



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN **CARRERA DE PSICOLOGÍA INFANTIL Y EDUCACIÓN PARVULARIA**

TÍTULO

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN INFANTIL PARA EL DESARROLLO DEL ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL “EL CASTILLO ENCANTADO” DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO SEPTIEMBRE 2013 – JULIO 2014.

Tesis previa a la obtención del grado de Licenciada en Ciencias de la Educación, mención Psicología Infantil y Educación Parvularia.

AUTORA

SANDRA JACKELINE ARMIJOS ORTIZ

DIRECTOR

DR. CÉSAR ANTONIO LEÓN AGUIRRE MG. SC

LOJA- ECUADOR

2015

1859

CERTIFICACIÓN

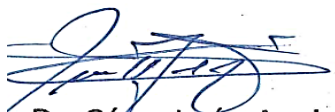
Dr. Cesar León Aguirre Mg. Sc.
DIRECTOR DEL ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CERTIFICA:

Que el informe de tesis titulada: **ACTIVIDADES DE RECREACION INFANTIL PARA EL DESARROLLO DEL ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL "EL CASTILLO ENCANTADO" DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO SEPTIEMBRE 2013-JULIO 2014** de la autoría de la señora, **Sandra Jackeline Armijos Ortiz**, egresada de la Carrera de Psicología Infantil y Educación Parvularia, ha sido dirigida y asesorada de acuerdo a los procedimientos reglamentarios y metodológico-técnicos que establece la institución.

Por consiguiente, se emite informe favorable para su presentación ante la autoridad y organismo competente para los fines legales pertinentes.

Loja, Septiembre de 2014



Dr. César León Aguirre Mg. Sc.
DIRECTOR DE TESIS

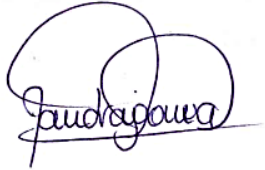
AUTORIA

Yo, Sandra Jackeline Armijos Ortiz, declaro ser autora del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos y acciones legales, por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional-Biblioteca Virtual.

Autora: Sandra Jackeline Armijos Ortiz

Firma:



Cedula: 1105329211

Fecha: 07 de Julio de 2015

CARTA DE AUTORIZACION DE TESIS POR PARTE DEL AUTOR, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCION PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACION ELECTRONICA DEL TEXTO COMPLETO.

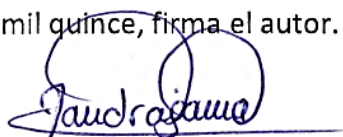
Yo, Sandra Jackeline Armijos Ortiz, declaro ser autora de la tesis titulada: **ACTIVIDADES DE RECREACIÓN INFANTIL PARA EL DESARROLLO DEL ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL “EL CASTILLO ENCANTADO” DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO SEPTIEMBRE 2013 – JULIO 2014.**, como requisito para obtener el grafo de Licenciada en Ciencias de la Educación Mención: Psicología Infantil y Educación Parvularia; autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Digital Institucional.

Los usuarios puedan consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior, con los cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de la tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los 14 días del mes de Julio de dos mil quince, firma el autor.

Firma:



Autora: Sandra Jackeline Armijos Ortiz

Dirección: Santa Mariana de Jesús y 10 de Agosto

Correo Electrónico: sandrajacki0617 gmail.com

Teléfono celular: 0986325907

DATOS COMPLEMENTARIOS

Director de Tesis: Dr. Mg. Sc. César León Aguirre

Tribunal de grado:

PRESIDENTE: Ms. Sc. María Eugenia Rodríguez

PRIMER VOCAL: Mg. Sc. Gladys Merino

SEGUNDO VOCAL: Dra. Mg. Sc. Sonia Castillo

AGRADECIMIENTO

A las autoridades de la Universidad Nacional de Loja, al Área de la Educación el Arte y la Comunicación, a la Carrera de Psicología Infantil y Educación Parvularia y al personal Docente, por sus valiosos conocimientos durante el proceso académico.

Al Dr. Cesar Antonio León Aguirre, Director de Tesis, por su apoyo y orientación, lo que hizo posible la elaboración y culminación de este trabajo de investigación.

A las autoridades, docente y niños(as) del Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”, quienes con su participación me permitieron alcanzar la meta propuesta en todo el transcurso de la investigación.

La autora

DEDICATORIA

Dedico el presente trabajo a Dios, por haberme permitido llegar hasta este punto, por la salud, la constancia, la perseverancia indispensables para lograr mis objetivos, por ser mi guía y cuidar cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente día a día.

A mis padres, quienes con su ejemplo sembraron en mí, buenos principios, valores y hábitos de vida, llevándome a ser la persona que soy, a cumplir con los objetivos que me propongo. A mis hermanos y hermanas quienes son motivos principales en mi vida, ejemplo y quienes me dan la mano cuando necesito. A mis sobrinos y sobrinas por estar conmigo y acompañarme.

A mis demás familiares, amigos y amigas que me han apoyado en el transcurso de la vida universitaria, los mismos que me han brindado palabras de aliento y me han extendido la mano.

A mi esposo Gualter Mena, quien ha estado conmigo en cada una de las decisiones a seguir, me ha dado la fuerza para seguir adelante, me ha brindado su apoyo incondicional.

De manera especial a mi Hijo, la mayor bendición de mi vida Gualter Mena Armijos, por ser la razón de mi vida, quien me impulsa a seguir cada día, al despertar cada mañana y no rendirme, me acompaña y me motiva a culminar con éxito mis estudios.

Sandra Jackeline Armijos Ortiz

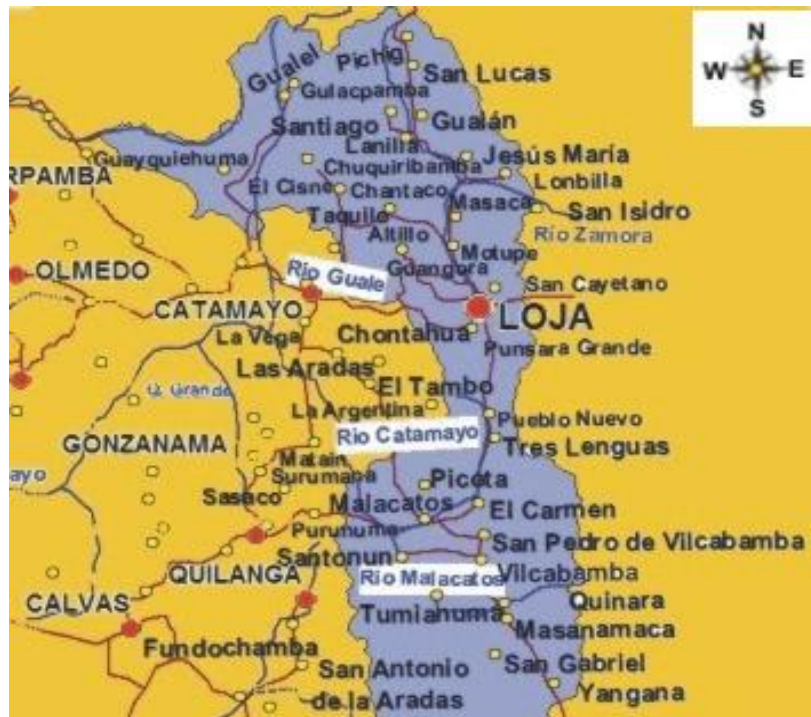
MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN

BIBLIOTECA: Área de la Educación, el Arte y la Comunicación.

TIPO DE DOCUMENTO	AUTOR/NOMBRE DEL DOCUMENTO	FUENTE	FECHA/AÑO	ÁMBITO GEOGRÁFICO						OTRAS DESAGREGACIONES	OTRAS OBSERVACIONES
				NACIONAL	REGIONAL	PROVINCIA	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIO		
TESIS	SANDRA JACKELINE ARMIJOS ORTIZ ACTIVIDADES DE RECREACIÓN INFANTIL PARA EL DESARROLLO DEL ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL “EL CASTILLO ENCANTADO” DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO SEPTIEMBRE 2013 – JULIO 2014	U.N.L	2013 - 2014	ECUADOR	ZONA 7	LOJA	LOJA	SUCRE	CENTRO	CD.	Lic. Ciencias de la Educación, Mención: Psicología Infantil y Educación Parvularia

MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS



CROQUIS



ESQUEMA DE TESIS

- i. PORTADA
- ii. CERTIFICACIÓN
- iii. AUTORÍA
- iv. CARTA DE AUTORIZACIÓN
- v. AGRADECIMIENTO
- vi. DEDICATORIA
- vii. MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO
- viii. MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS
- ix. ESQUEMA DE CONTENIDOS

- a. TITULO
- b. RESUMEN (ESPAÑOL-INGLES)
- c. INTRODUCCIÓN
- d. REVISION LITERARIA
- e. MATERIALES Y MÉTODOS
- f. RESULTADOS
- g. DISCUSIÓN
- h. CONCLUSIONES
- i. RECOMENDACIONES
- j. BIBLIOGRAFÍA
- k. ANEXOS
 - PROYECTO DE TESIS
 - INDICE

a. TÍTULO

**ACTIVIDADES DE RECREACIÓN INFANTIL PARA EL DESARROLLO DEL
ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD
DEL CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL “EL
CASTILLO ENCANTADO” DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO
SEPTIEMBRE 2013 – JULIO 2014.**

b. RESUMEN

La guía de Actividades de Recreación Infantil, tiene la finalidad de preparar a los niños(as) para que estos sean capaces de aprender, solucionar problemas y utilizar estos conocimientos en la vida cotidiana. Por considerar este un tema de gran importancia en nuestro país, ciudad y localidad se ha considerado pertinente investigar: **ACTIVIDADES DE RECREACIÓN INFANTIL PARA EL DESARROLLO DEL ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL “EL CASTILLO ENCANTADO” DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO SEPTIEMBRE 2013 – JULIO 2014.** Por lo que se han planteado cinco objetivos relacionados con el presente tema mencionando entre ellos el Analizar la fundamentación teórica de la Recreación Infantil y del Área Motriz Gruesa. El presente trabajo de intervención social es de carácter teórico-práctico, se utilizaron métodos como: analítico, sintético, descriptivo, hermenéutico. La técnica utilizada fue la encuesta estructurada con 5 ítems dirigida a las maestras, utilice en los niños(as) el Formulario de desarrollo integral de niños y niñas (0 a 5 años). Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz. La muestra de niños y niñas fue de 13 y 2 maestras del Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”. En cuanto a los resultados de los instrumento aplicados luego de analizar los datos se puede decir que las maestras necesitan un poco más de conocimiento e iniciativa en cuanto a las actividades recreativas infantiles, con respecto a los niños y niñas, en su mayoría los pequeños se encuentran en un nivel Medio Alto, por lo que concluyo que las Actividades de Recreación Infantil fueron de mucha ayuda para el desarrollo del Área Motriz Gruesa de los niños y niñas de 1 a 2 años de edad.

SUMMARY

The Children's Recreational Activities Guide aims to prepare children so that they are able to learn, solve problems, and use their knowledge in everyday life.. Considering this a matter of great importance in our country, this city and town has seen fit to research: CHILDREN'S RECREATIONAL ACTIVITIES DRIVE FINE MOTOR DEVELOPMENT OF CHILDREN (AS) OF 1 TO 2 YEARS OLD BY THE CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL “EL CASTILLO ENCANTADO” of the city of Loja from SEPTEMBER 2013 to JULY 2014. The five objectives related to this topic include analyzing the theoretical foundation of the Children's Recreation Area and Fine Motor skills .This social intervention work utilized both theoretical and practical methods: analysis, synthesis, description, hermeneutics. The technique used was a structured questionnaire with 5 items aimed at teachers for use with children to demonstrate the comprehensive development of the children. As socio affective instrument, the EAD-Nelson Ortiz was used. There were 13 children in the test sample and 2 teachers from the Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”. As for the results of the data analysis, it can be said that teachers need a little more knowledge and initiative in terms of children's recreational activities. Most children were found to be at the Medium High level, which concluded that the children's recreational activities were very helpfull for the development of the Department of Fine Motor Skills in children of 1-2 years old.

c. INTRODUCCIÓN

La recreación infantil está en la vida cotidiana de los niños y las niñas; esto permite que el niño o niña realice durante el día lo que realmente le hace falta, lo divierte y lo forma; desde ahí es donde podemos intervenir para la construcción de ambientes y relaciones más democráticas, de tal manera que hagamos de los espacios recreativos unos espacios contruidos para los niños. La recreación infantil tiene relación directa con el juego.

El juego es el medio que permite a los niños de corta edad adquirir las habilidades motoras gruesas y finas. Sus educadores deben brindarles muchas oportunidades de realizar actividades motoras, es por ello y partiendo de esta premisa que se realiza el presente trabajo investigativo: **ACTIVIDADES DE RECREACIÓN INFANTIL PARA EL DESARROLLO DEL ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL “EL CASTILLO ENCANTADO” DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO SEPTIEMBRE 2013 – JULIO 2014.**

La investigación, tuvo como principal propósito determinar la utilización de actividades de recreación infantil para desarrollar el área motriz gruesa de los niños y niñas.

Esta investigación constituye un aporte al conocimiento de la problemática de la psicología infantil tomando en cuenta que existe la necesidad de canalizar las actividades de recreación infantil de tal manera que favorezcan a los niños y niñas para el desarrollo de su área motriz gruesa aportando como un medio motivador, significativo y relevante para el desarrollo cognitivo, emocional y físico de los párvulos.

Es por ello conveniente analizar el tema antes mencionado dando a conocer que las actividades de recreación infantil son consideradas como espacios de aprendizaje, de desarrollo, que las educadoras deben utilizar diariamente de tal forma que contribuya al desarrollo integral del niño, es por esto que nunca debe faltar dentro o fuera del aula de clases actividades recreativas con la finalidad de hacer las clases más dinámicas y por otra parte obtener mejores resultados en el desarrollo motriz grueso de los pequeños.

Todo niño necesita descubrir qué actividades le brindan satisfacciones personales y debe ser ayudado para adquirir destrezas de esas actividades. El juego feliz de la infancia es esencial para el crecimiento normal. Una forma de satisfacción recreativa es la de cooperar como ciudadano en la construcción de una mejor forma de vida para compartirla con toda la comunidad.

El hombre cumple adecuadamente su recreación cuando la actividad que elige crea en él espíritu de juego y encuentra constantemente placer en todos los acontecimientos de su vida.

Para obtener una investigación más sustentable se plantearon cinco objetivos como son: Analizar la fundamentación teórica de la Recreación Infantil y del Área Motriz Gruesa, establecer los problemas de motricidad gruesa que presentan los niños de 1 a 2 años de edad del CEDI “El Castillo Encantado”, seleccionar actividades de recreación infantil para ayudar a los niños(as), a un adecuado desarrollo de la motricidad gruesa, aplicar actividades de recreación infantil que permitan el desarrollo del área motriz en los niños del CEDI “El Catillo Encantado” y por ultimo validar el grado de pertinencia de las actividades de recreación infantil para el desarrollo del área motriz gruesa de los niños(as) del CEDI “El Castillo Encantado”.

El trabajo dirigido se desarrolló a través de la Técnica Encuesta dirigida a las maestras del salón con el fin de conocer cuáles son sus conocimientos y qué importancia dan a las actividades de recreación infantil para el desarrollo del área motriz gruesa, así como también se utilizó el Formulario de desarrollo integral de niños y niñas (0 a 5 años). Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz aplicado a los niños(as) para conocer su nivel en el área motriz gruesa.

Para el desarrollo de la investigación se tomó a consideración las siguientes categorías, las cuales sirvieron en el desarrollo de toda la investigación.

La primera categoría comprende: LA RECREACION INFANTIL, concepto, importancia de la recreación infantil, valor educativo de la recreación infantil, funciones de la recreación infantil, efectos y beneficios de la recreación infantil.

La segunda categoría hace referencia al ÁREA MOTRIZ GRUESA, concepto, motricidad gruesa en el nivel inicial, desarrollo de la motricidad de 0 a 3 años.

El informe de investigación está estructurado de acuerdo al artículo 151 del Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, por tanto consta de título, resumen-summary, introducción, revisión de literatura, materiales y métodos, resultados, discusión, conclusiones, recomendaciones.

Se utilizaron los siguientes métodos método analítico que me ayudó a hacer un análisis más detallado de la problemática y marco teórico, método descriptivo el que fue empleado para describir la realidad observada así como también el medio y la forma en que desarrollan actividades recreativas infantiles para poder ayudar a desarrollar el área motriz gruesa de los mismos, método sintético con este método se analizó detalladamente los problemas que están presentes en esta problemática y aplicar las actividades de recreación infantil necesarias para garantizar un buen desarrollo de la

motricidad gruesa, llegando de esta forma a redactar las conclusiones, método hermenéutico que sirvió para investigar, leer varios textos, contenidos para poder obtener información necesaria de los niños para identificar la existencia del problema al mismo tiempo aportar con la aplicación de diversas actividades recreativas infantiles para ayudar al desarrollo del área motriz gruesa de los niños con esto pude contrastar datos, cuyos resultados permitieron el logro de los objetivos. Así mismo la población en el presente trabajo consta de 83 personas, 12 maestras y 71 niños, mientras que la muestra es de 15 integrantes, 2 maestras y 13 niños, en donde se puede evidenciar mediante la aplicación del Pre-Test y Post-Test a los niños y la Encuesta a la maestra, y partiendo de ello la elaboración de las conclusiones y recomendaciones que en un principio si presentaron dificultades, pero luego de la aplicación de la Guía de Actividades, la práctica y mejor ejercicio de las maestras existió una mejora notable.

d. REVISIÓN DE LITERATURA

LA RECREACION INFANTIL

“La recreación se da normalmente a través de la generación de espacios en los que los individuos pueden participar libremente de acuerdo a sus intereses y preferencias. La noción básica de una situación de recreación es la de permitir a cada uno encontrar lo que más placer le genera, pudiendo por tanto sentirse cómodo y haciendo entonces lo mejor de la experiencia. La recreación se diferencia de otras situaciones de relajación tales como el dormir o descansar ya que implica siempre una participación más o menos activa de la persona en las actividades a desarrollar”. (Acosta, García Eyllin, 2010, de <http://recreoinfantil.blogspot.com/>)

La recreación sirve al ser humano no sólo para activar el cuerpo, sino también para mantener en un sano equilibrio a la mente. La recreación como actividad organizada puede desarrollarse tanto en espacios abiertos como en espacios cerrados.

El concepto de recreación se entiende si pensamos que desde el principio, hombres y mujeres han estado sujetos a diversos tipos de presiones que con el tiempo crean cansancio y por ende, desánimo. Es por ello que las personas han buscado maneras de escapar de las presiones del diario vivir y darse espacios en los que puedan descansar y disfrutar.

La recreación infantil está en la vida cotidiana de los niños y las niñas; esto permite que el niño o niña realiza durante el día lo que realmente le hace falta, lo divierte y lo forma; desde ahí es donde podemos intervenir para la construcción de ambientes y relaciones más democráticas, de tal manera que hagamos de los espacios

recreativos unos espacios construidos por y para los niños. La recreación infantil tiene relación directa con el juego.

“Los juegos van adquiriendo cada vez mayor riqueza a medida que avanza la edad, pasando insensiblemente de la simple versión de los hechos salientes de la vida real a la invención de seres imaginarios” (Consultor de Psicología Infantil y Juvenil. El desarrollo del niño. Ediciones Océano Vol. 1, Ed. 1987, pág.119)

El juego no es solamente una búsqueda de diversión, es un complemento a la salud mental y física de los niños, más aún si esta se desarrolla con algún deporte; también podemos decir que brindan tranquilidad, alegría y mejoran la convivencia familiar, y en sociedad. Redactores Mailxmail (2012, 24 de Enero) Recuperado de http://www.mailxmail.com/recreacion-ninos_h

Jean Piaget, ve en el juego un elemento revelador de la evolución mental del niño. Para este autor, “el juego es, a la vez, la expresión y la condición del desarrollo del niño”. El juego no sólo es esencial en la evolución psicológica del niño sino que además es parte de la transmisión cultural de un pueblo o comunidad.

“El juego es el medio que permite a los niños de corta edad adquirir las habilidades motoras gruesas y finas. Sus educadores deben brindarles muchas oportunidades de realizar actividades motoras como correr, andar en triciclo, trepar, construir bloques y saltar.” (Meece, Judith L., 2000, p. 74)

Finalmente, es importante saber que la recreación es voluntaria, ya que cada persona es diferente y por ende, se recrea como considere necesario. Por eso también se dice que las actividades recreativas son tan numerosas como los intereses de los seres

humanos. Algunas de las áreas de la recreación son: la difusión, el arte, la cultura, la música, el baile, la lectura, el servicio a la comunidad, los deportes, los juegos y la vida al aire libre, entre otras.

IMPORTANCIA DE LA RECREACIÓN EN NUESTRA VIDAS

La Real Academia Española define recreación como acción y efecto de recrear y como diversión para alivio del trabajo. Además, encontraremos que recrear significa divertir, alegrar o deleitar. En términos populares a esta diversión también le llamamos entretención.

Según esa definición, recrearse necesariamente debe incluir la diversión o el pasarlo bien, con el objetivo de distraerse de las exigencias, especialmente laborales y así conseguir un alivio necesario para conllevar nuevamente, otra etapa de responsabilidades, con energías renovadas que permitirán un mejor resultado de ellas.

