contenidos transversales deberían incluir objetivos que estén orientados a la estimulación de las siguientes capacidades: sensitiva, perceptiva y la representativa y simbólica; los mismos que veremos a continuación.

A. EDUCAR LA CAPACIDAD SENSITIVA

La sensación es la capacidad de detectar estímulos que pueden ser internos (por ejemplo, un cólico, o dolor de cabeza) y estímulos externos (por ejemplo, una caricia, o los rayos del sol en nuestro rostro). Información que llega al cerebro por una serie de vías nerviosas o por los sentidos. Se trata de situaciones de aprendizaje que permitan percibir y diferenciar la mayor cantidad de sensaciones los mismos que pueden ser de dos tipos:

- Informaciones relativas al propio cuerpo. Está relacionado con las sensaciones interoceptivas: (que es la información de los procesos internos del organismo) y las sensaciones propioceptivas (que nos permiten tener información sobre nuestro cuerpo en el espacio, tales como las posturas, el gesto, etc.). Educamos a través de actividades orientadas a conocerlas, por ejemplo, la respiración, el tono muscular, la postura, el gesto, el equilibrio, etc. (Berruezo, 2000).
- Información relativa al mundo exterior. Está relacionado con las sensaciones exteroceptivas (percepción a través de los cinco sentidos: visión, gusto, olfato, tacto y audición) en nuestra exploración del entorno, manipulando y experimentando.

B. EDUCAR LA CAPACIDAD PERCEPTIVA

La percepción es forma en la que el cerebro interpreta las sensaciones. Están orientadas a ordenar y estructurar la información relativa al propio cuerpo en su relación con el mundo exterior, logrando el desarrollo y automatización de nuevos esquemas y estructuras de pensamiento. Estructuración que implican tres aspectos:

- Tomar conciencia de los componentes del esquema corporal siguientes:
 - ✓ Tono muscular. Por ejemplo, con el progresivo control de músculos que debemos activar o inhibir para realizar una acción.
 - ✓ Equilibrio postural, manteniendo el equilibrio en múltiples actividades y posturas posibles.
 - ✓ Orientación espacial, identificando las partes de su propio cuerpo y estableciendo relaciones con el mundo exterior.
- Establecer patrones perceptivos que le permitan estructurar las sensaciones y establecer relaciones temporales y espaciales. Esto implica:
 - ✓ Diferenciar los rasgos fundamentales (o invariantes) de los secundarios, en los objetos. Por ejemplo, cuando describimos una mesa podemos darnos cuenta de que una definición consiste en destacar su rasgo fundamental, en este caso, que sirve para escribir, mientras que no serían adecuados los rasgos secundarios tales como el número de patas (“es la que tiene cuatro patas”); la forma (que podría: “es cuadrada” o triangular o rectangular); etc.
 - ✓ Diferenciar matices en las cualidades sensoriales tales como: colores (a través de la identificación de los colores primarios, secundarios, etc.), tamaños (inicialmente: grande/pequeño, luego, grande/pequeño/mediano), de longitud, etc.
 - ✓ Analizar las relaciones espaciales.
 - o A los 4 o 5 años, se inician el nombre de derecha e izquierda que recibe cada lado de su propio cuerpo.
 - o Sin embargo, es a los 7-8 años, cuando logran su verdadera compren-

sión de la izquierda y derecha y por tanto ya son capaces de identificar las posiciones relativas con respecto a su cuerpo, (por ejemplo, la ubicación de una casa a su izquierda en la ida y a la derecha en la vuelta, en ambos casos la izquierda o derecha gira en torno a la posición de su propio cuerpo) o las relaciones entre objetos (por ejemplo, si un televisor está entre una columna y una puerta, podrán entender que el televisor está simultáneamente, a la derecha de la columna y a la izquierda del cuadro).

- ✓ Analizar las relaciones temporales tales como: duración y el orden o secuencia de acontecimientos (por ejemplo, se va a acostar después de haberse cenado).
- Realizar movimientos corporales que le permiten desarrollar su esquema corporal al relacionarse con otros elementos del mundo exterior. Por ejemplo, cogiendo un balón que rueda hacia sus pies que requieran coordinar la vista con el movimiento de las dos manos, etc.