La recreación se asocia también con el factor intelectual y educativo. Investigaciones han demostrado que los niños aprenden mucho más en ambientes relajados, sin presión. Es por ello que la recreación es fundamental para el desarrollo intelectual de las personas. A la vez, el recrearse proporciona en sí, una forma de aprendizaje, a través de experiencias propias y de la relación de la persona con el exterior.

Por otra parte, es importante saber que la recreación es voluntaria, ya que cada persona es diferente y por ende, se recrea como considere necesario. Por eso también se dice que las actividades recreativas son tan numerosas como los intereses de los seres humanos. Algunas de las áreas de la recreación son: el arte, la cultura, la música, el baile, la lectura, el servicio a la comunidad, los deportes, los juegos y la vida al aire libre, entre otras.

PRINCIPIOS DE LA RECREACIÓN

- Proporcionar a todos los niños la oportunidad de realizar actividades que favorezcan su desarrollo (trepar, saltar, correr, bailar, cantar, dramatizar, hacer manualidades, construir, modelar)
- Todo niño necesita descubrir qué actividades le brindan satisfacciones personales y debe ser ayudado para adquirir destrezas de esas actividades.
- El juego feliz de la infancia es esencial para el crecimiento normal
- Una forma de satisfacción recreativa es la de cooperar como ciudadano en la construcción de una mejor forma de vida para compartirla con toda la comunidad.

VALOR EDUCATIVO DE LA RECREACIÓN.

- ✓ Como valor educativo, establece conjunto de valores que contribuye a la formación del individuo.
- ✓ Pone sus recursos en favor del educando, para la correlación de las áreas intelectuales.
- ✓ Permite el desarrollo integral de la persona.
- ✓ Integra la persona a la comunidad.
- ✓ Permite la transmisión de la herencia cultural.
- ✓ Se logra a través de aficiones y el afianzamiento de valores intelectuales, estéticos, éticos y morales.
- ✓ Fomenta el uso constructivo del tiempo libre.
- ✓ Adapta socialmente al niño.
- ✓ Autodisciplina al educando.
- ✓ Da oportunidad para practicar situaciones de mando.

FUNCIONES DE LA RECREACIÓN

- Actitud positiva: la recreación ejerce su influencia en las personas de manera que les permita asumir una actitud positiva y se tracen metas que puedan llegar a cumplir.
- Actividades para el tiempo: la recreación permite que el ser humano siempre tenga momento para todo y que siempre encuentre el momento preciso para recrearse.
- El equilibrio biológico y social: La recreación proporciona equilibrio integral al individuo.
- Mejor calidad de vida: La práctica recreativa contribuye al mejoramiento de la calidad de vida. Las actividades que dañan no son recreativas:
 - Dota de mayor capacidad de expresión.
 - Desarrolla la creatividad.
 - Responde a necesidades individuales.
 - Facilita experiencias positivas.

EFECTOS DE LA RECREACIÓN

En el aspecto físico y mental mejoran la preservación y el desarrollo de la originalidad y el ingenio creativo:

Aspecto físico:

Existe un encuentro en la diversión, contra la severa disciplina del trabajo o del estudio:

- Posibilita la recreación física, donde el cuerpo recobre un puesto entre los valores culturales, bajo aspectos de la salud, equilibrio físico y mental.

- Permite el desarrollo del interés por la belleza, su apreciación, estimación y el poder complementarse entre sus pares.
- Gracias a la recreación se evita el ocio, la vida sedentaria, la falta de creatividad, en especial en los niños.

Aspecto psicológico:

Permite y favorece el desarrollo social entre personas, como por ejemplo en el trabajo, en el colegio y así crecer internamente:

- Las personas se muestran más relajadas después de haber pasado un momento agradable de recreación humana.
- El ser humano se aleja de la vida rutinaria, de esta era de tecnología.
- El hombre aprende a valorar las cosas simples de la vida, obteniendo así un buen desarrollo físico, donde hoy en día la vida se muestra monótona y alejada de la vida afable junto a la familia

El interés por las muchas formas de recreación varía según la edad, intereses, habilidad física, capacidad intelectual y deseos del individuo por cambiar. Por otro lado, algunas actividades se pueden practicar y son disfrutables a través de toda la vida.

En resumen, tenemos que las formas de las actividades físico-recreativas - deportivas pueden ser:

- Juegos
- Deportes
- Música
- Bailes
- Literaturas idiomáticas y afines.
- Actividades - recreativas - deportivas de índole social.
- Actividades especiales

- Actividades de servicio a la Comunidad.
- Actividades al aire libre (campamentos, excursiones, etc.).

BENEFICIOS DE LA RECREACION INFANTIL

“Los beneficios de la recreación como desarrollo de las dimensiones del ser humano. En lo físico genera bienestar motriz, porque a través de actividades recreativas se contribuye al desarrollo de la salud física, se adquiere y perfeccionan habilidades y destrezas básicas en los niños como: caminar, saltar, correr, trepar, lanzar, atrapar, coger etc, esto permite un buen estado físico y mejora su calidad de vida, porque salen del sedentarismo; les permite integrarse con otras, lo que aporta a lo social con el intercambio de conocimientos, costumbres, el trabajo en equipo, el cumplimiento de normas y el respeto por el otro y ellos mismos, no importando su estrato social, al igual que a la hora de jugar” Herrera, M. Gloria, (2011 27 de Octubre), Recuperado de <http://patirecrea.blogspot.com/2011/10/beneficios-de-la-recreacion.html>)

El juego permite socialización de todo ser humano porque consolida patrones de comportamientos y de realización con otras personas, en los niños este es la representación simbólica del diario vivir, suelen imitar a sus padres y profesiones como. Médicos, profesores, policía etc. Al ejecutarlos los indiferentes poco a poco se acercan, los agresivos aprenden a controlarse. Los mandones se transforman en líderes, los egoístas comparten concientizándose de que no están solos, que alrededor hay más personas. Todo esto es importante para mantener un equilibrio entre la salud física y mental lo anterior hace parte de la lúdica, ya que esta nos genera placer, como ver televisión, jugar play, escuchar música, hablar por teléfono, ir al estadio etc.

En conclusión, la recreación, la lúdica y el juego luchan por conquistar una vida significativa y valiosa, ósea una vida en la que el ser humano igualmente por tal

motivo comprende los beneficios que estos poseen no solo para reforzar los estilos de vida saludables, sino a nivel biológico, educación y social.

TIPOS DE RECREACIÓN

La recreación puede ser activa o pasiva. La recreación activa implica acción, dicese en específico de la persona que mientras presta unos servicios disfruta de los mismos.

Mientras la recreación pasiva ocurre cuando el individuo recibe la recreación sin cooperar en ella, porque disfruta de la recreación sin poner resistencia a ella.

* **Juegos:** Estos juegos pueden ser desarrollados en cada uno de los deportes individuales y colectivos. Entre estos juegos tenemos los tradicionales (fútbol, voley, tenis de mesa, etc.) los predeportivos, los intelectuales y los sociales.

* **Expresión cultural y social:** Se encargan de la elaboración de objetivos creativos, representaciones y organización de equipos a través de los clubes deportivos y recreativos.

* **Vida al aire libre:** Son actividades que se desarrollan en un medio natural, permitiendo la integración del individuo con la naturaleza, preservando los recursos naturales y haciendo buen uso del tiempo libre. Sus características son: parques recreacionales, etc.

EL JUEGO RECREATIVO

El juego es una actividad inherente al ser humano. Todos nosotros hemos aprendido a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, material, social y cultural a

través del juego. Se trata de un concepto muy rico, amplio, versátil y ambivalente que implica una difícil categorización. Etimológicamente, los investigadores refieren que la palabra juego procede de dos vocablos en latín: "iocum y ludus-ludere" ambos hacen referencia a broma, diversión, chiste, y se suelen usar indistintamente junto con la expresión actividad lúdica.

El juego es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes, en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa. Los juegos normalmente se diferencian del trabajo y del arte, pero en muchos casos estos no tienen una diferenciación demasiado clara.

Gutton, P (1982) afirma: "Es una forma privilegiada de expresión infantil". Cagigal, J.M (1996) afirma: "Acción libre, espontánea, desinteresada e intrascendente que se efectúa en una limitación temporal y espacial de la vida habitual, conforme a 14 determinadas reglas, establecidas o improvisadas y cuyo elemento informativo es la tensión".

El juego

El juego es la actividad infantil por excelencia, necesaria para el desarrollo emocional e intelectual del niño. Favorece la maduración y el pensamiento creativo. Surge de forma espontánea y es el mejor camino que tiene el pequeño para comprender como funciona el mundo en el que vive y las cosas que le rodean. En el juego descubre que existen reglas de casualidad, de probabilidad y de conducta que debe aceptar si quiere que los demás jueguen con él. El juego infantil evoluciona desde el nacimiento hasta la adolescencia en tres grandes etapas. Los primeros juegos son denominados juegos funcionales o de ejercicio: juegos de acción, de sensaciones y movimientos, típicos de la etapa de las adquisiciones sensoriomotrices.

Alrededor del año, el niño comienza a repetir acciones en momentos que no son los habituales como, por ejemplo, acostarse para hacer como si fuera a dormir o usar la cuchara como si fuera a comer. Estamos frente al nacimiento de conductas simbólicas, que representan la vida cotidiana pero jugando. Estas conductas hablan de una transición entre el juego de ejercicio y el juego simbólico.

Al finalizar la etapa sensorio motriz, aproximadamente hacia los 20 o 24 meses, aparece un nuevo estilo de juego: el juego de ficción, simbólico o de representación, que caracteriza todo el periodo preoperatorio y señala el apogeo del juego infantil. Por medio del juego de ficción el niño asimila poco a poco el mundo externo, lo elabora y se adapta, en un proceso continuo de maduración. Aparecen reflejados fundamentalmente los conflictos afectivos, la compensación de necesidades no satisfechas y la inversión de roles, por ejemplo, de obediencia y autoridad.

En una etapa posterior, el niño comienza a descentrarse de sí mismo, para comprender y jugar juegos reglados y estructurados, juegos deportivos y de competición, propios de la etapa del pensamiento operatorio concreto.

El juego constituye un lenguaje adecuado para la expresión de sus fantasías, sus conflictos, sentimientos y el modo de captar y transformar la realidad. Desde una mirada terapéutica, le permite abordar situaciones conflictivas. De esa manera, juega activamente el rol que le ha tocado vivir pasivamente. Es así cómo es posible ver a un niño regañar a sus muñecos como lo hace su madre con él, o sentarlos en círculos, tal como lo hace la maestra en el jardín.

Perspectivas del juego

Las teorías que consideran correcta esta situación y que asignan al juego una función adaptativa tan importante, apoyan a uso en las actividades recreativas, desarrolladas por la pedagogía actual, “el juego en su esencia determina competencia a todo nivel, la idea de ganar esfuerza al ser humano por competir y utilizar todos sus recursos para la consecución del fin” (Marco Efrén Reyes, 2009, p.6)

Insistimos en que estas concepciones señaladas aun respondiendo a un punto de vista diferente al motivo de nuestro estudio no se oponen en modo alguno al criterio que el juego ayuda y prepara al individuo para su futuro cuando la persona evoluciona a su madurez y si ya es adulta puede constituir una terapia recreativa liberadora e inclusive una forma de vida que requiere mucho esfuerzo en su preparación continua.

El juego como parte de la estimulación temprana

“Jugar es la actividad central en la vida del pequeño, ya que le permite construirse a sí mismo y a su mundo circundante.”(Marcela Antolín, p.248)

Naturalmente, permite que el infante se encuentre con su cuerpo, con sus propios deseos, intereses, sensaciones, afectos y con el placer de jugar, más allá de los resultados visibles que obtenga.

Es una experiencia que le posibilita procesar estímulos, conocer y comprender la realidad, y elaborar situaciones con la eficiencia transformadora de su mundo emocional y cognitivo. También gracias al juego el niño explorara y descubrirá distintas acciones que le permitirán construir un espacio y un tiempo especial donde sienta que todo es posible.

Todos estos factores conducen al bebé a una paulatina conquista del dominio de sí mismo, que le brindará la posibilidad de alcanzar una mayor independencia e integración en el mundo social.

El juego, junto con otras conductas como el lenguaje, la imitación y el dibujo, constituirá una vía ideal para simbolizar la ausencia y la separación, primero de su madre, y luego de los otros seres y objetos significativos para él.

Lo más importante y vital del juego es, pues, esa capacidad que se adquiere para la transformación y la recreación de la realidad. Una transformación que, si bien tiene en cuenta los elementos de la realidad, tiene la capacidad de poder transformarlos.

El rol del juego en la estimulación del desarrollo

Durante mucho tiempo se consideró el juego como un desempeño meramente recreativo que los pequeños llevaban a cabo de manera espontánea. En realidad, esta apreciación es imprecisa, ya que tal actividad trae aparejados múltiples beneficios. Entre ellos, les brinda a los niños.

- La posibilidad de expresar lo que piensan y sienten, recreando situaciones de encuentro con su mundo circundante.
- El desarrollo de una progresiva fortaleza y estabilidad emocional.
- La estimulación de las distintas facultades cognitivas y psicomotrices de los pequeños.
- El descubrimiento de su propio cuerpo y las sensaciones placenteras que se pueden experimentar a través de él.
- Fundamentalmente, la promoción de una creciente adaptación al medio en el que se hallan insertos.

Sigmund Freud decía que el mismo modo en que la personalidad de los adultos se desarrolla a través de la experiencia en el vivir, la de los niños se desarrolla a través del juego, de las actividades lúdicas en que participen. Sostenía que la actividad lúdica es la “vía regia” que tienen los pequeños para comprender los distintos roles sociales. Así, Freud apuntaba a explicar por qué los pequeños se mostraban ávidos por jugar. Jugar es mucho más que un pasatiempo divertido. Más bien es el factor dominante de la vida infantil, ya que es su “terreno de experiencias” y su “trabajo de entrenamiento” para la vida. Por eso, podemos decir que jugar ayuda a crecer.

El Juego como ayuda de la personalidad del niño

En un sentido amplio la formación de un individuo puede entenderse como la puesta en práctica de medios que se utilizan para ayudarlos a integrarse a los demás y cortar con sus inhibiciones que dificultan su relación.

Desde el momento en que la pedagogía es una ciencia, se la define “como la estructura científica que utiliza y organiza todos sus medios con una función definida para la consecución de los fines que se le asigna.”

Para tal propósito se debe utilizar cualquier tipo de estrategia que intente desarrollar las capacidades del educando, puesto que cada etapa del proceso evolutivo pedagógico intenta cumplir objetivos con diferentes nombres pero el único importante en la vida del niño es que se desarrolle como una persona equilibrada, capaz de reaccionar en forma muy positiva, con mente abierta a los diferentes problemas que tendrá posteriormente, de tal manera, que sea elemento eficiente, solidario con su familia, con su patria, que viva acorde a sus intereses y aspiraciones que se ha planteado.

En el caso del juego, aparece ligado a los problemas metodológicos-técnicos de la sociedad y una serie de cuestiones muy específicas comienzan a plantearse en torno a lo que podríamos llamar los poderes educativos de cualquier actividad recreativa.

Psicólogos contemporáneos, señalaban recientemente y que compartimos su opinión; este es un terreno que apenas empezamos a explorar y en el que comenzamos a ver claro; pues, una condición esencial es el conocimiento de la aplicación de juego, puesto que, para utilizarle como herramienta es necesario conocer y saber su tecnología

“Los poderes educativos del juego en los niños ya han sido vagamente esbozados por pensadores y profesores parvularios quienes en diferentes tipos de actividades recreativas aprovechan y utilizan diferentes recursos didácticos así como la aplicación de materiales diferentes.”(Marco Efrén Reyes, 2009, p.4)

El juego entre uno y dos años

No esta demás abundar sobre la función del juego y seguir su evolución, sobre todo a partir de este momento, “alrededor de los dieciocho meses, época en que se hace más evidente el comienzo de una evolución que implica a todo el aparato mental del niño. Se ha dicho que no hay cosa más triste que ver a un niño que no juega.”(Carlos Gispert, 1987, p.99) No solo es triste porque, en sí, es una aberración en la infancia, sino porque se pierde entonces una oportunidad de ejercicio en un periodo de la vida en el que todo apunta al crecimiento. Todo juego es creativo, porque el niño esta así constituyendo, activamente y en modo individual, un espacio en el que impone formas y significados que son muy particulares. Asume distintos roles que, gradualmente se definen en el sentido femenino o masculino.

Aprender a crecer

“Cuando los adultos juegan, están entretenidos y pasan el tiempo de forma amena. Cuando decimos que los niños juegan, lo que hacen en realidad es ejercitar sus habilidades para lograr una perfecta coordinación.” (Carlos Gispert, 2008, p.78)

“Los niños aprenden muchas cosas por el juego. Las actividades del juego son esenciales para su desarrollo de todas las esferas del desarrollo: el físico, el social, el emocional cognitivo y el lingüístico.”(George Morrison, 2005, p.243.)

ÁREA MOTRIZ GRUESA

Desarrollo motriz

Las habilidades motrices infantiles pueden ser divididas en dos grandes categorías:

1. Las posturales y de motricidad gruesa: como levantar la cabeza y mantenerla erguida, gatear, sentarse, pararse, caminar y correr.
2. Las de motricidad fina: como agarrar y manipular un objeto haciendo uso de la prensión palmar o la pinza, y asirlo o soltarlo mediante la tensión o relajación de los músculos de la mano.

Aprender a sentarse, pararse, caminar y adquirir destrezas de prensión y manipulación de objetos, constituyen para el niño hitos evolutivos que afectan al desarrollo en su conjunto. Pensemos por un momento la forma cómo cambia la vida de un pequeño que aprende a caminar: estará en capacidad de autogenerarse mayor cantidad de estímulos, ganará en autonomía y tendrá otra perspectiva de la vida.

¿Cómo tiene lugar el desarrollo motor?

¿Cómo sería la vida si no pudiera caminar, correr y participar en sus actividades favoritas? Las habilidades motoras juegan un papel muy importante en la vida. Incluso más, el desarrollo motor es esencial para los bebés y los niños pequeños porque contribuye al desarrollo de sus habilidades y el intelectual. El desarrollo humano motor está gobernado por ciertos principios básicos. Aquí tiene algunos:

- El desarrollo motor es secuencial.
- La maduración del sistema de desarrollo motor va desde comportamientos mayores a los menores. Por ejemplo, como parte de su aprendizaje para coger objetos, María se dirige hacia un objeto con todo el brazo. En el curso de un mes, sin embargo como resultado del desarrollo y de sus experiencias, el alcance mayor de María le da paso a alcances específicos y coge objetos particulares.
- El desarrollo motor va desde el encéfalo al caudal – desde la cabeza a los pies (la cola)-. Este proceso se conoce como el desarrollo céfalo – caudal. En el nacimiento, la cabeza de María es la parte más desarrollada de su cuerpo; mantiene su cabeza derecha antes de sentarse, y es capaz de sentarse antes de caminar.
- El desarrollo motor va desde las zonas próximas (línea central o media del cuerpo) hasta las distantes, conocidos como desarrollo próximo-distal. María es capaz de controlar los movimientos de sus brazos antes de poder controlar los de sus dedos.

El desarrollo motor, y en particular la marcha, es de suma importancia para el desarrollo psíquico del niño. En líneas generales y siguiendo la escala de desarrollo de

A. Gesell, el niño hacia 12 meses empieza a andar. Un andar todavía inseguro y costara no pocos penosos esfuerzos. Las normales caídas que en el aprendizaje de la marcha se ocasionan, se presentan al niño como hecho de importancia; son puntos de partida para superaciones o para ataduras que le impedirán su desarrollo desplazador durante algún tiempo. Si a una caída sigue un rostro adusto que puede interpretarse como censura, puede producirse un trauma en el pequeño, quien inhibirá sus centros motores para no producir una nueva caída; el medio a ser reprendido o a ver un rostro desagradable, bastara para atar psíquicamente sus piernas, igual que a un muchachito a quien se avergüenza en público por una lección mal dada ante sus compañeros, se le paraliza el mecanismo lingüístico.

La posición erguida lleva, además, modificaciones en la visión y percepción. Mientras el niño permanece echado o mientras se arrastra, capta el mundo desfigurado; solo la posición erguida en el estar sentado, en pie o en marcha hace posible la visión ortoscopia. Particularmente la marcha implica la pluralidad de ejes preceptivos que caracteriza solo al hombre y que constituye el supuesto para la plena configuración óptica de su mundo preceptivo.

A los dieciocho meses su marcha es segura, puede correr, subir una silla alta y, si se le ayuda, los peldaños de una escalera. Pero no controla su velocidad ni consigue describir ángulos agudos en su carrera; precisa girar a lo Charlot. Sus manos logran colocar un cubo geométrico sobre otro, hasta tres o cuatro. A los 2 años corre bien, no se cae, pateo una pelota grande, sube y baja las escaleras y es capaz de sostener un vaso y beber de él. Es capaz de construir una torre de 6 o 7 cubos. A los 3 años es capaz de pasear en triciclo, controlar las frenadas bruscas, y subir y bajar escaleras alternando los pies. Comerá solo. Es capaz de construir una torre de 9 o 10 cubos.

Concepto

Para describir el desarrollo del movimiento del recién nacido se divide en motricidad gruesa y motricidad fina. El área motricidad gruesa tiene que ver con los cambios de posición del cuerpo y la capacidad de mantener el equilibrio. La motricidad fina se relaciona con los movimientos finos coordinados entre ojos y manos. Se define motricidad gruesa como la habilidad que el niño va adquiriendo, para mover armoniosamente los músculos de su cuerpo, y mantener el equilibrio, además de adquirir agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos. El ritmo de evolución varía de un sujeto a otro (pero siempre entre unos parámetros), de acuerdo con la madurez del sistema nervioso, su carga genética, su temperamento básico y la estimulación ambiental. Este desarrollo va en dirección céfalo-caudal es decir primero cuello, continua con el tronco, sigue con la cadera y termina con las piernas. Armijos, Magalita. (2012, 30 Agosto) de <http://es.scribd.com/doc/130413234/Normas-Apa-2013>)

El seguimiento de la Motricidad Gruesa es de vital importancia en el desarrollo integral del niño. La motricidad gruesa es aquella relativa a todas las acciones que implican grandes grupos musculares, en general, se refiere a movimientos de partes grandes del cuerpo del niño o de todo el cuerpo

Así pues, la motricidad gruesa incluye movimientos musculares de: piernas, brazos, cabeza, abdomen y espalda. Permitted de este modo: subir la cabeza, gatear, incorporarse, voltear, andar, mantener el equilibrio, etc.

La motricidad también abarca las habilidades del niño para moverse y desplazarse, explorar y conocer el mundo que le rodea y experimentar con todos sus

sentidos (olfato, vista, gusto y tacto) para procesar y guardar la información del entorno que le rodea.

Así pues, el ámbito de la motricidad está relacionado, mayormente, con todos los movimientos que de manera coordinada realiza el niño con pequeños y grandes grupos musculares, los cuales, son realmente importantes porque permiten expresar la destreza adquirida en las otras áreas y constituyen la base fundamental para el desarrollo del área cognitiva y del lenguaje.

“Las habilidades motoras gruesas designan el movimiento de la cabeza, del cuerpo, de las piernas, de los brazos y de los músculos grandes. Quizás el cambio más importante para el niño y sus padres es la aparición de las habilidades de locomoción. Su ambiente se amplía una vez que se puede desplazar sin ayuda. El gateo suele comenzar de los 8 a los 10 meses de edad. A los 13 meses algunos niños pueden subir los peldaños de las escaleras, pero les cuesta mucho trabajo descender.” (Meece, Judith L, 2000, p.70)

Nuestro cuerpo un junco.

A menudo no se suele prestar atención a la perfecta coordinación y armonía que existe entre el tronco y las extremidades, ni tampoco se valora la estrecha conexión que existe entre el tronco, las extremidades y la cabeza o mente.

“En realidad, una persona de mente y cuerpo sanos debe parecerse a un junco ágil flexible. En muchas ocasiones se requiere algo más que fortaleza física para moverse con eficacia, para adaptarse a la velocidad o para resistir el esfuerzo corporal extremo... Sin duda, el equilibrio interior de una persona se refleja en su equilibrio y compostura externa.”(Carlos Gispert, Tomo 2, p.90)

El progreso de la motricidad

El aspecto motriz no es el único en el que se dan impresionantes progresos en esta edad, pero, puesto que el niño está especialmente ocupado en esta cuestión, parece conveniente mencionarla en primer término para seguir más de cerca la marcha de los acontecimientos.

A esta altura, el bebé ya ha dejado de serlo; depende mucho menos de los adultos desde el momento en que no hay necesidad de transportarlo en brazos. Puede que se canse de andar, pero su movilidad queda en buena medida a su arbitrio. Viene y va, acude o no si se le llama, mostrando así el comienzo del dominio físico del mundo que le rodea y que se expande en razón de su curiosidad y deseo de experiencia. Lo toca todo; el adulto tiene que ir atrás de él.

La marcha, antes vacilante y con escaso equilibrio a los dieciocho meses se ha establecido de tal modo que ya no necesita andar con las piernas tan separadas; puede ir hacia adelante o hacia atrás, y a los dos años circula con soltura incluso en las escaleras. Los progresos con los brazos y con las manos son notables. Entonces ya es acusada la lateralización, si bien no es aun definitiva. Antes de los dos años, puede beber de un vaso y manejar la cuchara con relativa habilidad. Todos estos logros en el orden motor tienen a menudo características de juego o van unidos a él; por eso, al tratar de este último, puede apreciarse aún mejor como las nuevas adquisiciones motrices se ejercitan al mismo tiempo, en tanto la evolución de la capacidad cognoscitiva y emocional sirve de base al niño.

Se ejercitan jugando

“Lo que los adultos consideran juegos de niños no son otra cosa que continuos ejercicios y experimentos que van realizando con toda la constancia del mundo para adquirir habilidades y lograr un dominio lo más completo de su motricidad. Se trata de una tarea compleja y laboriosa que están dispuestos a hacer con gusto.”(Carlos Gispert, 2008, p.78) Gracias al juego los bebés van conociendo el mundo en que viven y entendiendo el lugar que ocupan en él.

Lo importante es que quienes cuidan de ellos sepan cómo les tienen que estimular y ayudar. Para el niño, descubrir, investigar y practicar son actividades muy gratificantes que le producen satisfacción y le ayudan a desarrollarse por completo.

La infancia temprana (el niño de 0-2 años)

“Todo niño al nacer viene dotado con un conjunto de capacidades que le permiten iniciar los intercambios con el medio, sin embargo, el grado de determinación de su conducta es muy bajo.” (Beltrán, González, Cabezas... 2002, p.10) El ser humano es la especie de la escala animal que tiene mayor desvalimiento y durante más tiempo. Esto le permite adquirir un amplio repertorio de conductas aprendidas a partir de su potencial de base y de las experiencias que mantenga con el entorno (Ajuriaguerra, 1973).

Desarrollo físico-motor en la infancia temprana

La infancia temprana es uno de los periodos de la vida en que el crecimiento físico transcurre con mayor rapidez.

El comienzo de las habilidades motoras aparece pronto en el bebé; al principio son movimientos corporales masivos, pero conforme las fibras musculares

alcanzan la madurez pertinente se van desarrollando un buen número de destrezas motoras. El desarrollo motor se rige por tres tendencias o principios rectores: a) tendencia cefálo-caudal. La maduración muscular y el control del movimiento corporal empieza en la cabeza y progresa hacia los miembros inferiores, es decir este va de arriba a abajo; b) tendencia próximo-distal. La coordinación motora comienza por los músculos del tronco y avanza en dirección a las extremidades, se inicia desde el centro hacia los costados; c) abandono de los movimientos masivos y aparición de acciones específicas. Los primeros movimientos del bebé involucran a todo su cuerpo, pero con la madurez las acciones se hacen específicas e implican solo a un grupo muscular selectivo.

El progreso de la marcha (una de las grandes habilidades motoras que consigue el niño en esta etapa) comienza con el control de los movimientos de la cabeza (1-3 meses). Hacia los cuatro meses se mantiene sentado con ayuda, y hacia los siete meses ya puede sentarse solo; entre los 8-9 meses se pone de pie sirviéndose de los objetos que le rodean como soporte de sujeción; a los 10 meses, aproximadamente, gatea, y sus brazos, manos y piernas tienen la suficiente fortaleza para mantener el peso de su cuerpo levantado del suelo; cumplido los 11-12 meses camina con ayuda, a los 13 trepa por escaleras, para comenzar a andar solo a los 14-15 meses. Entre el año y medio y los dos años aprende a correr. No obstante lo anteriormente expresado, algunos bebés pasan de gatear a ponerse de pie sin etapas intermedias y otros no gatean nunca.

Motricidad Gruesa en el Nivel Inicial

Su evolución a lo largo de la etapa de Nivel Inicial debe ser cuidadosamente documentada, pues a partir de esto se podrá informar a la familia de las capacidades y dificultades de sus hijos, así como sus progresos. Esta Evaluación debe ser realizada al

principio (evaluación inicial), durante el proceso (evaluación formativa) y al final del proceso de aprendizaje del niño (evaluación final). Fassari Paula (2010, 7 de Noviembre), de <http://psicoaprendizajes.wordpress.com/tag/motricidad-gruesa/>

Se constituye de esta manera en una herramienta muy útil para reflexionar acerca de sus progresos, modificando el docente lo que sea necesario durante el mismo.

Estimulación del área de motricidad gruesa

El área motora, en general, hace referencia al control que se tiene sobre el propio cuerpo. Se divide en dos áreas: por un lado, la motricidad gruesa, que abarca el progresivo control de nuestro cuerpo: el control de la cabeza boca abajo, el volteo, el sentarse, el gateo, el ponerse de pie, el caminar, el correr, subir y bajar escaleras, saltar.

Desarrollo de las habilidades motoras gruesas

Las habilidades motoras gruesas designan el movimiento de la cabeza, del cuerpo de piernas, de los brazos y de los músculos grandes.

“Quizás el cambio más importante para el niño y sus padres es la aparición de las habilidades de locomoción. Su ambiente se amplía una vez que se puede desplazar sin ayuda.” (Judith Meece, 2000, p.69). El gateo suele comenzar de los 8 a los 10 meses de edad. A los 13 meses algunos niños pueden subir los peldaños de las escaleras, pero les cuesta mucho trabajo descender. El gateo impone nuevas exigencias a los padres; por ejemplo, retirar los objetos frágiles de las superficies a los cuales su hijo puede llegar, cubrir los enchufes, ponerles a los aparadores cerraduras para niños y bloquear las escaleras. La mayoría de los padres “aseguran contra niños” la casa cuando su hijo tiene 6 meses o menos de esa edad.

Destrezas motrices desde 12 a 24 meses

12–13 meses

- Gatea con habilidad
- Se sienta de rodillas y se mece para los lados
- Se mantiene de pie solo, sin apoyo, por tiempos más prolongados. Sin embargo aún debe afianzar su equilibrio.
- Da algún que otro paso con ayuda
- Es probable que ya camine solo, y puede alternar el gateo con caminar.
- Todavía no es capaz de lanzar una pelota sobre su cabeza.

13-14 meses

- Progresa en su marcha, se atreve a soltarse y dar unos pasos hacia otro punto de apoyo.
- Camina con un objeto en cada mano, lo que le da una sensación de equilibrio.
- Sube gateando los peldaños de una escalera.

14-15 meses

- Perfecciona la destreza de subir las escaleras gateando.
- Camina con mayor seguridad, tropezándose poco.
- Puede detenerse y reiniciar la marcha.
- Intenta subir a la cama y bajarse de ella, sin ayuda, y es probable que lo logre.

15-16 meses

- Puede que en este mes abandone totalmente el gateo, excepto para subir escaleras.

- Mientras camina, se detiene y agacha para levantar algo del piso, luego se incorpora y sigue caminando.
- Sube y baja dos escalones sin alternar los pies, sujetado de la mano de un adulto.
- Sube y baja de su cama, ya sin ayuda.
- Intenta patear una pelota, pero no lo lograra hasta los dieciocho meses de edad.
- Maneja su coche, impulsándose con sus pies hacia atrás y hacia adelante.
- Hace sus primeros intentos de lanzar una pelota por encima de él.

16-17 meses

- Ha ganado en equilibrio. Es capaz de caminar en línea recta sobre una tabla apoyada en el piso.
- Sujetado de la mano de un adulto, sube y baja unos escalones sin alternar los pies.
- Camina empujando una silla.
- Abre y cierra puertas empujándolas.
- Intenta lanzar por encima suyo una pelota pero aún no lo logra.

17-18 meses

- Sube caminando las escaleras con mayor destreza, camina hacia atrás, sujetado de la mano de un adulto.
- Camina hacia atrás y su avance es significativo, pero aún requiere de ayuda.
- Mejora en sus intentos por lanzar la pelota encima de él.
- Mientras camina, empuja la pelota con el pie. Aun no logra patearla.

18-19 meses

- Baja las escaleras sentado, peldaño por peldaño.
- Camina arrastrando un juguete con una cuerda.
- Avanza sin mayor dificultad hacia atrás, pero sujetado de la mano de un adulto.
- Inicia la carrera, destreza que será alcanzada aproximadamente a los 36 meses.
- Logra finalmente patear la pelota, lo que denota un gran avance motriz. Su patada será aun débil pues requiere fortalecer sus piernas.
- Lanza una pelota, sin perder el equilibrio, sin embargo aún no logra hacerlo por encima de él.

19-20 meses

- Mientras camina, hala con seguridad un objeto, tirándolo de una cuerda
- Realiza los primeros intentos por saltar.
- Logra lanzar una pelota hacia arriba con mayor precisión, pero no aun sobre su cabeza.
- Lanza objetos al aire sin perder el equilibrio.
- Tira una pelota y la encesta en una caja o canasta grande.

20-21 meses

- Salta con sus dos pies en un mismo sitio.
- Es probable que ya domine la marcha hacia atrás. Si no es así, lo logrará próximamente.
- Su carrera mejora, pero tiene dificultades para frenar de manera brusca, destreza que dominara a los 24 y 27 meses de edad.
- Lanza y patea la pelota sin perder el equilibrio.

21-22 meses

- Al caminar todavía inclina el cuerpo hacia adelante, sus pies siguen separados.
- Intenta mantenerse sobre un pie, apoyándose de algo.
- Logra caminar hacia atrás, sin ayuda.
- Coordina de mejor manera el patear una pelota hacia adelante.
- Puede pedir ser subido a un triciclo, y mantenerse allí con ayuda. Manejar con destreza un triciclo puede ser alcanzado a los 36 meses de edad.

22-23 meses

- Sube y baja escaleras sin alternar los pies, con ayuda.
- Ensaya el sostenerse sobre un pie bamboleándose por un segundo, con soporte.
- Mejora la habilidad de salto con los dos pies en el mismo lugar.
- Patea la pelota hacia adelante con habilidad.
- Está próximo a conseguir el lanzar la pelota por encima de su cabeza.
- Abre y cierra puertas girando el picaporte.

23-24 meses

- Aumenta la flexibilidad en rodillas y tobillos. Domina la posición en cuclillas
- Se balance por un instante sobre un pie con apoyo.
- Corre sin caerse.
- Patea una pelota.
- Sube y baja escaleras solo, sujetándose del pasamano.
- Puede ser que haya conseguido lanzar por encima de su cabeza una pelota.

Enfoque Psicomotriz. Educación por el movimiento.

El eje central de la educación física se centra en el movimiento, pero no se agota en él. “La aplicación más positiva de la educación física se da cuando consigue estimular el desarrollo integral del ser humano, respetando los procesos de crecimiento y maduración sin dejar de atender las necesidades de cada etapa de la vida.”(David Fernández, p,24)

En el marco de la escuela la educación física se propone contribuir a la formación integral del niño, a través de un programa de actividades adecuado y una planificación diseñada para responder a las capacidades e intereses de los niños, teniendo en cuenta las posibilidades que nos brinda esta rama educativa; desde el punto de vista fisiológico contribuye el desarrollo del niño, y le permite incorporar conceptos como la valoración del esfuerzo, así como la adquisición de distintos niveles de destreza psicomotriz.

Desde el punto de vista psíquico le permiten generar confianza en sí mismo, neutralizando sus inseguridades y contribuyendo a la descarga de la agresividad natural, a la vez que favorece su desarrollo intelectual.

Desde el punto de vista social posibilita un acercamiento con el otro en un marco de respeto mutuo, lo prepara para la vida en sociedad y le permite moverse en un grupo con roles móviles y flexibles.

e. MATERIALES Y MÉTODOS

El presente proyecto es de carácter teórico-práctico, tiene como objetivo primordial obtener el título de Licenciada en Psicología Infantil y Educación Parvularia, es un trabajo de intervención social en el cual se recurrirá a la utilización de varios métodos y técnicas.

MÉTODOS

Método Analítico: este método ayudó a hacer un análisis más detallado de la problemática y marco teórico

Método Descriptivo: el presente método fué empleado para describir la realidad observada así como también el medio y la forma en que desarrollan actividades recreativas infantiles para poder ayudar a desarrollar el área motriz gruesa de los mismos.

Método Sintético: en este método se analizó detalladamente los problemas que están presentes en esta problemática y aplicar las actividades de recreación infantil necesarias para garantizar un buen desarrollo de la motricidad gruesa, llegando de esta forma a redactar las conclusiones

Método Hermenéutico: El presente método sirvió para investigar, leer varios textos, contenidos para poder obtener información necesaria de los niños para identificar la existencia del problema al mismo tiempo aportar con la aplicación de diversas actividades recreativas infantiles para ayudar al desarrollo del área motriz gruesa de los niños con esto pude contrastar datos, cuyos resultados permitieron el logro de los objetivos.

Técnicas

Encuesta a Maestras: identificar qué actividades de recreación infantil realizan las maestras para el desarrollo del área motriz gruesa de los alumnos.

Formulario de desarrollo integral de niños y niñas (o a 5 años). Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz. Dirigido a niños y niñas para conocer el nivel en el área motriz gruesa

Detallar el proceso metodológico

Objetivo 1

- Analizar de fundamentación teórica de la Recreación Infantil y del Área Motriz Gruesa.

Metodología

- Método analítico
- Método Hermenéutico

Técnica

- Lectura comprensiva
- Resumen

Actividades

- Consultas en internet
- Consultas en biblioteca

Resultados

Construcción y elaboración del marco teórico, Capítulo 1 y Capítulo 2

Objetivo 2

- Establecer los problemas de motricidad gruesa que presentan los niños de 1 a 2 años de edad del CEDI “El Castillo Encantado”

Metodología

- Método Sintético
- Método Descriptivo
- Método Hermenéutico

Técnica

- Aplicación de instrumentos
- Resumen

Actividades

- Consultas en internet
- Consultas en biblioteca
- Visitas al centro

Resultados

Construcción y elaboración de la problemática referente al Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil.

Objetivo 3

- Seleccionar actividades de recreación infantil para ayudar a los niños(as), a un adecuado desarrollo de la motricidad gruesa.

Metodología

- Método analítico
- Método descriptivo
- Método Sintético
- Método Hermenéutico

Técnica

- Lectura comprensiva
- Resumen

Actividades

- Consultas en internet
- Consultas en biblioteca
- Elaboración de la guía

Resultados

Construcción y elaboración de la Guía Didáctica de Actividades de Recreación Infantil para el desarrollo del Área Motriz Gruesa de los niños de 1 a 2 años de edad.

Objetivo 4

- Aplicar actividades de recreación infantil que permitan el desarrollo del área motriz en los niños del CEDI “El Catillo Encantado”

Metodología

- Método Descriptivo
- Método Hermenéutico

Técnica

- Guía Didáctica de Actividades de Recreación Infantil
- Resumen

Actividades

- Visitas al centro de Estimulación y Desarrollo Infantil
- Aplicar la Guía de Actividades

Resultados

Correcto desarrollo del Área Motriz Gruesa gracias a la aplicación de la Guía de Actividades de Recreación Infantil.

Objetivo 5

Validar el grado de pertinencia de las actividades de recreación infantil para el desarrollo del área motriz gruesa de los niños(as) del CEDI “El Castillo Encantado”.

Metodología

- Método Analítico
- Método Sintético
- Método Descriptivo
- Método Hermenéutico

Técnica

- Lectura comprensiva
- Síntesis

Actividades

- Aplicar adecuadamente la guía
- Consultas

Resultados

Comprobar si la Guía Didáctica de Actividades de Recreación Infantil resultó favorable en su aplicación.

Población y Muestra

Población: El presente proyecto de titulación RE en realizado en el Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado” cuenta con 71 niños y con 12 maestras capacitadas, que dan un total de 83 personas , el mismo que se encuentra ubicado en las calles Rocafuerte y Av. Orillas del Zamora.

Muestra: El procedimiento utilizado para determinar la muestra, de acuerdo a las características del presente trabajo de intervención social se ha determinado en forma razonada que está integrado por un grupo de 13 niños que corresponden al salón de 1 a 2 años de edad y por dos maestras del salón. El procedimiento será mediante la aplicación de estadística descriptiva que sirvió para la validación de la pertinencia de la propuesta alternativa, su aplicación y resultados.

Población	Número
Maestras	12
Niños y niñas	71
TOTAL:	83

Fuente: Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”
Elaboración: Sandra Jackeline Armijos Ortiz

Muestra	Número
Maestras	2
Niños	13
TOTAL:	15

Fuente: Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”
Elaboración: Sandra Jackeline Armijos Ortiz

f. RESULTADOS

Tabla N°1 del diagnóstico del Pre-test

A \ C	CAMINA	CORRE	SALTA
Anthony J.	5	3	1
Paul S.	5	3	1
José David J.	5	3	1
Mateo A.	5	3	1
Ma. Isabel B.	5	3	1
Rosario C.	5	3	1
Paulo B.	5	3	1
Adrián V.	3	1	1
José David A.	5	3	1
Evans B.	3	1	1
Camila V.	5	3	1
Sebastián U	5	3	1
José Miguel J.	5	3	1

Fuente: Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”

Elaboración: Sandra Jackeline Armijos Ortiz

Tabla de calificación

Puntuación	Calificación
Alto	5
Medio	3
Bajo	1

DIAGNÒSTICO DEL PRE TEST

Luego de aplicar los test a los niños estos presentan en algunos casos cierta dificultad para realizar actividades relacionadas al desarrollo del área motriz gruesa, ya sea por falta de práctica, por el sedentarismo dentro del salón de clases, repitiendo una y otra

vez la misma actividad, por la falta de tiempo y dedicación para realizar este tipo de actividades.