C. EDUCAR LA CAPACIDAD REPRESENTATIVA Y SIMBÓLICA

Implica la posibilidad de que en su representación mental que le permita organizar y dirigir sus propios movimientos. De este modo, progresivamente va adquiriendo una capacidad representativa de movimientos cada vez más complejos entre los que podemos distinguir lo siguiente:

- Capacidad representativa.

Orientada a logra una representación mental de los significados y evocarlos, por ejemplo, cuando empieza a usar la cuchara para comer en el cual requiere tener una representación mental del movimiento de la mano y del movimiento de la boca (masticar o pasar) en función de la textura del alimento.

También, en los casos que asocia significados a imágenes y textos. Por ejemplo, cuando un niño/a de 5 años, va a leer una palabra, empleando el método fonético alfabético, se activa la imagen de las letras (grafemas) que la componen, silabea mentalmente (conversión grafema-fonema), hasta identificar las sílabas y la palabra y activa su significado.

Otro ejemplo lo podemos apreciar cuando se emplea el método global en la lectura (a partir de los 3,5 años). En este caso, si presentamos la palabra "PERRO", debido a que aún no ha aprendido el nombre de las letras (como sucede con el método alfabético), la palabra la ve como si fuese una imagen y la asocia a su significado. Por eso, si luego se le presenta la palabra "perro" (escrita en minúsculas) le resultará difícil saber lo que significa, hasta que logra darse cuenta de que el concepto "perro" puede estar escrito con letras mayúsculas, minúsculas o combinadas.

Incluso se puede activar el movimiento a partir de la memoria auditiva. Por ejemplo, "El carnaval de los animales" de Camille Saint-Saëns donde cada animal está representado por un instrumento con su sonido característico. También por la memoria visual cuando trata de imitar algún rasgo a partir de una imagen, por ejemplo, si es la foto de un elefante activará su significado y empleará su cuerpo para representar sus rasgos: trompa, forma de caminar, los sonidos que emite, etc.

- ✓ Incluye también el juego simbólico y la imaginación diferida, que se empieza a desarrollar a partir de los 2 años,
- Capacidad de simbolización.

La simbolización se refiere a los índices y símbolos en la clasificación de Peirce (1974) y es el aprendizaje sign

os que son frecuentes en su realidad, símbolos que debe identificar y tener en cuenta para interactuar con otros o explorar el medio físico y social, por ejemplo, al ir por la calle verá una serie de signos que le indican normas y pautas de actuación, tales como, interpretar adecuadamente los semáforos de peatones y de coches. En la escuela se enseña en todo tipo de actividades y contenidos base, por ejemplo, dar una palmada (o saltar, etc.) cuando aparece el número dos o comprender el significado de un círculo verde en el semáforo de peatones, etc.



2. LOS CONTENIDOS DE LA PRÁCTICA PSICOMOTRIZ

En este apartado es importante diferenciar en primer lugar, las sensaciones de las percepciones y, en segundo lugar, comprender la vinculación de ambas con el logro del pensamiento simbólico.

Con respecto al primer apartado, para comprender las sensaciones, pondremos un ejemplo. A Carlos de 4 años, se le pide que cierre los ojos (o se le pone una venda) y le rozan con un objeto a lo largo del dedo índice de la mano derecha. Al abrir los ojos, la respuesta por la cual nos indica en qué dedo “ha sentido algo”, es un ejemplo de la sensación.

Pero, si se le pedimos que nos diga con qué objeto lo han hecho (un bolígrafo, una goma, un ratón de ordenador, etc., aunque se equivoque) la interpretación de esa sensación asociada a algo conocido nos permitiría afirmar que se trata de una percepción.

El segundo apartado implica ser consciente que las sensaciones y percepciones hacen posible que el niño o la niña lleguen a tener una representación mental de diferentes aspectos de su vida cotidiana y cómo el pensamiento simbólico que construye, lo hace relacionando (aplicando, adaptando y construyendo esquemas mentales) esas sensaciones y percepciones con los objetos y las personas (por ejemplo, en sus interacciones sociales en las que comprende conductas, gestos, etc. aprendiendo sus significados).