Tabla N°2 del diagnóstico del Post- test

A \ C	CAMINA	CORRE	SALTA
Anthony J.	5	5	3
Paul S.	5	5	3
José David J.	5	5	3
Mateo A.	5	5	3
Ma. Isabel B.	5	5	3
Rosario C.	5	5	3
Paulo B.	5	5	3
Adrián V.	5	3	3
José David A.	5	5	3
Evans B.	5	3	3
Camila V.	5	5	3
Sebastián U	5	5	3
José Miguel J.	5	5	3

Fuente: Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”

Elaboración: Sandra Jackeline Armijos Ortiz

Tabla de calificación

Puntuación	Calificación
Alto	5
Medio	3
Bajo	1

DIAGNÒSTICO DEL POST- TEST

Luego de aplicar el test a los niños Formulario de desarrollo integral de niños y niñas (o a 5 años). Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz observe en ellos mejores resultados en su área motriz gruesa, esto debido a la práctica diaria de las

actividades de recreación infantil, que influyeron mucho, ya que sirvieron para motivar no solo a la maestra sino a los pequeños a realizar más seguido y de manera adecuada este tipo de actividades.

TABLA DE VALORES DEL PRE- TEST Y POST- TEST

ESTUDIANTES	X	Y	X ²	Y ²	XY
1	5	5	25	25	25
2	3	5	9	25	15
3	1	3	1	9	3
4	5	5	25	25	25
5	3	5	9	25	15
6	1	3	1	9	3
7	5	5	25	25	25
8	3	5	9	25	15
9	1	3	1	9	3
10	5	5	25	25	25
11	3	5	9	25	15
12	1	3	1	9	3
13	5	5	25	25	25
14	3	5	9	25	15
15	1	3	1	9	3
16	5	5	25	25	25
17	3	5	9	25	15
18	1	3	1	9	3
19	5	5	25	25	25
20	3	5	9	25	15
21	1	3	1	9	3
22	3	5	9	25	15
23	1	3	1	9	3
24	1	3	1	9	3
25	5	5	25	25	25
26	3	5	9	25	15
27	1	3	1	9	3
28	3	5	9	25	15
29	1	3	1	9	3
30	1	3	1	9	3
31	5	5	25	25	25

32	3	5	9	25	15
33	1	3	1	9	3
34	5	5	25	25	25
35	3	5	9	25	15
36	1	3	1	9	3
37	5	5	25	25	25
38	3	5	9	25	15
39	1	3	1	9	3

Fuente: Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”
Elaboración: Sandra Jackeline Armijos Ortiz

Formula:

$$r(x, y) = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[N(\sum x^2) - (\sum x)^2][N(\sum y^2) - (\sum y)^2]}}$$

$$r(xy) = \frac{39(515) - (109)(165)}{\sqrt{[39(407) - (109)^2][39(735) - (165)^2]}}$$

$$r(xy) = \frac{20085 - 17985}{\sqrt{[15873 - 11881][28665 - 27225]}}$$

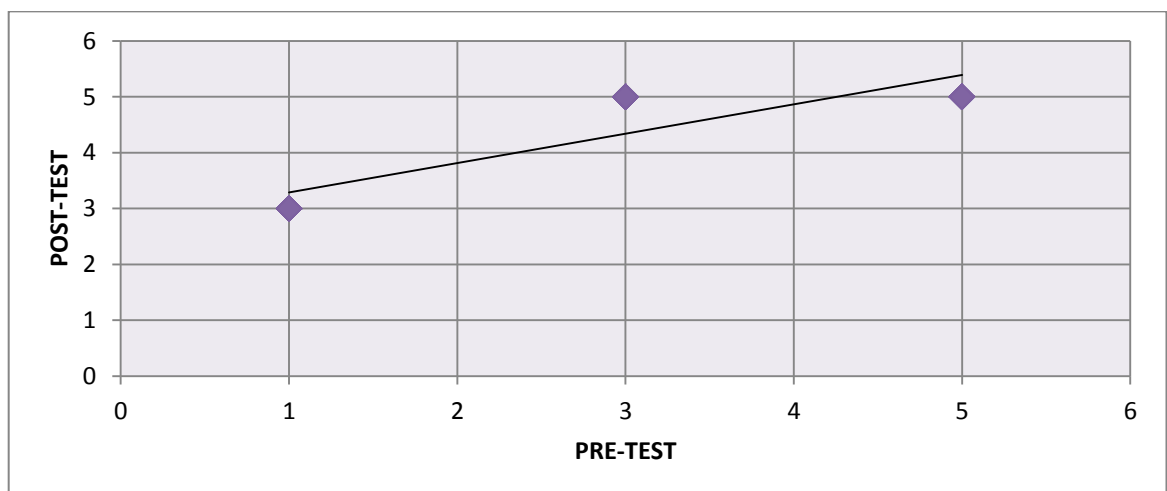
$$r(xy) = \frac{2100}{\sqrt{[3992][1440]}}$$

$$r(xy) = \frac{2100}{\sqrt{5748480}}$$

$$r(xy) = \frac{2100}{2397598}$$

$$r(xy) = 0,87587$$

GRÁFICO DEL DIAGNOSTICO DEL PRE TEST Y POS TEST



ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Se realizó un análisis mediante el Coeficiente de Correlación de Pearson con la finalidad, de saber si las variables de las características están relacionadas entre sí. Se obtuvo un coeficiente de 0.87 que corresponde un valor de correlación positiva media-moderada, debido a que existe una alta correlación entre las dos variables, es decir que la aplicación de actividades de recreación infantil ayudo a desarrollar el área motriz gruesa de los niños.

g. DISCUSIÓN

La presente investigación aborda la aplicación de actividades de recreación infantil para el desarrollo del área motriz gruesa, se plantearon los siguientes objetivos: Analizar la fundamentación teórica de la Recreación Infantil y del Área Motriz Gruesa. Establecer los problemas de motricidad gruesa que presentan los niños de 1 a 2 años de edad del CEDI “El Castillo Encantado”. Seleccionar actividades de recreación infantil para ayudar a los niños(as), a un adecuado desarrollo de la motricidad gruesa. Aplicar actividades de recreación infantil que permitan el desarrollo del área motriz en los niños del CEDI “El Castillo Encantado”. Validar el grado de pertinencia de las actividades de recreación infantil para el desarrollo del área motriz gruesa de los niños(as) del CEDI “El Castillo Encantado” para de esta manera desarrollar la el Área Motriz Gruesa de los niños y niñas de 1 a 2 años del centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”.

De los resultados obtenidos mediante la encuesta aplicada a la maestra del salón, se puede evidenciar que la maestra realiza actividades recreativas pero éstas son repetitivas de todos los días, no presenta un cronograma de actividades recreativas, además dice considerarlas importantes pero no brinda una dirección adecuada, sino que muchas veces deja a los niños el jugar, correr, saltar solos.

Las actividades recreativas son para divertirse, deleitar, disfrutar, haciendo algo. Refrescar la mente y/o el cuerpo después del trabajo, con una actividad divertida. El tiempo que se dedica a la actividades generalmente es corto pero los aprendizajes que quedan en los niños son fantásticos y muy motivantes ya que por medio de estas actividades los niños se van a sentir más seguros de sí mismos y logran desarrollar de mejor manera su área motriz gruesa.

La tarea de la maestra es lograr que los niños realicen de la mejor manera posible este tipo de actividades, ya que sin duda contribuirán a su posterior desarrollo integral. Por ello una buena formación profesional es importante para así contribuir al desarrollo de los niños, la maestra debe tener la actitud adecuada para poder tener empatía y mucha paciencia para trabajar diariamente con los niños.

Al aplicar el test Formulario de desarrollo integral de niños y niñas (o a 5 años). Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz. en la aplicación del pre-test se obtuvo los siguientes resultados: Luego de aplicar el test a los niños me pude dar cuenta que en cierto grado los niños presentan dificultades en cuanto al desarrollo de su área motriz gruesa, esto debido a la falta de conocimiento sobre qué hacer para mejorarlo, falta de tiempo e iniciativa para corregir errores

Y después de emplear la guía de actividades de recreación infantil, volví a de aplicar el test a los niños Formulario de desarrollo integral de niños y niñas (o a 5 años). Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz. Y me pude dar cuenta que los niños mejoraron posteriormente en su área motriz gruesa, hubo un gran avance, claro que aún es posible mejorar con la práctica, pero de manera general se consiguió lo que se deseaba alcanzar.

Se puede constatar este resultado durante los meses de investigación de campo y recolección de la información, pues es notorio que la maestra no presenta una guía o programa de actividades de recreación infantil, y si no existe esto no va haber una organización y contribución adecuada para el desarrollo del área motriz gruesa de los pequeños.

Si no existe una buena formación profesional docente, este no estará en la capacidad de aplicar metodologías y estrategias apropiadas para un grupo de niños vulnerables, que

durante la jornada escolar necesitan de estas actividades para alcanzar niveles de desarrollo superiores y así lograr por medio de la aplicación de las actividades de recreación infantil resultados de calidad.

h. CONCLUSIONES

De acuerdo a la investigación e interpretación de datos obtenidos en el trabajo de campo se concluye:

- ✚ Las maestras que laboran en el Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado” con niños de 1 a 2 años de edad, no cuentan con la información necesaria sobre las actividades recreativas infantiles y sus beneficios para el desarrollo del área motriz gruesa.

- ✚ En cuanto a la selección de actividades de recreación infantil adecuadas la maestra utiliza las mismas actividades todos los días, los niños se distraen y no prestan atención y no existen mayores logros porque estas son repetitivas.

- ✚ La aplicación de programa de actividades de recreación infantil, permitió que los niños se motiven, sientan más seguridad de sí mismos y obtengan un mejor desarrollo en su área motriz gruesa.

i. RECOMENDACIONES

Con el análisis realizado en la presente investigación se puede recomendar lo siguiente:

- ✚ De existir más interés por parte de las maestras al momento de planificar, ya que deberán tomar en cuenta el aporte de las actividades de recreación infantil para los aprendizajes significativos de los niños, su desarrollo motriz y de manera general que coadyuven su desarrollo integral.

- ✚ Se recomienda a la docente Parvularia, que siga avanzando en su profesión con investigaciones y consultas más seguidas acerca de actividades de recreación infantil, que ayuden al desarrollo del área motriz gruesa de los niños del Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”.

- ✚ Tomar como elemento de ayuda la guía de actividades de recreación infantil, para poder poner en práctica con los niños y así de manera continua y cada vez mejor lograr buenos resultados.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA DE LA EDUCACIÓN EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN PSICOLOGÍA INFANTIL Y EDUCACIÓN PARVULARIA

PROPUESTA ALTERNATIVA

**GUÍA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS INFANTILES PARA EL
DESARROLLO DEL ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE
1 A 2 AÑOS DE EDAD**

AUTORA

Sandra Jackeline Armijos Ortiz

DIRECTOR

Dr. César Antonio León Aguirre Mg. Sc.

**LOJA – ECUADOR
2015**

Guía y aplicación de actividades de recreación infantil para niños de 1 a 2 años de edad.

Concepto

Es un instrumento elaborado e impreso con orientación técnica para el estudiante, que incluye toda la información necesaria para el correcto uso y manejo provechoso del texto, para integrarlo al complejo de actividades de aprendizaje significativo.

La guía didáctica debe aprovechar el estudiante a decidir, que, como, cuando y con ayuda de que, estudiar los contenidos de un curso, a fin de mejorar el aprovechamiento del tiempo disponible y maximizar el aprendizaje y su aplicación.

Las guías en el proceso de enseñanza aprendizaje son una herramienta más para el uso del alumno que como su nombre lo indican apoyan, conducen, muestran un camino, orientan, encausan, tutelan, entrenan, etc. como vemos muchos sinónimos en cada sinónimo vemos un matiz distinto. Cada palabra es parecida, pero el objetivo es diferente.

Existen diversos tipos de guías y por lo tanto responden a objetivos distintos, los cuales el docente debe tener muy claros al escoger este medio; por ejemplo existen:

- ✓ guías de motivación
- ✓ guías de aprendizaje
- ✓ guías de comprobación
- ✓ guías de síntesis
- ✓ guías de aplicación
- ✓ guías de estudio

- ✓ guías de lectura
- ✓ guías de observación: de visita, del espectador, etc.
- ✓ guías de refuerzo
- ✓ guías de nivelación
- ✓ guías de anticipación
- ✓ guías de reemplazo, etc.

Elaboración de la guía de actividades recreativas.

Introducción

En el presente documento encontraremos un conjunto de ejercicios recreativos infantiles para estimular tanto el área motriz gruesa de los niños(as) de los niños de 1 a 2 años de edad, respetando los diferentes momentos evolutivos. Este documento resultará ser muy importante en el futuro de la educación infantil en lo que respecta a la intervención con niños de 1 a 2 años de edad.

Este material puede ser utilizado por el profesor que presta sus servicios a la comunidad; permitirá de igual manera, adquirir habilidades para el desarrollo de actividades o ejercicios recreativos para niños y niñas como medio para impulsar el crecimiento personal y social.

Los materiales didácticos y juegos recreativos que se proponen en este documento tienen una intención pedagógica definida, coherente con la propuesta curricular vigente. han sido elaborados, como una alternativa, para dotar a centros y programas especiales de educación inicial, de recursos pedagógicos viables que contribuyan a la formación integral de los niños y niñas de 1 a 2 años hablantes de lenguas originarias. Los

materiales y juegos recreativos facilitan y optimizan el desarrollo de actividades, en las cuales se les brinda oportunidades a los educadores para experimentar, indagar, construir y apropiarse de nuevos saberes, garantizando aprendizajes significativos.

Objetivos

La realización de este conjunto de ejercicios persigue los siguientes objetivos:

- ❖ Ayudar al niño a desarrollar su área motriz gruesa a través del juego, realizando actividades o ejercicios recreativos.
- ❖ Utilizar estos ejercicios con el fin de desarrollar en los niños su área motriz gruesa. es decir puedan desenvolverse por sí solos y respeten a los demás.
- ❖ Fomentar la socialización , la interacción, el dominio y control de su cuerpo
- ❖ Educar al niño a través del juego, desarrollando capacidades e intereses, orientando a los niños de acuerdo a sus necesidades y aptitudes.
- ❖ Favorecer el desarrollo área motriz gruesa por medio de actividades recreativas.

Metodología

- Partiremos del momento evolutivo de cada uno de los niños, impulsando la adquisición de aprendizajes significativos.
- Se promoverá ejercicios recreativos para el desarrollo del área motriz gruesa de los niños por medio de la socialización con los coetáneos y los demás y la práctica de los mismos.
- Se desarrollará una metodología globalizada y activa en la que el niño sea el propio protagonista del aprendizaje y pueda desenvolverse por sí solo en el proceso de la vida.

- Promoveré ejercicios que permitan al niño explorar el entorno que le rodea y descubrir las posibilidades en el accionar personal y motrizl.
- El juego se convertirá en el principal recurso de estos ejercicios.
- Contribución a la socialización, desarrolla los sentimientos de pertenencia al grupo.
- Serviré de modelo al niño, para llevar a cabo un aprendizaje por imitación.

Duración de la guía

La guía de actividades recreativas infantiles que les voy a aplicar a los niños de 1 a 2 años de edad, se debe realizar diariamente, el tiempo varía dependiendo el ejercicio; pero hay que tener en cuenta que no sea muy extenso ya que los niños se agotaran y perderán el interés.

Evaluación de la guía.

Dentro de la evaluación de la guía de actividades recreativas infantiles la maestra debe de evaluar el proceso de enseñanza aprendizaje y debe realizar un sondeo para de esta manera analizar los errores e ir comprobando sus logros, en la cual se realizara una autovaloración de lo aprendido y se calificara su desempeño y su desenvolvimiento personal y social. Esto significara mucho para el desarrollo del área motriz gruesa.

Actividades

✓ Yo halo y tú empujas

Descripción: Si el niño se está parando en sus pies e intentando caminar, ayúdale a practicar con un juego de jalar y empujar. Usa un objeto que pueda moverse con facilidad como una silla de plástico del tamaño de un niño o una caja de plástico para

juguetes llena de juguetes blandos. Mientras se sujeta a los bordes para obtener apoyo, puedes sostener el otro lado y mantenerlo estable. Luego jala despacio la caja hacia tu lado para animarle a que dé un paso adelante. Pronto comenzará a empujar mientras tú jalas con suavidad.

Esto hará que aumente su confianza para cuando comience a caminar él solo.

Recursos: soga, silla, niño, maestra

Duración: la actividad se la realizará cinco veces a la semana con una duración de 5 a 7 minutos por cada niño.

✓ **Atrápame si puedes**

Descripción: A los niños les encanta que los persigan y a los padres les suele encantar perseguir a sus niños pequeños. El objetivo de este juego es ser atrapado, especialmente si tu hijo sabe que recibirá un gran abrazo y un beso cada vez que consigas atraparlo. Para variar el juego, pretende que eres diferentes tipos de animales: un león que ruge o un ratoncito. Cuando tu hijo te atrape, déjalo que se divierta.

Recursos: niños, maestra, patio.

Procedimiento: la maestra va a caminar, luego acelerar el paso e incluso correr e intentar que el niño la agarre. Para variar el juego, pretende que eres diferentes tipos de animales: un león que ruge o un ratoncito. Cuando el niño te atrape, déjalo que se divierta.

Duración: la actividad se la realizará de manera colectiva con una duración de 10 minutos aproximadamente.

✓ **Diversión con globos.**

Descripción: Los globos son algo fantástico para divertirse. Se mueven lo suficientemente despacio como para poder seguirlos y son relativamente fáciles de atrapar. Puedes inflar uno (ver esto es la mitad de la diversión) y lanzarlo al aire. Cuenta lo que tarda en caer al piso o deja que tu hijo lo atrape. Es un buen juego para desarrollar la capacidad de contar y la coordinación entre ojo y manos

Recursos: globos, niños, maestra.

Duración: la actividad se la realizará de manera colectiva, con una duración de 10 minutos aproximadamente.

✓ **Vamos a bailar**

Descripción: Pon algunos minutos de varias piezas de música que vayan bien como acompañamiento de determinadas acciones, por ejemplo, algo con un ritmo fuerte y sonoro para que tu hijo pueda caminar como un elefante o muy silencioso para que se imagine que esté pasando por al lado de un león durmiendo y no debe despertarlo. Desfile como soldados al ritmo de la música es también muy divertido y suficientemente fácil para que la mayoría de los niños pequeños lo puedan hacer.

Estos juegos ampliarán su imaginación y desarrollarán su sentido del ritmo. Escucha y aprende aquí canciones infantiles para bailar con tu pequeño danzarín.

Recursos: grabadora, piezas de música, niños, maestra, patio.

Duración: la actividad se la realizará de manera colectiva, con una duración de 10 minutos aproximadamente.

✓ **Pásamela rodando**

Descripción: Este juego sirve para trabajar los músculos de los brazos y la coordinación entre ojo y mano

Las pelotas son juguetes muy populares entre los niños de un año. Las pelotas que rebotan son ideales para el jardín, pero las pelotas blandas de espuma son muy buenos juguetes para usar dentro de la casa. La versión es "atrápala": siéntense en el piso frente a frente, con las piernas abiertas y tocándose los dedos de los pies. Ahora pueden pasarse la pelota rodando sin que salga por fuera de sus piernas.

Recursos: pelotas, niños, maestra.

Duración: la actividad se realizará en parejas, con una duración de 5 a 7 minutos.

✓ **Brinquemos todos**

Descripción: A los niños de esta edad les gusta brincar. Puedes poner almohadas, cojines o colchones en el piso para que puedan brincar. En el parque les gusta jugar en los columpios y en resbaladillas más bajas.

Recursos: almohadas, cojines, colchones, niños, maestra

Duración: la actividad se realizará de forma individual, la duración o tiempo podrá variar dependiendo las circunstancias.

✓ **Palo y pelota**

Descripción: al niño le interesa mucho los materiales físicos, esto le ayudara a tomar más interés por la actividad.

Le proponemos que golpee con un palo la pelota que está cerca de él y que la siga para volver a golpearle, con esto estimulamos su coordinación y movimiento y así afianzamos la marcha.

Recursos: palo, pelota, niño, maestra.

Duración: la actividad deberá realizarse en forma individual con una duración de 5 minutos

✓ **Camino con sillas**

Descripción: es principalmente para niños que estén intentando caminar, pero para los que ya pueden, les permitirá afianzar la seguridad, el dominio de la marcha o locomoción autónoma. La misma consiste en armar un camino con las sillas para que el niño se apoye en ellas y camine. Colocar cuatro sillas de cada lado dejando un camino estrecho para que el niño pase por el, conforme lo logre separamos un poco más las sillas de tal forma que el niño no llegue con solo estirarse sino que tenga que avanzar caminando. Y enseñar a caminar para atrás y para los laterales

Recursos: sillas, niño, maestra.

Duración: esta actividad se la realiza de forma individual, con una duración que puede variar, lo conveniente es que el niño culmine 2 pasadas por el camino.