Podríamos afirmar que a partir del procesamiento de una serie estímulos sensoriales que llegan a diferentes áreas corticales, le permite tomar conciencia de una realidad, produciéndose a continuación una serie de respuestas motoras y de interacción social que hacen posible construir y reconstruir su percepción de esa realidad con progresivos niveles de complejidad.

En este proceso participan una serie de sistemas que la psicomotricidad trata de optimizar, por ejemplo, a nivel de la función tónica, respondiendo adecuadamente a la posibilidad de contraer o relajar una serie de músculos cuya precisión avanza con la edad; el logro de mayor precisión motora de las manos para el posterior desarrollo de actividades tales como el

dibujo y la escritura; o el control de la respiración, para evitar respuesta de ansiedad, etc. Es decir, estamos hablando de los diferentes niveles en los que participa la práctica psicomotriz que son:

- o La función tónica (tono muscular y control tónico).
- o El control postural y el equilibrio.
- o El control respiratorio.
- o El control práxico.
- o La coordinación motriz.
- o La estructuración espaciotemporal.
- o La lateralización.
- o El Esquema corporal.

De todos estos contenidos es el *Esquema Corporal*, el que tiene mayor trascendencia en el desarrollo estable del niño/a debido a que integra todos los elementos anteriores. Por lo que a continuación veremos cada uno de ellos.

2.1. LA FUNCIÓN TÓNICA (TONO MUSCULAR Y CONTROL TÓNICO)

La Función tónica incluye el tono muscular y el control tónico y es la base de toda actividad muscular, por tanto, de la construcción del esquema corporal. Sin embargo, hay una diferencia entre ambos: el *tono muscular* es la energía potencial de un músculo mientras que el *control tónico* es el dominio de esa tensión y según Sinovas (2010), el *control tónico* es como un estado de alerta permanente, que nos permite procesar la información propioceptiva (capacidad cerebral para conocer en cada momento, la posición exacta de todas las partes de nuestro cuerpo).

Wallon (1970, 1978) resalta la importancia de la **función tónica toda vez que está relacionada con el movimiento voluntario, las actitudes y el gesto**. De este modo, la actividad



muscular de tensión y distensión permite mantener y ejecutar *acciones intencionales que están relacionados con:*

- el movimiento voluntario (que se orienta hacia el exterior o hacia el mundo de los objetos)
- el gesto, como expresión emocional (vinculadas con el mundo interno en su relación con otras personas) y
- la relajación.

A. EL MOVIMIENTO VOLUNTARIO

Los *movimientos voluntarios, que muchos de ellos se convertirán en automáticos (por ejemplo, para caminar, al comienzo debe centrar su atención en la coordinación y el equilibrio hasta que llega a automatizarlos, es decir, a realizarlos de forma rápida e inconsciente), son consecuencia de una actividad muscular que presenta dos procesos: el clónico o cinético, relacionado con el alargamiento y acortamiento de los músculos y el tónico, relacionado con los niveles o estados de tensión muscular.*

Con respecto a la función tónica como base del movimiento se expresa también en su grado de extensibilidad (Mira Stambak, 1979) en un continuo que va desde: a), una contracción exagerada (por ejemplo, la paratonía y la catatonía), b), el estado armonioso de tensión en todas las partes del cuerpo y c), el estado en el cual la contracción muscular es bajo o muestra una debilidad muscular.

Tipos de tono muscular

Asimismo, para este dominio es necesario un aprendizaje que permita adaptar el movimiento de la persona, (contrayendo o relajando una o diferentes partes o todo su cuerpo) a cada actividad que realice. Por esta razón existen tres tipos de tono muscular:

- Hipertonía, que se expresa con fuertes contracciones acompañados, en algunos casos, con sacudidas;
- Hipotonía, es el proceso opuesto, es el estado en el cual la contracción muscular es leve, descontracción que se da en los estados de reposo y cuando realizamos movimientos simples;
- Eutonía o Equilibrio armonioso, que se caracteriza porque el grado de tensión es leve y similar en los músculos de las diferentes partes de nuestro cuerpo como sucede en los casos de relajación.

B. LA EXPRESIÓN EMOCIONAL

La función tónica también está relacionada con la expresión emocional y las actitudes que se expresan por medio del gesto e incluso la mímica y la postura cuando son expresión de un estado de ánimo. En el caso de las actitudes, podemos indicar que toda actitud tiene un componente emocional, un componente cognitivo y "la tendencia a la acción"; por tanto, es ese componente emocional el que puede ser expresado haciendo uso del cuerpo. Por ejemplo, si intentará medir la actitud de aceptación o rechazo a la suciedad, al tratarse de una actitud no pretendo medir conductas sino sus componentes entre ellos, el emocional, que se logrará percibir observando los gestos e incluso la expresión de otras partes del cuerpo que serían coherentes con ese estado emocional (de rechazo, indiferencia, etc.).

El gesto es el desarrollo de la *función tónica vinculada a las emociones y tiene un compo-*

nente filogenético y otro vinculado al aprendizaje, inicialmente basado en la interacción con la madre.

Con respecto al carácter filogenético, se considera que las expresiones de al menos las cuatro emociones básicas (enfado, tristeza, ira, miedo), están asociadas a la especie humana, por lo tanto es un tipo de información que está presente desde el nacimiento, lo que explica que el niño en condiciones de placer y displacer muestra gestos que son universales por ejemplo, la expresión del rostro de un recién nacido cuando llora por tener hambre, cólicos o sonríe cuando se encuentra en una situación placentera, son expresiones en la que podemos identificar rasgos similares (movimiento de la boca, los ojos, etc.) en todo niño o niña independientemente de su sexo, nacionalidad o cultura (Wierzbicka, 1986).

Asimismo, según Ajuriaguerra (1986) el aprendizaje gestual, después del nacimiento, continúa desarrollándose cuando la madre interactúa con el bebé que sin entender lo lingüístico percibe los gestos de la madre asociados a estados emocionales, proceso que este autor le denomina diálogo tónico.

C. LA RELAJACIÓN

La relajación es una forma de expresión de la función tónica y en este sentido, según el tipo de activación la relajación, puede ser automática o consciente y según el área relajada puede ser global y segmental.

Según el tipo de activación

Es automática, cuando se percibe después de una actividad que haya ocasionado una fatiga apreciable, por ejemplo, después de que el niño ha recorrido distancias largas para su edad o ha realiza un ejercicio físico intenso en el caso de los niños mayores de 2 años.

La relajación es consciente cuando se logra empleando la visualización y motivación auditiva (por ejemplo, dando instrucciones de relajación mientras el niño/a con los ojos cerrados escucha simultáneamente una música instrumental). Este tipo de relajación solo es posible a partir de los 5 o 6 años cuando han alcanzado una mínima representación mental de su cuerpo y a su vez, posee importantes aptitudes de atención y concentración voluntaria.

Según el área relajada

Con respecto al *área relajada*, la relajación será global si incluye a todo el cuerpo. Requiere, que los tiempos no sean mayores de 10 minutos por la fatiga y las dificultades de atención para la cual se recomienda hacer uso de metáforas y simbolismos (Gómez, 2013). En el caso de los niños, menores de 5 años se recomienda trabajar la relajación nombrando progresivamente, cada una de las partes de su cuerpo y no intentar hacerlo de forma global. Sin embargo, en el caso de niños de 0 a 1 año, se logra a través de la estimulación táctil, con pequeños masajes.

La Relajación segmental, está orientada a segmentos del cuerpo y se logra a partir de los 5 o 6 años cuando posee una mínima representación mental de su cuerpo y se aplica a procesos que requieren mayor precisión tales como el aprestamiento a la escritura.

D. Ejemplo de aplicaciones prácticas en el aula orientadas a la estimulación de la función tónica

- Dirigido a niños/as de 6 meses
- Características psicoevolutivas:

- ✓ A los 6 meses. En decúbito prono (boca abajo o decúbito ventral), puede tener el pecho levantado apoyándose en sus antebrazos
- Objetivo: activar la función tónica (control tónico) de los músculos de la nuca, espalda, nalgas y abdomen y potenciar el control postural

Actividad 1.

- Posición inicial: la educadora ubica al bebé en decúbito prono en una superficie plana horizontal
- Descripción de la actividad: la educadora le muestra objetos para que levante la cabeza, apoyado en sus antebrazos.