✓ **Recolectemos agua**

Descripción: Si el tiempo acompaña, podemos jugar con agua. Conocemos que los niños son pequeños pero será una actividad que durara poco para evitar complicaciones, además es algo que llamara el interés de los niños por realizar. Podemos

jugar con agua, ofrecerle al niño diversos vasos, jarritas, platos y pasar agua de un recipiente a otro, teniendo que caminar un trayecto para llegar a este otro.

Recursos: agua, vasos, jarras, platos, niños, maestra.

Duración: la actividad deberá realizarse dependiendo el clima, y por un tiempo corto, para evitar complicaciones en cuanto a salud de los niños.

✓ **Trepemos montañas**

Descripción: con esta actividad permitiremos al niño avanzar de una forma placentera, en la que disfrute a través del juego, en la que comparta con los demás y experimente cosas nuevas. Consiste en dejarlo trepar montañas o terrenos desparejos, esto puede ser armando con almohadas o trapos viejos una montaña, él tendría que atravesar la montaña gateando, esta actividad le permitirá coordinar el movimiento de las manos con las piernas, así como afianzar la seguridad en él para lograr atravesar.

Recursos: almohadas, trapos viejos, niños, maestra.

Duración: esta actividad se la realizara en grupos de tres niños, y con una duración de unos 5 minutos por grupo.

✓ **Encestemos objetos**

Descripción: este ejercicio permite al niño mejorar la coordinación de sus extremidades superiores, al intentar encestar el objeto (pelotas, aros), así mismo le permite el dominio de su fuerza y calcular la distancia, considerando cual es la mejor posición para ejecutarlo. Consiste en ubicar una caja vacía o cesto y a una distancia considerable al niño

con los objetos para que los lance y enceste en la caja. Son actividades que aparte de los beneficios anteriores permite al niño conseguir una satisfacción el poder realizarlo.

Recursos: caja, cesto vacío, pelotas, aros, niños, maestra.

Duración: la actividad se la realizara de forma individual, con una duración variable, pero máximo 5 minutos por niño.

✓ **El sube y baja**

Descripción: hay situaciones en las que el niño experimenta placer, pero también puede sentir miedo, con esta actividad queremos lograr que el niño confíe en la persona que está a su lado, pero sobretodo queremos reforzar en el la marcha, el equilibrio corporal y dinámico.

La misma consiste en que por una superficie inclinada el niño pueda ascender y descender, al principio con ayuda de alguna persona a su lado, pero luego lo realice así sea con cierta lentitud pero solo, es así como pondremos a prueba el equilibrio que se supone debe ir mejorando conforme la práctica, mejorando también su marcha.

Recursos: superficie inclinada, niño, maestra.

Duración: se efectuara la actividad de forma individual con cada niño y con una duración no superior a 10 minutos por cada uno.

✓ **Un gran imitador**

Descripción: practicar la marcha de diferentes formas. Este ejercicio es mejor si lo practicamos al aire libre. Esta es una edad en la que el niño imita la mayoría de las

acciones de un adulto, entonces existe un gran punto a favor para conseguir su ejecución y contribuir de esta forma a una marcha, movimiento de su cuerpo más autónomo.

Se lo proponemos al niño, y lo hacemos nosotros con el niño al lado ya que la imitación es la base de todo: correr, caminar, caminar rápido, caminar lento, saltar. Caminar con los brazos abiertos, caminar con los brazos arriba, apoyar un pie luego el otro, caminar agachado, caminar agachado lento, caminar agachado rápido, saltar agachado, caminar apoyando las palmas, caminar como un perrito lento y rápido, caminar como un viejito encorvado agarrarse de las manos y saltar, caminar pisando fuerte, caminar sin hacer ruido.

Recursos: Patio amplio, niños, maestra.

Duración: la actividad puede realizarse ya sea de forma individual o grupal, con un tiempo de unos 10 minutos

✓ **Un buen caminante**

Descripción: la marcha ya está adquirida y ahora deberá aplicarse sobre distintas superficies: blandas, rígidas, movedizas, irregulares, planas, elevadas, etc. Con esto lograremos identificar como hemos ido avanzando con algunas actividades anteriores, para la misma utilizaremos caminos sinuosos en el suelo, en los que el niño deberá llegar a la meta sin inconvenientes; elaboraremos trampas, y el niño tendrá que saber atravesarlas sin caerse por ejemplo atravesar un camino en donde hayan piedras; deberá caminar en un pelotero, en donde hayan gran cantidad de pelotas pequeñas pero el niño debe caminar sin mayores complicaciones.

Recursos: patio amplio, piedras, pelotero con pelotas, niños, maestra.

Duración: se llevara a cabo con un tiempo de 10 minutos y se puede hacer de manera individual o grupal. Preferible grupal por el tiempo.

✓ **Atravesemos túneles**

Descripción: a los niños les divierte el interactuar con el medio que les rodea, así mismo les llama la atención la utilización de material variado. Como en este caso fabricaremos túneles con cajas para que circulen por ellos. Con esta actividad potenciaremos la coordinación de los movimientos del niño, así como también reforzaremos la agilidad física de sus miembros para pasar por el túnel

Haremos agujeros grandes en cartones cuyo diámetro permita que el niño pase por allí. La maestra lo sostiene cerca del suelo mientras el niño pasa, puede tomarse del cartón o del adulto para pasar.

Recursos: cajas de cartón, niños, maestra.

Duración: esta actividad se ejecutara de manera individual y con una duración de 5 a 8 minutos por cada niño.

✓ **Atravesemos la hilera**

Descripción: esta es una actividad en la que el niño dará mucho de sí, pero necesita de la ayuda de otro para poderla cumplir, a la final tendrá beneficios en la marcha, y en su equilibrio corporal. La práctica de la actividad potenciara en el pequeño estas destrezas.

Colocar una hilera de ladrillos o tacos de madera, aproximadamente dos o tres metros, para que el niño camine sobre ellos. Podemos ayudarlo tomándolo de la mano. Como variante se puede colocar en forma de círculo.

Recursos: ladrillos, tacos de madera, niños, maestra

Duración: la actividad debe ser realizada de forma individual, el tiempo dependerá de lo que se demore cada uno e pasar, se repetirá una segunda vez pero no será mayor a 5 minutos por cada niño.

✓ **Subir y bajar escaleras**

Descripción: La coordinación viso-motriz hace parte de la coordinación general, e implica la coordinación de manos y pies con la percepción visual del objeto estático mientras se está en movimiento. Es por este motivo que un ejemplo de esto, es cuando un niño sube por unas escaleras cantando o pensando en otras cosas. Esta actividad consiste en brindar cierto tiempo a que el niño suba y baje las escaleras, primero sentado, arrodillado, luego conforme pase el tiempo bajara parado con la ayuda del adulto y posteriormente solo cogiéndose del pasamano, todo esto, siempre cantando una canción para que trate de perder el temor y piense en otra cosa.

Recursos: escaleras, niños, maestra.

Duración: la actividad se llevara a cabo de manera individual, el tiempo de empleo será corto únicamente de 5 a 7 minutos, y se la repetirá de 1 a 2 veces

✓ **Rodemos juntos**

Descripción: uno de los objetivos es el volteo. Su importancia radica en que, además de favorecer el control del cuerpo y del equilibrio, es uno de los indicadores de la curiosidad del niño y su motivación por descubrir nuevas sensaciones y por trasladarse de un sitio a otro.

Con esta actividad trataremos de realizar que el niño disfrute y experimente trampolines, primero con nuestra ayuda, pero luego deberá realizarlo solo, así también acostado extenderá sus manos hacia arriba y comenzará a rodar esto ya sea en una superficie plana y posteriormente un tanto inclinada.

Recursos: niños, maestra.

Duración: la actividad al principio se la realiza con ayuda, luego se la trabaja de manera individual conforme pase el tiempo y puedan desarrollarla solos, el tiempo no va más allá de 10 a 15 minutos.

✓ **La carretilla**

Descripción: La importancia de nuevas adquisiciones estriba en una diferente coordinación de las cuatro extremidades, así como en la capacidad de desplazarse de un lugar a otro, con el consiguiente aumento de sus experiencias. A un niño se le puede ayudar a sujetar el peso de su tronco sobre sus rodillas y codos al principio, y más tarde manos, de manera que poco a poco vaya teniendo fuerza para mantenerlo por sí solo. Si no tiene suficiente fuerza en los brazos, el juego de la carretilla es adecuado: primero se sujeta al niño por la cintura, y después por los muslos y pies, y se avanza lentamente para que

adquiera tono en los brazos y se desplace. Entonces esta actividad consiste en agarrar al niño primero por la cintura, luego por los muslos y pies y pedirle que se apoye con las manos y que avance dando pasos, esto le ayudará como se menciona a tener mayor fuerza en sus brazos y coordinación de sus extremidades en general.

Recursos: niños, maestra.

Duración: la actividad se realizara de manera individual, con una duración de 5 a 7 minutos por niño.

✓ **Agárrate fuerte**

Descripción: Esta implica el desplazamiento del cuerpo por el espacio. Los desplazamientos son toda la progresión de un punto a otro del espacio, utilizando como medio el movimiento corporal total o parcial. Dentro de los desplazamientos se pueden destacar algunos factores que desde el punto de vista educativo tienen gran importancia como lo son el inicio del movimiento, la velocidad adecuada del desplazamiento, los cambios de dirección, las paradas y la duración de la ejecución. Para afianzar la marcha, ahora sin tomarlo de las manos para que los movimientos dependan más de él. Usar un aro y una soga. Con el aro: con un aro grande, la maestra y el niño tomados del aro, giran con un poco de velocidad; luego la maestra provocara movimientos mientras se desplazan más rápido. Para hacer este ejercicio de forma ordenada y gradual, primero la maestra mueve bruscamente el aro un poquito para desestabilizar la postura del niño y cambiar su posición sin que se suelte. En segundo lugar se trabajan los desplazamientos con movimientos.

Recursos: Soga, niño, maestra.

Duración: la actividad se ejecutara de manera individual, con una duración de 5 minutos por niño.

✓ **Futbol**

Descripción: existen actividades que permiten estimular y mejorar la actividad motriz de los niños, a través de la coordinación de sus movimientos, el dominio corporal, la coordinación viso-motriz, también abarca las habilidades del niño para moverse y desplazarse, explorar y conocer el mundo que le rodea y experimentar con todos sus sentidos, esta actividad es una de ellas, ya que permite que el niño se mueva mucho, sobretodo piense e interactúe de forma organizada.

En esta actividad pediremos a los niños patear el balón, darles pases a los amigos, deberán correr de un lado a otro. De esta forma obtendremos grandes beneficios.

Recursos: pelota, niños, maestra.

Duración: la actividad se efectuará de manera grupal y con una duración de 10 a 15 minutos.

✓ **Colgados**

Descripción: como ya se mencionó conseguir la fuerza en los brazos de los niños es muy importante, el control de los movimientos, el peso es algo que debe tomar especial interés y por ende estimular y lograr beneficios.

La actividad consiste en trabajar primero con los niños uno mismo pidiéndole que se agarren fuerte de nuestras manos (dedo pulgar) luego elevarlos al aire y que permanezcan colgados por el tiempo que soporten y antes de que se suelten bajarlos. Luego

sobre una base colgante colocar un palo que servirá de apoyo en lugar de nuestras manos, los niños se sujetaran fuerte de ahí y se colgaran, nosotras apoyaremos tratando de sujetarlos antes que se suelten. De esta forma trabajamos en los brazos de los pequeños estimulando su firmeza

Recursos: base colgante, niños, maestra.

Duración: la actividad se realizara de forma individual, con una duración variable pero no muy larga debido al poco tiempo en que los niños permanecen colgados.

j. BIBLIOGRAFIA

- ✚ ANTOLIN, Marcela. La estimulación temprana y del desarrollo infantil. Editorial Lexus.
- ✚ ARGUELLO, A. Myriam. 2010. Psicomotricidad. Quito. Editorial Abya Yala.
- BELTRAN, Ll. Jesús., GONZALEZ, Coral., CABEZAS, Diana., PEREZ, Miguel., et al. 2002. Enciclopedia de Pedagogía 1. El Alumno. España. Editorial Espasa Calpe, S.A.
- ✚ FERNANDEZ, G. David. Taller de Educación Física, Deportes y Actividades Escolares. Málaga. Editorial Dimar.
- ✚ GISPERT, Carlos. Expresión Corporal y Psicomotricidad con ejercicios prácticos Tomo 2. Barcelona-España. Editorial Océano.
- ✚ GISPERT, Carlos. Manual de la Maestra de Preescolar. Barcelona- España. Editorial Océano.
- ✚ GISPERT, Carlos. 1987. Consultor de Psicología Infantil y Juvenil. El desarrollo del niño. Vol.1. España. Editorial Océano.
- ✚ GISPERT, Carlos. 2008. Como estimular el Aprendizaje. Barcelona-España. Editorial Océano.
- ✚ MEECE, Judith. L. 2000. Desarrollo del niño y del adolescente para educadoras. Compañía Editorial Ultra, S. A de C.V.

- ✚ MORALEDA, C. Mariano. 1980. Psicología Evolutiva. España. Editorial Luis Vires.

- ✚ MORRISON, George. S. 2005. Educación Infantil 9º Edición. Madrid. Editorial. Pearson educación, S.A.

- ✚ NARVARTE, Mariana., ESPINO, Mariangeles., ORLIETTI, Graciela. 2012. Estimulación Temprana y Escuela Maternal. España. Editorial Lesa.

- ✚ ORDOÑEZ, L. Ma del Carmen., & TINAJERO, M. Alfredo. 2009. Estimulación Temprana-Inteligencia Emocional y Cognitiva. Madrid-España. Equipo Cultural, S.A.

- ✚ Pedagogía y Psicología Infantil. Madrid-España. Editorial Cultural S.A. 2001.

- ✚ REYES, Marco. E. 2009. Juegos educativos interpersonales para toda edad. Quito-Ecuador

- ✚ <http://recreoinfantil.blogspot.com/>
- ✚ <http://www.monografias.com/trabajos88/recreacion-infantil-juegos-tradicionales/recreacion-infantil-juegos-tradicionales.shtml>
- ✚ http://www.ucaldas.edu.co/index.php?option=com_content&view=article&id=7809:importancia-de-la-recreacion-en-nuestra-vidas&catid=230:contacto-saludable&Itemid=640
- ✚ <http://patirecrea.blogspot.com/2011/10/beneficios-de-la-recreacion.html>
- ✚ <http://www.funlibre.org/encurso/simposio3if/beneficios.html>

- [✚ http://magalitaarmijosp.blogspot.com/](http://magalitaarmijosp.blogspot.com/)
- [✚ http://psicoaprendizajes.wordpress.com/tag/motricidad-gruesa/](http://psicoaprendizajes.wordpress.com/tag/motricidad-gruesa/)
- [✚ http://www.down21.org/educ_psc/educacion/atencion_temprana/motricidad_gruesa.htm](http://www.down21.org/educ_psc/educacion/atencion_temprana/motricidad_gruesa.htm)
- [✚ http://reeducacion.com/desarrollo-motriz-cero-tres.aspx](http://reeducacion.com/desarrollo-motriz-cero-tres.aspx)
- [✚ http://espanol.babycenter.com/a2700007/juegos-para-jugar-con-ni%C3%B1os-de-un-a%C3%B1o](http://espanol.babycenter.com/a2700007/juegos-para-jugar-con-ni%C3%B1os-de-un-a%C3%B1o)

k. ANEXOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA
COMUNICACIÓN
PSICOLOGÍA INFANTIL Y EDUCACIÓN PARVULARIA

TEMA

**ACTIVIDADES DE RECREACIÓN INFANTIL PARA EL DESARROLLO DEL
ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD DEL
CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL “EL CASTILLO
ENCANTADO” DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO SEPTIEMBRE 2013 –
JULIO 2014.**

Proyecto de Tesis previo a la obtención del grado de
Licenciada en Ciencias de la Educación, mención
Psicología Infantil y Educación Parvularia.

AUTORA

SANDRA JACKELINE ARMIJOS ORTIZ

LOJA- ECUADOR

2013-2014

a. TEMA

**ACTIVIDADES DE RECREACIÓN INFANTIL PARA EL DESARROLLO DEL
ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD DEL
CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL “EL CASTILLO
ENCANTADO” DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO SEPTIEMBRE 2013 –
JULIO 2014**

b. PROBLEMÁTICA

Aspectos Generales.

En el mundo actual, en el cual las exigencias laborales y de estudio nos demandan un ritmo de vida bastante acelerado, el deseo de alcanzar el éxito obtener un mejor estatus económico y social, ha producido un descuido en el aspecto personal y familiar de la sociedad. En la actualidad se tiene menos tiempo para realizar actividades recreativas infantiles, ejercicios que ayuden al cuerpo humano a relajarse y disminuir las tensiones acumuladas en este por efecto de la presión y el trabajo.

Este fenómeno también ha afectado a la familia, y principalmente a los niños. Los niños están sometidos a una gran presión y a la vez a una jornada casi monótona, que requiere de esfuerzo tanto físico como mental. En la semana los niños deben realizar actividades como: ir a la escuela en las mañanas, mantenerse en el salón de clases por toda la mañana, en la tarde retorna a casa y tomar sus alimentos, luego quizá descansar u otras actividades pero así se consume el día sin tener la oportunidad de realizar alguna actividad física. Los fines de semana los padres también suelen trabajar, además con la televisión los niños ya no necesitan salir de casa para entretenerse

El termino recreación viene del latín recreatio y desde la perspectiva histórica al definir la recreación ha sido considerada como una actividad que renueva al individuo del trabajo. Son actividades para el tiempo, que le permitan trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico y social, que dan como resultado. La Recreación es la

actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de una buena salud y una mejor calidad de vida.

La recreación se asume como el medio a partir del cual se crean las condiciones para que personas, grupos o colectivos creen espacios de encuentro, organización y aprendizaje en sus entornos más cercanos (comunidad, parque, escuela), hacemos ludotecas pero el niño no interviene en su diseño, o en el mínimo de contribuir a la selección de los juguetes o la propuesta conjunta de actividades; ofrecemos programas con metodologías que se ponen de “moda” o responden a encuestas o tendencias del mercado; queremos recuperar los juegos tradicionales pero ni siquiera involucramos al niño en su recuperación o lo indagamos sobre sus innovaciones.

En tanto el Área Motriz Gruesa Se refiere al control de los movimientos musculares generales del cuerpo o también llamados en masa, éstas llevan al niño desde la dependencia absoluta a desplazarse solos. (Control de cabeza, Sentarse, Girar sobre sí mismo, Gatear, Mantenerse de pie, Caminar, Saltar, Lanzar una pelota. Repta, Trepas, Equilibrar, Coordinar)

Sin embargo, para que el niño esté en condiciones de realizar algún patrón de movimiento básico como el correr, debe haber pasado por las etapas previas de desarrollo del movimiento: iniciando con los movimientos reflejos (movimientos involuntarios realizados durante los primeros meses de vida); posteriormente y alrededor de los dos años, le fue posible llevar a cabo movimientos conscientes pero poco estructurados llamados movimientos rudimentarios (alcanzar, apretar y soltar objetos; controlar sus manos y su cuello y aprender a erguirse y sostenerse en pie)

SITUACIÓN ACTUAL DE LA PROBLEMÁTICA DE TRABAJO

El presente proyecto de titulación tiene como propósito realizar un trabajo teórico-práctico y lo voy a realizar en el Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”, ubicado en las calles Rocafuerte y Av. Orillas del Zamora, el lugar es arrendado, cuenta con espacio recreativo implementado con materiales de juego adecuados para los niños, tienen un espacio verde en donde existen varias plantitas que los niños visitan diariamente, asimismo con un rincón de arena; de igual manera dispone de cuatro baterías sanitarias pequeñas. Esta prestigiosa institución es particular y se creó el 22 de Marzo de 2011 Cuenta con setenta y un niños/as, distribuidos en sus salones correspondientes como es el: maternal, salón de niños de 1 y 2 años, nivel inicial 1, nivel inicial 2; doce profesoras capacitadas, la persona que se encarga de la cocina y las señoras dedicadas al aseo de la institución. Mi trabajo lo voy a desarrollar en el salón de niños de 1 a 2 años de edad cuenta con trece niños.

Lo que me impulsó a desarrollar el presente tema es la falta de interés que existe muchas veces ya sea por parte de los padres de familia, por la falta de tiempo que dedican a sus hijos ya que brindan más espacio a los negocios y situaciones del trabajo y no dedican el tiempo suficiente a sus hijos, así como también puede ser la falta de dedicación de las maestras para contribuir al desarrollo integral de los niños.

Dentro de los instrumentos aplicados a los niños y maestras del salón tenemos:

La Entrevista a las maestras del salón de 1 año a 2 años de edad del Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Catillo Encantado”.

Por medio de este instrumento se pretende obtener información detallada por parte de las maestras para conocer el aporte personal y significativo que brinda el área motriz gruesa de sus pequeños, a través de qué actividades y el valor que le da a la recreación infantil, alternativa que favorezca el desarrollo de tal área, teniendo en cuenta que lo que se pretende lograr a esta edad es consolidar el desarrollo de ésta para un mejor desarrollo futuro de los pequeños.