Actividad 2.

- Posición inicial: la educadora ubica al bebé en decúbito supino (boca arriba o decúbito dorsal).
- Descripción de la actividad: Le ofrece los pulgares al bebé y cuando los agarre con ambas manos, intentar que levante la cabeza y el dorso.

Otras actividades posibles

En términos generales las actividades deben ser adaptadas a cada edad (aspectos psicoevolutivos). A partir de los 4 años los segmentos de actividades pueden ser las siguientes:

1. Ejercicios de contracción o tensión muscular y relajación, por ejemplo, en la instrucción: "cerramos el puño fuerte, lo mantenemos y después, abrimos el puño lentamente"
2. Ejercicios de Inhibición de la conducta, por ejemplo, empleando sonido agudos y graves en las que con un tipo de sonido realizan un movimiento (por ejemplo, dar una palmada) y cuando aparece de manera imprevista el otro sonido no deben hacer nada (aprendiendo de esta forma a inhibir el movimiento que estaban realizando).
3. Uso del cuerpo y el rostro para expresar y reconocer emociones, mirándose en el espejo cuando representan una emoción o reconociendo e imitando los gestos que realiza su compañero/a, en el trabajo por pares.

2.2. EL CONTROL POSTURAL Y EL EQUILIBRIO.

A. EL CONTROL POSTURAL

Quirós y Schrage (1980) consideran que, si bien el equilibrio y la postura son las bases de toda actividad motriz, sin embargo, hay que diferenciar entre la postura, la posición y el equilibrio.

La postura es la actividad que refleja la relación del cuerpo con el espacio y se basa en el tono muscular mientras que la posición, es la que se adopta en cualquier momento y puede ser consciente cuando conoce la posición de su cuerpo en una situación determinada o inconsciente, cuando responde a su manera habitual o cuando reacciona con un movimiento reflejo frente una amenaza o situación no prevista, por ejemplo, cerrar los ojos cuando escucha un sonido fuerte, cercano e imprevisto.

A su vez, hay una diferencia entre el control tónico (que vimos en el apartado anterior) y el control postural (con el que está relacionado) ya que, según Sinovas (2010), el control tónico



es un estado permanente de ligera contracción de los músculos, es como un estado de alerta permanente; mientras que, el control postural está relacionada con el equilibrio.

B. EL EQUILIBRIO

El equilibrio se relaciona con el cuerpo (no con el espacio, como en el caso de la postura) tomando como referencia las sensaciones propioceptivas, la función vestibular y la visión. En este sentido se afirma que el equilibrio se logra cuando se ejerce la fuerza motriz necesaria para contrarrestar la fuerza de la gravedad. A su vez, el equilibrio puede ser estático cuando mantiene la postura en una posición fija y dinámico cuando implica desplazamiento.

El equilibrio se va configurando desde el nacimiento, con el tipo de percepciones que logra procesar y lo hace del siguiente modo: al nacer se responde a las percepciones interoceptivas (que son las de tipo visceral); luego se desarrollaría el dominio de las sensaciones propioceptivas (que nos permiten conocer el estado y la posición de nuestro cuerpo) y finalmente las exteroceptivas, relacionadas con el procesamiento de la información del exterior captadas por los diferentes sentidos.

Los órganos que pueden explicar las dificultades de equilibrio son los movimientos oculares y el oído interno (en especial, el aparato vestibular) que nos permiten percibir y responder a la fuerza de gravedad, y a su vez hacen posible regular los movimientos que implican acelerar y desacelerar. Por esta estructura, tanto el equilibrio como la postura dependen no solo de la función tónica, sino también del aparato vestibular, la visión y la percepción propioceptiva.

Finalmente, los déficits tanto en el equilibrio como el control postural se explican también por niveles elevados y permanentes de ansiedad (como en el caso de los niños que sufren maltrato infantil o los derivados de otros síndromes o trastornos que producen niveles elevados de ansiedad) que ocasionan dificultades en los procesos de atención, concentración, el aprendizaje y la autonomía.

C. Ejemplo de aplicaciones prácticas en el aula orientadas a la estimulación de la postura y el equilibrio

Actividad 1.