Por su parte las dos maestras entrevistadas consideran que el movimiento corporal en las primeras edades del desarrollo del niño son muy importantes ya que son las bases fundamentales para un correcto y adecuado desarrollo evolutivo futuro. Así mismo consideran que la recreación infantil ayuda mucho al desarrollo del área motriz gruesa de los pequeños debido a las actividades que se pueden realizar de forma coordinada y organizada y viviendo momentos placenteros de disfrute y gozo con los pequeños. Entre las principales actividades recreativas infantiles que realizan con sus alumnos están: correr, saltar, jugar a la pelota, abrochar y desabrochar botones, cantar canciones, bailar, etc. Así mismo consideran que se debe brindar el tiempo suficiente para la realización de estas actividades por su parte brinda de 3 a 4 veces por semana para la ejecución y disfrute de las mismas. Ellas observan actitudes de felicidad, espontaneidad, gran movilidad del cuerpo en los niños cuando realizan las actividades.

Concluyendo así del gran aporte significativo para todos de la recreación infantil para el desarrollo del área motriz gruesa.

Luego de haber aplicado el test de Formulario de Desarrollo Integral de Niños y Niñas (0 a 5 años) Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz a los niños obtuve los siguientes diagnósticos preliminares:

Anthony Jiménez

Luego de aplicar el test al niño puedo decir que posee un normal desarrollo del área motriz gruesa, hay actividades en las que se debe trabajar de manera conjunta con la colaboración de padres de familia y maestras, pero no va más allá de la práctica continua.

Paul Alejandro Salinas

Luego de aplicar el test al niño puedo decir que el pequeño presenta cierto retraimiento y dificultad para realizar las diversas actividades, es un niño al que le cuesta cumplir con lo que se le pide y por una parte quizá sea la edad de él, así como también el hecho de que haya sido prematuro, pero por otro lado que es muy sobreprotegido por sus padres, está acostumbrado a que lo mantengan en los brazos, lo aconsejable en ese caso sería que los padres le den mayor autonomía e independencia, así como también trabajar con mayor interés con él para poder ayudarlo a lograr un mejor desarrollo.

José David Jaramillo Aguirre

Luego de aplicar el test al niño puedo decir que posee un normal desarrollo del área motriz gruesa, es un niño muy ágil y práctico, le gusta colaborar y realiza las actividades con mucho agrado y sin mayor complicación, aquí lo ideal es continuar trabajando con él de forma que mantenga un buen desarrollo, así mismo incentivar a los padres a que continúen con esa actitud de querer ayudar a su hijo para obtener buenos logros.

Mateo André Luzuriaga

Luego de aplicar el test al niño puedo decir que posee un normal desarrollo del área motriz gruesa, es recomendable trabajar reforzando algunas actividades para que el mejore en su

desarrollo, así como también recomendar a los padres de familia que colaboren en el hogar dedicando más tiempo para realizar igual tipo de actividades todo con el fin de ayudar a que su pequeño se desenvuelva de mejor manera

María Isabel Burneo

Luego de aplicar el test a la niña puedo decir que si presenta un normal desarrollo en el área motriz gruesa, que su esfuerzo se ve plasmado en los resultados, es una niña que ha recibido gran apoyo en la escuela para conseguir estos resultados, es una pequeña con gran coordinación e independencia, lo recomendable en este caso sería no dejar de poner atención en ella, continuar estimulando el desarrollo de las actividades.

Rosario Castillo Jaramillo

Luego de aplicar el test a la niña puedo decir que posee un normal desarrollo del área motriz gruesa, hay actividades en las que se debe trabajar de manera conjunta con la colaboración de padres de familia y maestras, pero no va más allá de la práctica continua, seguir incentivando al buen ejercicio para obtener mejores resultados.

Paulo Benítez

Mediante la aplicación del test al niño puedo decir que el desarrollo de su área motriz gruesa es normal y va por buen camino, únicamente hay que reforzar ciertas actividades en las que se pueden observar ciertas fallas pero son situaciones que no van más allá de la práctica e incentivo por parte de maestras y padres de familia para un correcto desarrollo evolutivo del pequeño.

Adrián Vélez

Mediante la aplicación del test podemos observar que el niño realiza las actividades con cierta normalidad es aun necesario mayor practica en las mismas, así como también atención por parte de la maestra y padres de familia para trabajar de manera conjunta

José David Arrobo

Luego de aplicar el test al niño puedo decir que posee un normal desarrollo del área motriz gruesa, hay actividades en las que se debe trabajar de manera conjunta con la colaboración de padres de familia y maestras, pero no va más allá de la práctica continua.

Evans Beltrán

Después de aplicar el test al niño puedo llegar a la conclusión de que el pequeño posee un desarrollo motriz un tanto bajo a lo normal para su edad, pero que sin duda hay que trabajar, practicar más para poder obtener mejores resultados. Es una situación en la que tienen que intervenir tanto padres de familia como maestras de salón para salir delante de manera conjunta.

Camila Villavicencio

Luego de aplicar el test a la niña puedo decir que el desarrollo motor de ella es normal de acuerdo a su edad, es notable además que existen situaciones en las que hay que mejorar pero para ello necesita más atención y tiempo por parte de los padres de familia así como también refuerzos de sus maestras para conseguir buenos resultados.

Sebastián Uchuari

Mediante la aplicación del test al niño puedo decir que el posee un desarrollo motriz normal en relación a su edad cronológica, situación que deberá ser afianzada y reforzada cada vez más por parte de los padres de familia y maestras de salón para de esta manera continuar con buenos resultados en el desarrollo del niño.

José Miguel Jumbo

Luego de obtener los resultados del test aplicado al niño puedo manifestar que el posee un desarrollo motriz en el cual hay que trabajar, reforzar , poner mucha atención para poder seguir adelante, tanto padres de familia como maestras deben actuar frente a esta situación proponiendo ejercicios que contribuyan a que el niño siga adelante para su normal desarrollo.

Es por esta razón principalmente que considero importante centrar mi proyecto de titulación con el tema: **ACTIVIDADES DE RECREACIÓN INFANTIL PARA EL DESARROLLO DEL ÁREA MOTRIZ GRUESA DE LOS NIÑOS(AS) DE 1 A 2 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE ESTIMULACIÓN Y DESARROLLO INFANTIL “EL CASTILLO ENCANTADO” DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO SEPTIEMBRE 2013 – JULIO 2014.**

En el proceso de recopilación de la información realizada mediante la aplicación de dos instrumentos a.) Entrevista dirigida a Maestras del salón, b.) Formulario de Desarrollo Integral de Niños y Niñas (0 a 5 años) Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz y que han servido para la formulación de la presente problemática y sobre las base

c. JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo de titulación lo realizaré con el propósito de obtener mi título de Licenciada, al mismo tiempo poder con mis conocimientos adquiridos durante toda mi carrera, ayudar desde temprana edades, exactamente desde el año hasta los dos años de edad desarrollar su área motriz gruesa, a través de una serie de actividades de recreación infantil, actividades que estarán dirigidas respetando la edad cronológica de cada uno de los trece niños con los que voy a realizar mi trabajo.

Mi objetivo primordial para desarrollar el presente proyecto es garantizar principalmente un conjunto de actividades de recreación infantil para ayudar al desarrollo del área motriz gruesa de los niños (as) para en el futuro incluir a la sociedad, ciudadanos de calidad capaces de desenvolverse con total y absoluta solvencia en este mundo que cada día exige cambios transformadores.

El desarrollo del cerebro se presenta antes de los tres años de edad. Aquí se asientan las bases que regirán el resto de la vida de los niños; ya que las neuronas del pequeño proliferan y las sinapsis establecen nuevas conexiones. En todo este corto tiempo el niño adquiere la capacidad de hablar, pensar, razonar y junto con esto la manera de poder utilizar su cuerpo a través de movimientos todo esto con fines específicos de comunicación, ya que la recreación sirve al ser humano no sólo para activar el cuerpo, sino también para mantener en un sano equilibrio la mente.

He aquí la importancia del presente trabajo, ya que para garantizar el desarrollo integral del niño se debe partir desde el comienzo, es decir, desde una adecuada estimulación temprana

que brinden sus padres desde el primer momento, en este caso las maestras, ya que los pequeños están desde muy tempranas edades y el mayor tiempo en el Centro de Desarrollo infantil. Con la repetición sistemática y secuencial de estímulos o ejercicios se refuerzan las áreas neuronales de los niños; siempre y cuando respetando su desarrollo individual, predisposición y su ritmo, ya que cada niño es único y diferente

La presencia fundamental en la vida del niño es la madre, ya que el primer vínculo de afectividad es a través de la alimentación que lo realiza por medio de la lactancia. Se reforzará éste vínculo, a través de masajes y estímulos sensoriales, entre padres e hijo y entre el niño y las maestras. Luego de establecer una relación empática con el niño se procede a aplicar las actividades pertinentes necesarias para lograr una adecuada expresión corporal; A partir de ahí se dará inicio a las actividades de motricidad gruesa.

El juego resulta ser una herramienta muy eficaz para que los padres y maestras estimulen a sus hijos y a través de él conozcan su comportamiento, necesidades, gustos e inquietudes.

Los niños motivados son niños felices, los padres deben conocer la importancia de estimularlos y la dedicación que esto implica, con respecto al tiempo. La recreación es un proceso que constituye para el niño experiencias de aprendizaje creativo, permitiéndole la expresión libre de sus potencialidades articulando progresivamente la educación a la dimensión lúdica a través del despliegue de las actividades corporales, sensoriales y motrices del goce estético y del juego, instrumento de aprendizaje

d. OBJETIVOS

- 1.- Analizar la fundamentación teórica de la Recreación Infantil y del Área Motriz Gruesa.
- 2.- Establecer los problemas de motricidad gruesa que presentan los niños de 1 a 2 años de edad del CEDI “El Castillo Encantado”
- 3.- Seleccionar actividades de recreación infantil para ayudar a los niños(as), a un adecuado desarrollo de la motricidad gruesa.
- 4.- Aplicar actividades de recreación infantil que permitan el desarrollo del área motriz en los niños del CEDI “El Catillo Encantado”
- 5.- Validar el grado de pertinencia de las actividades de recreación infantil para el desarrollo del área motriz gruesa de los niños(as) del CEDI “El Castillo Encantado”.

Esquema del Marco Teórico

Capítulo I:

Recreación Infantil

1.1. Concepto

1.2. Importancia de la recreación en nuestra vidas

1.3. Principios de la recreación

1.4. Valor educativo de la recreación.

1.5. Funciones de la recreación

1.6. Efectos de la recreación

1.6.1 Aspectos físicos

1.6.2 Aspectos Psicológicos

1.7 Beneficios de la recreación infantil

1.7.1 Beneficios personales

1.7.1.1. Psicológicos

1.7.1.2 Desarrollo y crecimiento personal

1.7.1.3 Satisfacción y apreciación personal

1.7.2 Psicofisiológicos

1.7.3 Beneficios sociales y culturales

1.7.4 Beneficios económicos

1.7.5 Beneficios medioambientales

1.8 Tipos de recreación

1.9 El juego recreativo

Capítulo II

Área Motriz Gruesa

2.1 Concepto

2.2 Motricidad gruesa en el nivel inicial

2.2.1 Estimulación del área de motricidad gruesa

2.2.2 Control cefálico

2.2.3 Volteos

2.2.4 Sentarse

2.2.5 Arrastrarse y gatear

2.2.6 Ponerse de pie y caminar

2.2.7 Subir y bajar escaleras, correr y saltar

2.2.8 La Maduración Espacial

2.2.9 Dominio corporal dinámico

2.2.10 Coordinación

2.2.11 Marcha

2.2.12 Correr

2.2.13 Salto

2.2.14 Rastrear

2.2.15 Tregar

2.2.16 Equilibrio dinámico

2.2.17 Equilibrio estático

2.2.18 Tono muscular

2.2.19 Respiración-relajación neuromuscular

2.3 Desarrollo motricidad 0 a 3 años

2.3.1 Entre 0 y 8 meses

2.3.2 Entre los 8 y los 10 meses

2.3.3 Entre los 9 y 18 meses

2.3.4 A partir de los 24 meses hasta los 3 años

2.4 Instrumentos

2.4.1 Entrevista a maestras

2.4.2 Formulario de Desarrollo Integral de Niños y Niñas (0 a 5 años)

Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz

Capítulo III

3. Guía y aplicación de actividades de recreación infantil para niños de 1 a 2 años de edad

3.1 Concepto

3.2 Elaboración de la guía de actividades recreativas

3.2.1 Introducción

3.3 Objetivos

3.4 Metodología

3.5 Duración de la guía

3.6 Evaluación de la guía

3.7 Actividades

3.7.1 Yo jalo y tu empujas

- 3.7.2 Atrápame si puedes
- 3.7.3 Diversión con globos
- 3.7.4 Vamos a bailar
- 3.7.5 Pásamela rodando
- 3.7.6 Brinquemos todos
- 3.7.7 Palo y pelota
- 3.7.8 Camino con sillas
- 3.7.9 Recolectemos agua
- 3.7.10 Trepemos montañitas
- 3.7.11 Encestemos objetos
- 3.7.12 El sube y baja
- 3.7.13 Un gran imitador
- 3.7.14 Un buen caminante
- 3.7.15 Atravesemos túneles
- 3.7.16 Atravesemos la hilera
- 3.7.17 Subir y bajar escaleras
- 3.7.18 Rodemos juntos
- 3.7.19 La carretilla
- 3.7.20 Agárrate fuerte
- 3.7.21 Fútbol
- 3.7.22 Colgados

e. MARCO TEÓRICO

Capítulo II

1. La recreación infantil

1.1 Concepto

“La recreación se da normalmente a través de la generación de espacios en los que los individuos pueden participar libremente de acuerdo a sus intereses y preferencias. La noción básica de una situación de recreación es la de permitir a cada uno encontrar lo que más placer le genera, pudiendo por tanto sentirse cómodo y haciendo entonces lo mejor de la experiencia. La recreación se diferencia de otras situaciones de relajación tales como el dormir o descansar ya que implica siempre una participación más o menos activa de la persona en las actividades a desarrollar”. (Acosta, García Eylin, 2010, de <http://recreoinfantil.blogspot.com/>)

Ha sido científicamente comprobado que aquellas personas que se ven inmersas en sus rutinas laborales y que no dedican espacios a experiencias de recreación, suelen sufrir por lo general mayores niveles de stress, angustia y/o ansiedad. Por tanto, la recreación sirve al ser humano no sólo para activar el cuerpo, sino también para mantener en un sano equilibrio a la mente.

La recreación como actividad organizada puede desarrollarse tanto en espacios abiertos como en espacios cerrados. Claros ejemplos del primer caso serían todo tipo de actividades a realizar en parques, plazas o en la naturaleza. Para el segundo caso,

pueden ser perfectas opciones aquellas actividades recreativas relacionadas con el arte, la música, la comunicación, el teatro, el cine y el uso de tecnologías de última generación. La organización de espacios de recreación para una determinada comunidad es una tarea importante que atañe a los gobiernos ya que a través de ella los individuos pueden establecer lazos de contacto y de pertenencia mucho más sólidos, así como también pueden bajar los niveles sociales de stress, violencia e individualismo.

El concepto de recreación se entiende si pensamos que desde el principio, hombres y mujeres han estado sujetos a diversos tipos de presiones que con el tiempo crean cansancio y por ende, desánimo. Es por ello que las personas han buscado maneras de escapar de las presiones del diario vivir y darse espacios en los que puedan descansar y disfrutar.

La Real Academia Española define recreación como acción y efecto de recrear y como diversión para alivio del trabajo. Además, encontraremos que recrear significa divertir, alegrar o deleitar. En términos populares a esta diversión también le llamamos entretención.

Según esa definición, recrearse necesariamente debe incluir la diversión o el pasarlo bien, con el objetivo de distraerse de las exigencias, especialmente laborales y así conseguir un alivio necesario para conllevar nuevamente, otra etapa de responsabilidades, con energías renovadas que permitirán un mejor resultado de ellas.

El término recreación proviene del latín recreativo, que significa restaurar y refrescar (la persona). De ahí que la recreación se considere una parte esencial para

mantener una buena salud. El recrearse permite al cuerpo y a la mente una “restauración” o renovación necesaria para tener una vida más prolongada y de mejor calidad. Si realizáramos nuestras actividades sin parar y sin lugar para la recreación, tanto el cuerpo como la mente llegarían a un colapso que conllevaría a una serie de enfermedades y finalmente a la muerte. Debido a eso, la recreación se considera, socialmente, un factor trascendental. Los beneficios de recrearse van más allá de una buena salud física y mental, sino un equilibrio de éstas con factores espirituales, emocionales y sociales. Una persona integralmente saludable realiza sus actividades con mucha más eficiencia que una persona enferma.

La recreación se asocia también con el factor intelectual y educativo. Investigaciones han demostrado que los niños aprenden mucho más en ambientes relajados, sin presión. Es por ello que la recreación es fundamental para el desarrollo intelectual de las personas. A la vez, el recrearse proporciona en sí, una forma de aprendizaje, a través de experiencias propias y de la relación de la persona con el exterior.

La recreación infantil está en la vida cotidiana de los niños y las niñas; esto permite que el niño o niña realiza durante el día lo que realmente le hace falta, lo divierte y lo forma; desde ahí es donde podemos intervenir para la construcción de ambientes y relaciones más democráticas, de tal manera que hagamos de los espacios recreativos unos espacios construidos por y para los niños. La recreación infantil tiene relación directa con el juego.

“Los juegos van adquiriendo cada vez mayor riqueza a medida que avanza la edad, pasando insensiblemente de la simple versión de los hechos salientes de la vida real a la

invención de seres imaginarios” (Consultor de Psicología Infantil y Juvenil. El desarrollo del niño. Ediciones Océano Vol. 1, Ed. 1987, pág.119)

El juego se transforma en la razón de ser de la infancia. En el niño el juego es creación, ya que toda la actividad lúdica va en función de aumentar el conocimiento de la vida y de las relaciones involucradas en ella.

Charlotte Bühler señala que el juego no es una simple actividad, sino que constituye el tipo fundamental de ocupación del niño normal. El niño que no juega es un enfermo del cuerpo y del espíritu. Un estudio publicado por la UNESCO reconoce en el juego una característica vital: condiciona el desarrollo armonioso del cuerpo, de la inteligencia y de la afectividad.

A principios de siglo, Karl Gros afirmó que el juego constituiría, en la primera edad de los humanos, un procedimiento instintivo que permitía la adquisición de los comportamientos necesarios para afrontar situaciones en la edad adulta.

En la actualidad Erickson afirma que el juego significa una “auto enseñanza y auto curación”, porque a través de éste, el niño expresa fielmente sus traumas, conflictos, miedos, deseos, etc. Esta actividad, según el autor, permite alcanzar un equilibrio psíquico, especialmente en los primeros años de la vida de un individuo. El planteamiento del juego es una necesidad del “yo”, de dominar las diferentes áreas de la vida, principalmente en aquellas en que el cuerpo y rol social están incompletos. A medida que el niño juega va pasando a nuevas etapas de dominio.

Para muchos autores el juego es una fuerza natural de interacción entre los niños a través del cual aprenden a desenvolverse entre sus iguales en forma independiente y sin la vigilancia rigurosa del adulto.

Entre las teorías más consideradas en la actualidad -y que sirven de base para la Investigación sobre el tema- se encuentran la teoría psicoanalítica de Freud, que señala que “la función esencial del juego es la reducción de tensiones nacidas de la imposibilidad de realizar deseos”.

A su vez, la teoría fenomenológica, sustenta que “el juego es una expresión típica de la edad infantil y juvenil en donde las personas que participan en él pierden el sentido de tiempo y de sus intereses personales. Están rodeados de un clima de libertad, dejando fuera la rutina diaria”.

El juego no es solamente una búsqueda de diversión, es un complemento a la salud mental y física de los niños, más aún si esta se desarrolla con algún deporte; también podemos decir que brindan tranquilidad, alegría y mejoran la convivencia familiar, y en sociedad. Redactores Mailxmail (2012, 24 de Enero) Recuperado de http://www.mailxmail.com/recreacion-ninos_h

Jean Piaget, ve en el juego un elemento revelador de la evolución mental del niño. Para este autor, “el juego es, a la vez, la expresión y la condición del desarrollo del niño”. El juego no sólo es esencial en la evolución psicológica del niño sino que además es parte de la transmisión cultural de un pueblo o comunidad.

A través del juego y su historia se lee el presente y el pasado de las sociedades, constituyendo el juego infantil, con sus tradiciones y reglas, un auténtico

espejo social. Huizinga, teórico belga, considera que el juego constituye el fundamento mismo de la cultura y que se encuentra en el origen de todas las instituciones sociales. Afirma que el juego está enraizado en lo más profundo de las tradiciones culturales de un pueblo y va evolucionando junto con la sociedad.

“El juego es el medio que permite a los niños de corta edad adquirir las habilidades motoras gruesas y finas. Sus educadores deben brindarles muchas oportunidades de realizar actividades motoras como correr, andar en triciclo, trepar, construir bloques y saltar.” (Meece, Judith L., 2000, p. 74)

Finalmente, es importante saber que la recreación es voluntaria, ya que cada persona es diferente y por ende, se recrea como considere necesario. Por eso también se dice que las actividades recreativas son tan numerosas como los intereses de los seres humanos. Algunas de las áreas de la recreación son: la difusión, el arte, la cultura, la música, el baile, la lectura, el servicio a la comunidad, los deportes, los juegos y la vida al aire libre, entre otras.

1.2 Importancia de la recreación en nuestras vidas

La Real Academia Española define recreación como acción y efecto de recrear y como diversión para alivio del trabajo. Además, encontraremos que recrear significa divertir, alegrar o deleitar. En términos populares a esta diversión también le llamamos entretención.

Según esa definición, recrearse necesariamente debe incluir la diversión o el pasarlo bien, con el objetivo de distraerse de las exigencias, especialmente laborales y así

conseguir un alivio necesario para conllevar nuevamente, otra etapa de responsabilidades, con energías renovadas que permitirán un mejor resultado de ellas.

La recreación se asocia también con el factor intelectual y educativo. Investigaciones han demostrado que los niños aprenden mucho más en ambientes relajados, sin presión. Es por ello que la recreación es fundamental para el desarrollo intelectual de las personas. A la vez, el recrearse proporciona en sí, una forma de aprendizaje, a través de experiencias propias y de la relación de la persona con el exterior.

Por otra parte, es importante saber que la recreación es voluntaria, ya que cada persona es diferente y por ende, se recrea como considere necesario. Por eso también se dice que las actividades recreativas son tan numerosas como los intereses de los seres humanos. Algunas de las áreas de la recreación son: el arte, la cultura, la música, el baile, la lectura, el servicio a la comunidad, los deportes, los juegos y la vida al aire libre, entre otras.

La Importancia de la recreación es:

- Mantiene el equilibrio entre la rutina diaria y las actividades placenteras.
- Enriquece la vida de la gente.
- Contribuye a la dicha humana.
- Contribuye al desarrollo y bienestar físico.
- Es disciplina.
- Es identidad y expresión.
- Como valor grupal, subordina intereses egoístas.
- Fomenta cualidades cívicas.

- Previene la delincuencia.
- Es cooperación, lealtad y compañerismo.
- Educa para el buen uso del tiempo libre.

1.3 Principios de la recreación

- Proporcionar a todos los niños la oportunidad de realizar actividades que favorezcan su desarrollo (trepar, saltar, correr, bailar, cantar, dramatizar, hacer manualidades, construir, modelar)
- Todo niño necesita descubrir qué actividades le brindan satisfacciones personales y debe ser ayudado para adquirir destrezas de esas actividades.
- El juego feliz de la infancia es esencial para el crecimiento normal
- Una forma de satisfacción recreativa es la de cooperar como ciudadano en la construcción de una mejor forma de vida para compartirla con toda la comunidad.
- El hombre cumple adecuadamente su recreación cuando la actividad que elige crea en él espíritu de juego y encuentra constantemente placer en todos los acontecimientos de su vida.
- El descanso, el reposo y la reflexión son formas de recreación.
- Toda persona debe saber algunas canciones para que pueda cantar cuando tenga deseo.
- Es necesaria la acción colectiva para dar oportunidad a niños hombres y mujeres de vivir ese aspecto de la vida.

1.4 Valor educativo de la recreación.

- Como valor educativo, establece conjunto de valores que contribuye a la formación del individuo.
- Pone sus recursos en favor del educando, para la correlación de las áreas intelectuales.
- Permite el desarrollo integral de la persona.
- Integra la persona a la comunidad.
- Permite la transmisión de la herencia cultural.
- Se logra a través de aficiones y el afianzamiento de valores intelectuales, estéticos, éticos y morales.
- Fomenta el uso constructivo del tiempo libre.
- Adapta socialmente al niño.
- Autodisciplina al educando.

Da oportunidad para practicar situaciones de mando. La recreación es un derecho humano básico, como son la educación, el trabajo y la salud. Nadie debe verse privado de este derecho por razones de género, orientación sexual, edad, raza, credo, estado de salud, discapacidad o condición económica. El desarrollo del ocio se facilita a través de la provisión de las condiciones de vida básicas como la seguridad, el abrigo, los ingresos, la educación, los recursos sostenibles, la equidad y la justicia social.

La Recreación toma en cuenta todo el concepto de integralidad del hombre como un ente biológico - psicológico - social en toda su extensión y aspectos donde se desenvuelve la persona en edad escolar, siendo la Recreación una necesidad del ser humano, se considera fundamental en el mejoramiento de la calidad de vida del hombre.

1.5 Funciones de la recreación

- Actitud positiva: la recreación ejerce su influencia en las personas de manera que les permita asumir una actitud positiva y se tracen metas que puedan llegar a cumplir.
- Actividades para el tiempo: la recreación permite que el ser humano siempre tenga momento para todo y que siempre encuentre el momento preciso para recrearse.
- El equilibrio biológico y social: La recreación proporciona equilibrio integral al individuo.
- Mejor calidad de vida: La práctica recreativa contribuye al mejoramiento de la calidad de vida. Las actividades que dañan no son recreativas:
 - Depara bienestar.
 - Dota de mayor capacidad de expresión.
 - Desarrolla la creatividad.
 - Expande horizontes personales.
 - Responde a necesidades individuales.
 - Facilita experiencias positivas.
 -

1.6 Efectos de la recreación

En el aspecto físico y mental mejoran la preservación y el desarrollo de la originalidad y el ingenio creativo:

1.6.1 Aspecto físico: existe un encuentro en la diversión, contra la severa disciplina del trabajo o del estudio:

- Posibilita la recreación física, donde el cuerpo recobre un puesto entre los valores culturales, bajo aspectos de la salud, equilibrio físico y mental.
- Permite el desarrollo del interés por la belleza, su apreciación, estimación y el poder complementarse entre sus pares.
- Gracias a la recreación se evita el ocio, la vida sedentaria, la falta de creatividad, en especial en los niños.

1.6.2 Aspecto psicológico: Permite y favorece el desarrollo social entre personas, como por ejemplo en el trabajo, en el colegio y así crecer internamente:

- Las personas se muestran más relajadas después de haber pasado un momento agradable de recreación humana.
- El ser humano se aleja de la vida rutinaria, de esta era de tecnología.
- El hombre aprende a valorar las cosas simples de la vida, obteniendo así un buen desarrollo físico, donde hoy en día la vida se muestra monótona y alejada de la vida afable junto a la familia

El interés por las muchas formas de recreación varía según la edad, intereses, habilidad física, capacidad intelectual y deseos del individuo por cambiar. Por otro lado, algunas actividades se pueden practicar y son disfrutables a través de toda la vida.

La Recreación Física se puede experimentar por una persona mientras se encuentre sola o en un grupo grande.

En ciertas formas consiste de participaciones activas; en otras, de relajación silenciosa, escuchar u observar. Similar a la educación, la recreación es para la gente de cualquier país y de cualquier edad. El potencial de la recreación hará una vida creativa y

enriquecida, aumenta los límites del ocio. En resumen, tenemos que las formas de las actividades físico-recreativas - deportivas pueden ser:

- Juegos
- Deportes
- Música
- Bailes
- Literaturas idiomáticas y afines.
- Actividades - recreativas - deportivas de índole social.
- Actividades especiales
- Actividades de servicio a la Comunidad.
- Actividades al aire libre (campamentos, excursiones, etc.).

Dentro de la Recreación Física los Juegos Tradicionales ocupan un lugar muy importante, primero porque son parte inseparables de la cultura y las tradiciones de los pueblos, además con poco presupuesto se pueden hacer grandes proyectos, no por gusto en los años más difíciles del Período Especial Fidel dijo, "lo primero que hay que salvar es la cultura por lo que se impone la necesidad histórica, cultural e ideológica de rescatar definitivamente estos juegos.

1.7 Beneficios de la recreación infantil

“Los beneficios de la recreación como desarrollo de las dimensiones del ser humano. En lo físico genera bienestar motriz, porque a través de actividades recreativas se contribuye al desarrollo de la salud física, se adquiere y perfeccionan habilidades y destrezas básicas en los niños como: caminar, saltar, correr, trepar, lanzar, atrapar, coger

etc, esto permite un buen estado físico y mejora su calidad de vida, porque salen del sedentarismo; les permite integrarse con otras, lo que aporta a lo social con el intercambio de conocimientos, costumbres, el trabajo en equipo, el cumplimiento de normas y el respeto por el otro y ellos mismos, no importando su estrato social, al igual que a la hora de jugar” Herrera, M. Gloria, (2011 27 de Octubre), Recuperado de <http://patirecrea.blogspot.com/2011/10/beneficios-de-la-recreacion.html>)

Los beneficios de la recreación como desarrollo de las dimensiones del ser humano. En lo físico genera bienestar motriz, porque a través de actividades recreativas se contribuye al desarrollo de la salud física, se adquiere y perfeccionan habilidades y destrezas básicas en los niños como: caminar, saltar, correr, trepar, lanzar, atrapar, coger etc. Para los adultos mayores existen lugares como grupos de la tercera y el servicio de gimnasia que brindan las cajas de compensación, esto permite un buen estado físico y mejora su calidad de vida, porque salen del sedentarismo; les permite integrarse con otras, lo que aporta a lo social con el intercambio de conocimientos, costumbres, el trabajo en equipo, el cumplimiento de normas y el respeto por el otro y ellos mismos, no importando su estrato social, al igual que a la hora de jugar. Herrera, M. Gloria, (2011 27 de Octubre), de <http://patirecrea.blogspot.com/2011/10/beneficios-de-la-recreacion.html>)

El juego permite socialización de todo ser humano porque consolida patrones de comportamientos y de realización con otras personas, en los niños este es la representación simbólica del diario vivir, suelen imitar a sus padres y profesiones como. Médicos, profesores, policía etc. Al ejecutarlos los indiferentes poco a poco se acercan, los agresivos aprenden a controlarse. Los mandones se transforman en líderes, los egoístas comparten concientizándose de que no están solos, que alrededor hay más personas.

Todo esto es importante para mantener un equilibrio entre la salud física y mental lo anterior hace parte de la lúdica, ya que esta nos genera placer, como ver televisión, jugar play escuchar música, hablar por teléfono, ir al estadio etc. Vivenciándola por ser una forma de estar en la vida y relacionarse con ella, esto produce disfrute, goce y felicidad, que no necesariamente siempre lo genera el juego.

Visto desde otro punto, la lúdica es una herramienta imprescindible para el trabajo educativo porque permite estudiantes integrales y participativos no limitándose por la edad, sexo, ni condición económica.

También se puedan relacionar con los beneficios a nivel psicológico, como cambios positivos en los estados de ánimo y emociones, prevención y reducción de la de depresión, la ansiedad y el enojo.

Permite el desarrollo y el crecimiento personal: seguridad de sí mismo, humildad, liderazgo y autoconfianza.

En conclusión, la recreación la lúdica y el juego luchan por conquistar una vida significativa y valiosa, ósea una vida en la que el ser humano igualmente por tal motivo comprende los beneficios que estos poseen no solo para reforzar los estilo de vida saludables, sino a nivel biológico , educación y social.

La ley 181 llamada ley del deporte considera que la recreación es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y socialmente mediante la práctica de actividades físicas o intelectual de esparcimiento.

1.7.1 Beneficios personales

1.7.1.1 Psicológicos

- Mejor salud mental y mantenimiento de la misma
- Sentido holístico de bienestar
- Manejo del estrés (prevención, mediación y restauración)
- Catarsis
- Prevención y reducción de la depresión, la ansiedad y el enojo
- Cambios positivos en los estados de ánimo y las emociones

1.7.1.2 Desarrollo y crecimiento personal

- Autoconfianza
- Independencia
- Competencia
- Seguridad de si mismo
- Clarificación de valores
- Mejoramiento académico y del desempeño cognitivo
- Autonomía e independencia
- Sentido de control sobre la propia vida
- Humildad
- Liderazgo
- Aumento de la capacidad estética
- Aumento de la creatividad
- Crecimiento espiritual
- Adaptabilidad

- Eficiencia cognitiva
- Resolución de problemas
- Aprendizaje natural
- Conocimiento, aprendizaje y apreciación cultural e histórica
- Conocimiento y comprensión ambiental
- Tolerancia
- Competitividad balanceada
- Vida balanceada
- Prevención de problemas en jóvenes en riesgo
- Aceptación de las propias responsabilidades

1.7.1.3 Satisfacción y apreciación personal

- Sentido de libertad
- Autoactualización
- Fluidez y absorción
- Euforia
- Estimulación
- Sentido de aventura
- Desafíos
- Nostalgia
- Calidad de vida y/o satisfacción con la vida
- Expresión creativa
- Apreciación estética
- Apreciación natural

- Espiritualidad
- Cambios positivos de las emociones y el estado de ánimo

1.7.2 Psicofisiológicos

- Beneficios cardiovasculares, incluyendo prevención de ataques
- Reducción o prevención de la hipertensión
- Reducción del colesterol y los triglicéridos
- Mejor control y prevención de la diabetes
- Prevención del cáncer de colon
- Decremento de problemas dorsales
- Reducción de la grasa corporal y la obesidad y /o control de peso
- Mejoramiento del funcionamiento neuropsicológico
- Incremento de la masa esquelética y fortalecimiento en los niños
- Incremento de la fuerza muscular y mejor conexión de los tejidos
- Beneficios respiratorios (incremento de la capacidad muscular, beneficios para las personas con asma)
- Reducción de la incidencia de enfermedad
- Mejoramiento del control urinario en la vejez
- Incremento de la expectativa de vida
- Manejo de los ciclos menstruales
- Manejo de la artritis
- Mejoramiento en el funcionamiento del sistema inmune
- Reducción del consumo de alcohol y uso de tabaco

1.7.3 Beneficios sociales y culturales

- Satisfacción comunitaria
- Orgullo de la comunidad y la nación
- Conocimiento y apreciación cultural e histórico
- Reducción de la alienación social
- Compromiso comunitario y político
- Identidad étnica
- Vinculación social, cohesión y cooperación
- Resolución de conflictos y armonía
- Desarrollo comunitario en un ambiente de toma de decisiones
- Soporte social
- Soporte democrático ideal de libertad
- Vinculación familiar
- Reciprocidad y compartir.
- Movilidad social
- Integración comunitaria
- Nutrirse de otros
- Comprensión y tolerancia de otros
- Medioambiente de conocimiento y sensibilidad
- Mejor visión del mundo
- Socialización y culturización
- Identidad cultural
- Continuidad cultural

- Prevención de problemas sociales para jóvenes en riesgo
- Beneficios para el desarrollo de los niños

1.7.4 Beneficios económicos

- Reducción de los costos de salud
- Incremento de la productividad
- Menos ausentismo en el trabajo
- Reducción de los accidentes de trabajo
- Decremento de las rotaciones en el trabajo
- Balance monetario internacional por el turismo
- Crecimiento económico local y regional
- Contribuciones al desarrollo económico nacional

1.7.5 Beneficios medioambientales

- Mantenimiento de infraestructura física
- Administración y preservación de opciones
- Agricultura y mejoramiento de las relaciones con el entorno natural
- Ética medioambiental
- Compromiso público con los temas del medioambiente
- Protección ambiental
- Sostenibilidad del ecosistema
- Diversidad de las especies
- Mantenimiento de los laboratorios científicos naturales
- Preservación de las áreas naturales
- Preservación de la cultural, la herencia, y los sitios y áreas históricas

1.8 Tipos de recreación

La recreación puede ser activa o pasiva. La recreación activa implica acción, dicese en específico de la persona que mientras presta unos servicios disfruta de los mismos.

Mientras la recreación pasiva ocurre cuando el individuo recibe la recreación sin cooperar en ella, porque disfruta de la recreación sin oponer resistencia a ella. Por ejemplo, ir al cine. Por el otro lado, los campamentos estimulan las posibilidades físicas e intelectuales del joven.

- ❖ **Juegos:** Estos juegos pueden ser desarrollados en cada uno de los deportes individuales y colectivos. Entre estos juegos tenemos los tradicionales (fútbol, voley, tenis de mesa, etc.) los predeportivos, los intelectuales y los sociales.
- ❖ **Expresión cultural y social:** Se encargan de la elaboración de objetivos creativos, representaciones y organización de equipos a través de los clubes deportivos y recreativos.
- ❖ **Vida al aire libre:** Son actividades que se desarrollan en un medio natural, permitiendo la integración del individuo con la naturaleza, preservando los recursos naturales y haciendo buen uso del tiempo libre. Sus características son: parques recreacionales y monumentos naturales, arreglo del morral y carpas, conservación y reforestación, conocimiento de las características y equipos para excursiones y campamentos.

1.9 El juego recreativo

El juego es una actividad inherente al ser humano. Todos nosotros hemos aprendido a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, material, social y cultural a través del juego. Se trata de un concepto muy rico, amplio, versátil y ambivalente que implica una difícil categorización. Etimológicamente, los investigadores refieren que la palabra juego procede de dos vocablos en latín: "iocum y ludus-ludere" ambos hacen referencia a broma, diversión, chiste, y se suelen usar indistintamente junto con la expresión actividad lúdica.

El juego es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes, en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa. Los juegos normalmente se diferencian del trabajo y del arte, pero en muchos casos estos no tienen una diferenciación demasiado clara.

Normalmente requieren de uso mental o físico, y a menudo ambos. Muchos de los juegos ayudan a desarrollar determinadas habilidades o destrezas y sirven para desempeñar una serie de ejercicios que tienen un rol de tipo educacional, psicológico o de simulación.

El juego es una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de -ser de otro modo- que en la vida corriente.

Gutton, P (1982) afirma: “Es una forma privilegiada de expresión infantil”.
Cagigal, J.M (1996) afirma: “Acción libre, espontánea, desinteresada e intrascendente que se efectúa en una limitación temporal y espacial de la vida habitual, conforme a 14 determinadas reglas, establecidas o improvisadas y cuyo elemento informativo es la tensión”.

Estos y otros autores como Roger Callois, Moreno Palos, etc. incluyen en sus definiciones una serie de características comunes a todas las visiones, de las que algunas de las más representativas son:

- El juego es una actividad libre: es un acontecimiento voluntario, nadie está obligado a jugar.
- Tiene un carácter incierto. Al ser una actividad creativa, espontánea y original, el resultado final del juego fluctúa constantemente, lo que motiva la presencia de una agradable incertidumbre que nos cautiva a todos.
- Es una manifestación que tiene finalidad en si misma, es gratuita, desinteresada e intrascendente. Esta característica va a ser muy importante en el juego infantil ya que no posibilita ningún fracaso.
- Es una actividad convencional, ya que todo juego es el resultado de un acuerdo social establecido por los jugadores, quienes diseñan el juego y determinan su orden interno, sus limitaciones y sus reglas. Amán, Torres. Libia Cristina, (2013). Los Juegos Recreativos y su influencia en el desarrollo psicomotor en los niños de seis meses a dos años del Centro de Desarrollo Infantil “Creciendo Felices” de la

ciudad de Ambato año Lectivo 2008 – 2009. Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.

Capítulo II

Área Motriz Gruesa

2.1 Concepto.-

Para describir el desarrollo del movimiento del recién nacido se divide en motricidad gruesa y motricidad fina. El área motricidad gruesa tiene que ver con los cambios de posición del cuerpo y la capacidad de mantener el equilibrio. La motricidad fina se relaciona con los movimientos finos coordinados entre ojos y manos. Se define motricidad gruesa como la habilidad que el niño va adquiriendo, para mover armoniosamente los músculos de su cuerpo, y mantener el equilibrio, además de adquirir agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos. El ritmo de evolución varía de un sujeto a otro (pero siempre entre unos parámetros), de acuerdo con la madurez del sistema nervioso, su carga genética, su temperamento básico y la estimulación ambiental. Este desarrollo va en dirección cefalo-caudal es decir primero cuello, continúa con el tronco, sigue con la cadera y termina con las piernas. Armijos, Magalita. (2012, 30 Agosto) de <http://es.scribd.com/doc/130413234/Normas-Apa-2013>)

Se considera dentro de los parámetros naturales:

- § El control cefálico a los 2 meses.
- § Sed estación a los 6 meses.
- § Gateo a los 9 meses, aunque no siempre se gatea antes de andar.
- § Bipedestación a los 10 meses.

§ De ambulaci3n a las 12 meses.

Debemos alarmarnos cuando:

§ No control cef3lico a las 4 meses

§ No sed estaci3n a las 9 meses

El seguimiento de la Motricidad Gruesa es de vital importancia en el desarrollo integral del ni1o. La motricidad gruesa es aquella relativa a todas las acciones que implican grandes grupos musculares, en general, se refiere a movimientos de partes grandes del cuerpo del ni1o o de todo el cuerpo

As3 pues, la motricidad gruesa incluye movimientos musculares de: piernas, brazos, cabeza, abdomen y espalda. Permitiendo de este modo: subir la cabeza, gatear, incorporarse, voltear, andar, mantener el equilibrio...etc

La motricidad tambi3n abarca las habilidades del ni1o para moverse y desplazarse, explorar y conocer el mundo que le rodea y experimentar con todos sus sentidos (olfato, vista, gusto y tacto) para procesar y guardar la informaci3n del entorno que le rodea.

As3 pues, el 3mbito de la motricidad est3 relacionado, mayormente, con todos los movimientos que de manera coordinada realiza el ni1o con peque1os y grandes grupos musculares, los cuales, son realmente importantes porque permiten expresar la destreza adquirida en las otras 3reas y constituyen la base fundamental para el desarrollo del 3rea cognitiva y del lenguaje.

Su evolución a lo largo de la etapa de Nivel Inicial debe ser cuidadosamente documentada, pues a partir de esto se podrá informar a la familia de las capacidades y dificultades de sus hijos, así como sus progresos.