- Dirigido a niños/as de 4 años
- Objetivo: Desarrollo de la capacidad para mantener el equilibrio en situaciones dinámicas y estáticas.
- Posición inicial: la educadora ha colocado una cinta en el suelo en forma de circuito. Música de ritmos distintos.
- Descripción de la actividad: Abrimos los brazos y tratamos de caminar pisando solamente la línea, lo hacemos al ritmo de la música (lento / rápido). Al detenerse la música nos quedamos como estamos sin movernos, "como estatuas" Luego, con la música continuamos.

Actividad 2

- Dirigido a niños/as de 3 años
- Objetivo: Desarrollo de la capacidad expresar posturas simples.
- Posición inicial: la educadora se coloca al frente de los niños/a que están en fila mirando hacia ella. La/el educadora/or adoptara posturas simples tales como ponerse las manos a la cabeza, con las piernas abiertas/cerradas; cruzarse de brazos y mirar hacia un lado, etc.
- Descripción de la actividad:
 - ✓ Primero nos ponemos rectos con los pies juntos y las manos pegadas en los muslos (actúa de modelo).
 - ✓ Luego vais a imitar la postura que yo hago con los ojos abiertos
 - ✓ luego volvéis a ponerlos rectos, cerramos los ojos y con los ojos cerrados repetimos la misma postura.

Otras actividades posibles

En términos generales las actividades deben estimular el desarrollo postural, a través de circuitos en los que tenga que recorrerlos de modo diverso (cuclillas, punta de pies, con un pie, etc.), según la edad y que tengan que detenerse y permanecer en esa posición después de alguna consigna (palmada, una expresión, etc.). Las experiencias pueden ser acompañadas con música.

2.3. EL CONTROL RESPIRATORIO.

De las dos fases que comprende la respiración, es la *inspiración* la que debe centrar la atención del educador. La *inspiración* permite introducir oxígeno (O_2), mientras que la *espiración* nos permite expulsar el dióxido de carbono (CO_2) de los pulmones al exterior.

Este mecanismo reflejo que es fundamental al momento de nacer se mantiene de forma equilibrada (homeostasis), sin embargo, en los estados de tensión o ansiedad se producen alteraciones involuntarias e inconscientes incrementando el número de respiraciones por minuto (rpm) de tipo superficial (solo "llenen" de aire en la parte superior y no la parte baja de los pulmones). En este caso se pasa de 12 a 16 rpm, que son las normales, a un número

elevado que puede superar los 20, 30, o más rpm según la intensidad de las sensaciones de miedo o enfado.

La hiperventilación se produce de forma automática e inconsciente en las situaciones donde el niño/a consideran una situación como peligrosa, y en general cuando tienen miedo de algo, por tanto, está relacionada con los niveles de ansiedad que experimenta el niño o la niña. Por ejemplo, los niños inadaptados (por causas diversas principalmente de tipo familiar o socioeconómico) suelen presentar un patrón de respiraciones superficiales y rápidas (hiperventilación), que explican los signos fisiológicos de la ansiedad (sudoración en las manos, ráfagas de frío/calor, dificultad para respirar, etc.) y sus dificultades de atención y concentración. La hipoventilación, por el contrario, está asociado a estados de máxima concentración o a la realización de movimientos pausados y/o precisos.

Picq y Vayer (1977) encuentra que en los casos donde existen alteraciones cognitivas significativas, la insuficiencia respiratoria es una de las características, como sucede en los casos de los "débiles profundos" y que hay una clara relación entre los trastornos psicomotores y las observadas en los exámenes de la respiración. En este sentido, es importante enseñarles el control voluntario de la respiración, tratando que las espiraciones sean lentas.

Picq y Vayer (1977) recomiendan la siguiente secuencia:

- Aprender a sonarse.
- Control de la espiración bucal.
 - ✓ Ejercitar la emisión de la O haciéndolo durar la mayor cantidad de tiempo (el educador/a ayuda alejando su dedo de la boca mientras dura la emisión;
 - ✓ Ejercitar la espiración por la boca y visualizarla emplear espiroscopia con una pajita y un vaso con agua o usar "el respirador" de Plent. Soplar la mano y sentirla.
- Conciencia de la espiración nasal.
 - ✓ Con la boca cerrada emitir un sonido por la nariz); cerrar un orificio de una nariz e intentar sonarse mientras con la otra mano se mantiene el pañuelo.
- Control de la espiración nasal.
 - ✓ Control de la espiración nasal: con un dedo tapar uno de los orificios y expulsar por el otro, luego alternar por el otro orificio.
 - ✓ Conciencia de la respiración abdominal. Decúbito dorsal, poner un peluche en el vientre y respirar sintiendo como el peluche se eleva. Luego hacerlo poniendo las dos manos sobre su abdomen.
- Pasar del control al dominio de la respiración.
 - ✓ Se aplica en edades mayores a 6 años e incluye la inspiración y espiración con ritmos contando de 1 a ... Y posteriormente control en posición sedente y en movimiento.

A partir de esta edad, otra forma de lograr este propósito es enseñarles a realizar las inspiraciones lentas, en tres segundos y las espiraciones en cinco segundos. Si se realiza antes de los 6 años, pueden ser medidos por la duración del fragmento de alguna canción, toda vez que no tienen el control del tiempo rígido melodía o sonidos diferenciados que se alternan, y que se repiten hasta un tiempo no mayor de 2 minutos o diez respiraciones. De este modo le servirá como referencia para guiar la duración de cada respiración.

El control de la respiración es importante para la formación del esquema corporal debido a que ayuda a la percepción del propio cuerpo por esta razón el control respiratorio está asociado a la relajación global y segmental.

También es necesario distinguir entre la respiración torácica (por elevación del tórax) de la diafragmática (relajación y empuje del diafragma) si bien el dominio de la respiración diafragmática lo pueden alcanzar en mayores edades.

A. Ejemplo de aplicaciones prácticas en el aula orientadas a la estimulación del control respiratorio

- Dirigido a niños/as de 4 años
- Objetivo:
 - ✓ Poner en práctica técnicas para lograr progresivamente la respiración diafragmática.

Actividad 1.

- Posición inicial: Los niños/as en decúbito supino sobre la alfombra, con un peluche favorito sobre el vientre.
- Descripción de la actividad: El educador da las siguientes consignas y si es necesario les ayuda acercándose para indicarlo que al respirar lo dirijan hacia la parte baja de los pulmones, y que sientan como se eleva el peluche que tiene sobre su vientre.
- La primera vez se sigue la siguiente pauta.
 - ✓ Vamos a respirar despacio y hacer lentamente "ingresamos el aire por la nariz, despacio, ... inspiramos, inspiramos, inspiramos ... (se repite por el equivalente a 3 segundos).
 - ✓ "Ahora botamos el aire despacio, despacio, despacio ... " (se repite por el equivalente a 5 segundos).
 - ✓ Se realizan 5 respiraciones y luego se cambia la consigna-
 - ✓ "Bien ahora para espirar lo haremos de tal forma que veamos como nuestro peluche se levanta"
 - ✓ Ahora botamos el aire despacio, despacio, despacio ... " (se repite por el equivalente a 5 segundos).
 - ✓ Se realizan 5 respiraciones y luego se concluye.
- Desde la segunda vez a las siguientes, las prácticas solo se realizan levantando el vientre y es recomendable realizarlo en cada sesión en el "Ritual de entrada" y/o "Ritual de salida" o "Vuelta a la calma".

2.4. EL CONTROL PRÁXICO

Las praxias, son los actos motores voluntarios orientados a lograr su adaptación al medio, por tanto, debe haber: una intencionalidad, un dominio de los actos motores implicados, así como una previsión de la secuencia y tipo de movimientos que se requieren para llevar a término una acción que implique desplazarse, explorar y manipular objetos del entorno. García y Berruezo (1994) añaden como condición necesaria integrarlas o adaptarlas al espacio en el que se va a producir logrando aquella postura inicial que haga posible el movimiento deseado.

Es necesario precisar que las praxias se diferencian de los *actos motores* porque éstos se limitan a la acción motora mientras que las praxias están relacionadas con su acción intencional hacia el manejo de los objetos del entorno (*hacer algo para lograr algo*).

PAGINAS SUPRIMIDAS POR DERECHOS

DE AUTOR

(Disponibles en la suscripción al curso)