Las habilidades motoras gruesas designan el movimiento de la cabeza, del cuerpo, de las piernas, de los brazos y de los músculos grandes. Quizás el cambio más importante para el niño y sus padres es la aparición de las habilidades de locomoción. Su ambiente se amplía una vez que se puede desplazar sin ayuda. El gateo suele comenzar de los 8 a los 10 meses de edad. A los 13 meses algunos niños pueden subir los peldaños de las escaleras, pero les cuesta mucho trabajo descender. (Meece, Judith L, 2000, p.70)

2.2 Motricidad gruesa en el nivel inicial

Su evolución a lo largo de la etapa de Nivel Inicial debe ser cuidadosamente documentada, pues a partir de esto se podrá informar a la familia de las capacidades y dificultades de sus hijos, así como sus progresos. Esta Evaluación debe ser realizada al principio (evaluación inicial), durante el proceso (evaluación formativa) y al final del proceso de aprendizaje del niño (evaluación final). Fassari Paula (2010, 7 de Noviembre), de <http://psicoaprendizajes.wordpress.com/tag/motricidad-gruesa/>

Se constituye de esta manera en una herramienta muy útil para reflexionar acerca de sus progresos, modificando el docente lo que sea necesario durante el mismo.

2.2.1 Estimulación del área de motricidad gruesa

Control cefálico

Arrastrarse y gatear

Volteos	Ponerse de pie y caminar
Sentarse	Subir y bajar escaleras, correr y saltar

El área motora, en general, hace referencia al control que se tiene sobre el propio cuerpo. Se divide en dos áreas: por un lado, la motricidad gruesa, que abarca el progresivo control de nuestro cuerpo: el control de la cabeza boca abajo, el volteo, el sentarse, el gateo, el ponerse de pie, el caminar, el correr, subir y bajar escaleras, saltar. Por otro lado, está la motricidad fina, que hace referencia al control manual: sujetar, apretar, alcanzar, tirar, empujar, coger.

2.2.2 Control cefálico

El primer objetivo que se plantea el área de motricidad gruesa, es el control cefálico o de la cabeza porque, debido a su hipotonía, les cuesta más levantarla. Y se comprende lo importante que es mantener erguida la cabeza para ir dominando el entorno.

Existen ciertas posturas en las que el control cefálico es más fácil, así como otras que lo favorecen.

Los bebés pasan la mayor parte del tiempo echados. Cuando estén echados boca arriba, es importante que el niño esté lo más recto posible y con la cabeza en la línea media. Si no es capaz de mantener la cabeza recta, se le puede poner algo para sujetarla, aunque es importante que tenga posibilidad de movimiento. Así se evitan posturas que crean deformidades o malos hábitos.

En general, el niño debe estar echado en su cuna despierto el menor tiempo posible, ya que cuando no duerme, es mejor que esté en el suelo o en brazos de su madre jugando. Pero lo importante es que si está en su cuna o en su cochecito, se le proporcionen objetos para que pueda verlos y tratar de girar la cabeza hacia ellos.

Al bebé se le puede ayudar a controlar su cabeza, y otros músculos, colocándole boca arriba y tirando de él hacia la posición de sentado. Es como el juego de "Aserrín, aserrán". Al principio su cabeza oscilará mucho, y no seguirá al resto del cuerpo. Por eso, se debe comenzar tirando de sus hombros, hasta colocar su tronco a 90 grados respecto a sus caderas y piernas. Para facilitar la sujeción de la cabeza, se le ayudará con pequeñas sacudidas, y sin permanecer demasiado tiempo en esta posición, sino que sean más bien suaves subidas y bajadas. A medida que va controlando más su cuello, se continuará tirando de los brazos y de las manos.

A pesar de las indicaciones actuales de muchos pediatras acerca de los peligros de estar boca abajo, lo cierto es que esta postura tiene multitud de beneficios para la adquisición del control cefálico. Sin embargo, es importante que cuando el bebé esté boca abajo, nos aseguremos que su cara está descubierta, para que pueda respirar con facilidad.

Los niños tienen más facilidad para levantar la cabeza en posición decúbito prono (boca abajo). Ya sea echado sobre el suelo o sobre otra superficie, se puede jugar enseñándole algún objeto, de manera que levante la cabeza para ver de qué se trata. También se le puede tumbar en el borde de una cama o sujetar al bebé por el vientre, y hacer que levante la cabeza y el tronco. Si el bebé tiene dificultades, se puede estimular la

parte de atrás del cuello, las cervicales, dando pequeños masajes o pellizquitos, para que levante la cabeza con el fin de quitarse ese estímulo molesto.

Otra variedad, que también favorece el control cefálico, es la de colocarnos en el suelo, tumbados boca arriba con las piernas flexionadas, y colocar al niño sobre ellas, sujetándole para que no se caiga. Se favorece el fortalecimiento de sus músculos, así como su equilibrio.

También se puede colocar un rodillo (existen rodillos hinchables en el mercado), una toalla enroscada o una cuña bajo el estómago y caderas del niño. En esta posición, se le puede animar y llamar su atención para que levante la cabeza, el cuello y los hombros.

Se variarán estas posiciones con la de echado de lado, muy beneficiosa también para estimular el sentido del equilibrio. Apoyado en una toalla, o en el lateral de la cuna o del cochecito, se le pueden mostrar objetos para que trate de agarrarlos o alcanzarlos. Es importante vigilar al niño, ya que puede ser que pase de la posición de lado a la de boca abajo y que su cara quede pegada a la cuna.

Poco a poco será capaz de levantar la cabeza, los hombros y el pecho. Una vez que consigue esto, estará preparado para darse la vuelta.

2.2.3 Volteos

El siguiente objetivo es el volteo. Su importancia radica en que, además de favorecer el control del cuerpo y del equilibrio, es uno de los indicadores de la curiosidad

del niño y su motivación por descubrir nuevas sensaciones y por trasladarse de un sitio a otro.

Los primeros cambios de posición van de la posición de lado a la de boca arriba o boca abajo. Más adelante pasará de boca abajo a boca arriba y viceversa, para terminar rodando.

En ocasiones se debe animar al bebé a realizar estos movimientos. Para comenzar a llamar su atención sobre esta posibilidad motora, se puede colocar al niño sobre una colchoneta sujeta por dos adultos, que la inclinarán hacia los lados, de manera que el niño ruede por ella. También se le enseñarán objetos que hagan que el niño eleve su cuello y hombros, y poco a poco se va moviendo el objeto para que el niño, al seguir estos movimientos, se vaya girando y termine por darse la vuelta. Por último, se puede facilitar el volteo colocando una de sus piernas a la altura del otro muslo, de manera que su cadera vaya girando y haga que a ésta siga el resto del cuerpo. Poco a poco el niño irá haciéndose más activo en estos movimientos, y la ayuda de los adultos irá disminuyendo.

En general, es importante que el niño se encuentre en la misma habitación en la que está su familia para que, al oír o ver al resto de las personas, trate de moverse para observar lo que está ocurriendo.

2.2.4 Sentarse

Cuando un niño es capaz de sentarse, su perspectiva del mundo cambia. Las cosas no son iguales vistas cuando se está echado que cuando se está sentado. Además, se

tiene más control del cuerpo, más equilibrio y las posibilidades de manipular objetos se multiplican.

Sin embargo, para que un niño se siente, es necesario que haya vivido una serie de experiencias en momentos anteriores de manera atractiva y que no tenga miedo.

Es importante no tratar de sentar al niño antes de que esté preparado. Así, se evitará incorporar al niño tanto que su cabeza caiga hacia delante o que su espalda esté en una mala postura. El apoyo debe, por el contrario, ir disminuyéndose y se le llevará a posiciones más verticales a medida que vemos que va sosteniendo el peso de su cuerpo.

No obstante, el otro extremo tampoco es del todo adecuado; es decir, si el niño es capaz de mantenerse sentado con un pequeño apoyo en las caderas, no debe abusarse de posturas en las que esté tumbado totalmente sobre el respaldo de una silla o sobre el vientre de su madre, ya que así no se favorecería un control que ya ha adquirido, y no se facilita el paso a fases posteriores.

Los ejercicios de llevar al niño a la posición de sentado, comentados en el apartado del control cefálico, son ahora muy adecuados, ya que favorecen la sedestación.

Para favorecer el equilibrio, así como los reflejos de paracaídas, se colocará al niño sentado, apoyado sobre sus manos, poniendo éstas tanto entre las piernas como a ambos lados, a la vez que le empujamos suavemente. Se pretende que mantenga el equilibrio, y que desencadene reflejos que evitarán caídas. Si aún se le cae la cabeza hacia adelante, se le colocará una de nuestras manos en el pecho. A pesar de las ventajas de esta

posición, en general hay que recordar sentar al niño con las piernas juntas y la espalda recta.

A medida que el niño se mantenga sentado, se le debe colocar en una silla que le permita tener las piernas colgando y juntas, ya que facilita los movimientos del tronco y le permite alcanzar los objetos que desee más fácilmente. Además, si se le estimula para que se incline hacia delante para alcanzar un objeto, se fortalecen también los músculos de las piernas al cargar con el peso del cuerpo.

2.2.5 Arrastrase y gatear

La importancia de estas nuevas adquisiciones estriba en una diferente coordinación de las cuatro extremidades, así como en la capacidad de desplazarse de un lugar a otro, con el consiguiente aumento de sus experiencias.

En los niños la variedad del modo de desplazamiento es muy grande. Algunos niños se arrastran antes de gatear, otros gatean hacia atrás y otros se desplazan sentados.

Si bien es importante una adecuada adquisición del gateo, es más importante saber que algunos niños no gatean. Lo fundamental desde el punto de vista de su desarrollo global es que el niño se desplace, del modo que sea, y que sienta interés por su entorno. Y es ésta la primera prioridad: facilitarle estímulos que llamen su atención y despierten su curiosidad.

Independientemente de esto, algunos ejercicios pueden favorecer el movimiento: el arrastrarse puede fomentarse empujando los talones del bebé, alternando

ambos pies, para que gracias a un reflejo existente en los primeros meses el niño se desplace; también se le puede ayudar a sujetar el peso de su tronco sobre sus rodillas y codos al principio, y más tarde manos, de manera que poco a poco vaya teniendo fuerza para mantenerlo por sí solo. Si no tiene suficiente fuerza en los brazos, el juego de la carretilla es adecuado: primero se sujeta al niño por la cintura, y después por los muslos y pies, y se avanza lentamente para que adquiera tono en los brazos y se desplace.

El niño da pruebas de una “actividad desbordante”. No puede estar quieto ni un instante. El gateo le permite descubrir el mundo que le rodea. Quiere tocarlo todo, todo le llama la atención, es momento de localizar los peligros potenciales que hay en la casa (cables de electricidad, productos de limpieza, tomas de corriente...) y protegerlos. (Arguello A, Myriam, 2010, p.95)

Otras alternativas son jugar con un rulo, o colocarle una sábana o toalla debajo del abdomen para que separe el tronco del suelo. Cuando se mantiene en esta posición, se le puede balancear de atrás adelante, para que adquiera confianza y seguridad en esta posición. Poco a poco irá desplazando sus extremidades para alcanzar el objeto que desea. Por último, algunos niños tienen más facilidad al gatear subiendo escaleras. Esta actividad es óptima para alcanzar patrones adecuados de movimiento y de equilibrio.

2.2.6 Ponerse de pie y caminar

Entre los 10 y 15 meses el niño comienza a caminar. Como su cabeza y su tronco son más grandes que las piernas, camina con las piernas separadas y con las puntas

de los pies hacia adentro para alcanzar el equilibrio. En esta edad sus pasos son cortos e inseguros y se balancea de un lado a otro (Meece, Judith L, 2000, p. 71)

El siguiente gran objetivo en este área es la deambulaci3n, es decir, el caminar. Para ello, el ni1o debe obtener un alto nivel de equilibrio, as3 como vencer el peso de su cuerpo, siendo necesario pasar por una serie de fases previas.

Una de ellas suele ser el ponerse de rodillas. Se puede ayudar al ni1o coloc3ndole sobre sus rodillas mientras le sujetamos por las caderas, y apoyando sus manos sobre una mesa baja o sobre una cama o silla peque1a. Una vez aqu3, le mostramos objetos que se muevan o llamen su atenci3n. As3 se mantendr3 en esta posici3n fortaleciendo sus m3sculos y ganando seguridad. Es importante que sus rodillas, hombros y caderas est3n en buena posici3n, y sus piernas juntas.

Una vez que consigue mantenerse de rodillas apoyado sobre algo (una mesa, por ejemplo), se le ayudar3 a pasar a estar de pie. Si ni lo hace solo, se le flexiona una pierna y se le ayuda a levantarse. Es importante que la fuerza la vaya haciendo el ni1o con los m3sculos de sus piernas, y que 3stas est3n cada vez m3s firmes, no ejerciendo la fuerza 3nicamente con los brazos. Tampoco se debe tener prisa en ponerle de pie. M3s bien es el ni1o el que tendr3 iniciativa, cuando se considere preparado. Si se le "fuerza" a ponerse de pie antes de que sus piernas y pies est3n preparados, se corre el riesgo de desarrollar patrones incorrectos, como los pies hacia dentro o las piernas arqueadas.

Cuando el ni1o se ponga de pie en su cuna, o en el parque o apoyado en una mesa o silla, pronto comenzar3 a dar los primeros pasos, lateralmente y apoyado. A veces

los niños con síndrome de Down sienten inseguridad al desplazarse de este modo. Para animarle, se le mostrarán objetos que le inciten a desplazarse tanto sobre la superficie de apoyo como sobre el suelo, para que trate de cojerlos poniéndose en cuclillas. El agacharse y levantarse son ejercicios muy buenos para fortalecer los músculos de las piernas y del tronco.

Queda ahora el gran paso: de la marcha con ayuda a la marcha independiente. Este es un cambio muy importante, porque para conseguirlo se debe mantener el peso de todo el cuerpo sobre una única pierna, y trasladarlo a la siguiente a la vez que se impulsa hacia delante.

Tampoco ahora conviene adelantarse a la maduración del niño. Cuando comience a dar los primeros pasos, no se deben sujetar los brazos del niño por encima de los hombros. La marcha se incitará animando al niño a que pase de un mueble a otro o haciendo que vaya hacia un adulto a agarrar sus manos. Más adelante, se pueden usar corre pasillos pero del tipo que el niño los empuja al caminar. No se recomiendan en estas etapas los del tipo que el niño se sienta en ellos y se desplaza sentado, o los taca tacas, porque en ellos el niño no mantiene el peso de su cuerpo sobre las piernas, y además para trasladarse con ellos debe tener las piernas y los pies separados.

Cabe recordar de nuevo la importancia de corregir patrones incorrectos, como mantener las piernas separadas, las rodillas hacia fuera y los pies planos sobre el suelo, o arrastrándolos.

2.2.7 Subir y bajar escaleras, correr y saltar

Todas ellas son actividades que exigen un gran sentido del equilibrio y una gran seguridad y confianza en uno mismo.

A menudo a los niños les gusta subir a los muebles, a los sofás, y avanzar sobre escalones. Se debe dejar que los niños realicen todas estas actividades, muy beneficiosas para ellos y además divertidas. Lo importante es que las lleven a cabo con supervisión, que no es lo mismo que con sobreprotección.

Al principio los niños suben las escaleras gateando, y las bajan del mismo modo o sentados. A medida que el niño adquiere control en la marcha, se comenzará a subir las escaleras de la mano de un adulto y agarrados a la barandilla. Esta ayuda debe ir disminuyendo poco a poco, aumentando la autonomía del niño. En cuanto a bajarlas, suele ser más difícil, y a veces da un poco de miedo, pero el proceso es el mismo. Ni que decir tiene que este aprendizaje debe tomarse como un juego relajado.

Respecto a la carrera, es importante corregir, al igual que en la marcha, patrones incorrectos. Para ello, algunas actividades interesantes son subir y bajar escalones, pisar con fuerza y pasar sobre obstáculos, como una cuerda; caminar de puntillas también es beneficioso, entre otras cosas para los músculos gemelos; se puede incitar al niño a hacerlo, y animarle a que coja objetos situados en lugares altos.

Por último, los saltos son otra meta a conseguir para el adecuado desarrollo motor, si bien sabemos los niños tardan en alcanzarlos. Su importancia no estriba únicamente en conseguir el salto en sí, sino de fomentar en el niño el gusto por las

actividades y juegos que implican movimiento. A veces, a los niños les gustan más las actividades reposadas, pero esta preferencia puede ser consecuencia de malas experiencias en actividades de movimiento o de frustraciones por fracasos en este tipo de juegos. Jugar a saltar con otros es una actividad que suele gustar, así como bailar y cualquier actividad que implique moverse.

2.2.8 La Maduración Espacial

Es un aspecto importante para el desarrollo de la motricidad gruesa. A partir de las experiencias del niño en su medio, éste empieza a comprender el espacio y a tener la posibilidad de orientarse en él. Ésta le permite realizar una representación mental del propio cuerpo en el espacio, relacionando movimiento, la comprensión del cuerpo y el análisis del espacio.

La adquisición y control de la motricidad gruesa, se logra gracias a la maduración espacial y con el desarrollo del dominio corporal dinámico y estático. El dominio corporal dinámico consta de la coordinación general, coordinación viso-motriz, equilibrio dinámico y ritmo, y el dominio corporal estático del equilibrio estático, la tonicidad y el autocontrol.

2.2.9 Dominio corporal dinámico

Es la habilidad adquirida de controlar las diferentes partes del cuerpo y moverlas voluntariamente. Éste permite el desplazamiento y la sincronización de movimientos. Aspectos como la coordinación, la coordinación viso-motriz y el equilibrio dinámico hacen parte de este dominio corporal dinámico.

2.2.10 Coordinación

Ésta deja al niño encadenar y asociar patrones motores en un principio independientes para formar movimientos compuestos. Ésta permite que se puedan desencadenar una serie de conductas automatizadas ante un determinado tipo de estímulo. Al lograr automatizar la respuesta motora, disminuye el tiempo de reacción y de ejecución, produciendo una liberación de la atención y la posibilidad de concentrarse en aspectos menos mecánicos y más relevantes en acción. Un ejemplo de esto, es cuando un niño sube por unas escaleras cantando o pensando en otras cosas.

La coordinación viso-motriz hace parte de la coordinación general, e implica la coordinación de manos y pies con la percepción visual del objeto estático mientras se está en movimiento. La coordinación de las extremidades inferiores junto con la visión se denomina coordinación viso-pédica.

Actividades como la marcha, correr, saltar, rastrear y trepar, son propias de la coordinación.

2.1.11 Marcha

Empieza al segundo año de vida. A los 12 meses el niño ya es capaz de caminar de una mano, algunos incluso sosteniendo un objeto en la otra mano al mismo tiempo. Consigue mantenerse de pie durante unos momentos. La mayoría de los niños son capaces de andar solos, pueden dar algunos pasos, detenerse y reemprender la marcha. Es

capaz de trepar una silla, a los 24 meses puede correr sin caerse, dar patadas a un balón y caminar calle abajo sin vigilancia. (Pedagogía y Psicología Infantil, Cultural S.A., 2001, Madrid – España.)

Esta implica el desplazamiento del cuerpo por el espacio. Los desplazamientos son toda la progresión de un punto a otro del espacio, utilizando como medio el movimiento corporal total o parcial. Dentro de los desplazamientos se pueden destacar algunos factores que desde el punto de vista educativo tienen gran importancia como lo son el inicio del movimiento, la velocidad adecuada del desplazamiento, los cambios de dirección, las paradas y la duración de la ejecución. Los desplazamientos se distinguen en seis tipos: adelante, atrás, lateral, diagonal adelante, diagonal atrás y pasos cruzados. Por otra parte, éstos pueden ser naturales, es decir, que se dan por la necesidad de utilizar determinados objetos del medio y los contruados, los últimos son aquellos que se elaboran con un objetivo prefijado y que se derivan de los naturales.

2.2.12 Correr

Para correr es necesaria la adquisición y desarrollo de los mismos factores y elementos que la marcha, sin embargo a cada uno se debe añadir algo más de tensión muscular, de velocidad, de maduración, y de fuerza. A partir de los dos años, correr será una actividad corriente para el niño, aunque tenga problemas para detenerse o realizar giros. Luego a los cuatro años, el dominio de la actividad motora le permitirá mejorar y controlar las partes que componen cuando se corre, como los son la partida, cambios de dirección, aceleración y parada.

2.2.13 Salto

Éste aparece de manera espontánea al dar un paso hacia arriba y delante con ambos pies o por separado. Una vez el niño adquiere la habilidad física para correr, también adquiere la capacidad necesaria para saltar, es decir, cuando al correr se impulsa hacia arriba y hacia delante con un pie y cae sobre el otro, cumple con los requisitos mínimos para saltar bien. El niño puede saltar con los pies juntos una determinada longitud, con una fase muy corta de vuelo y cayendo sobre los dos pies, esta distancia recorrida en el salto progresa con la maduración física y el incremento de la fuerza muscular. La técnica del salto mejora al saltar tomando impulso con un pie y en carrera, esta mejora necesita de mayor fuerza y de una mayor coordinación neuromuscular. El salto en altura aparece a partir de los dos años, donde el niño ejecuta un movimiento bastante tosco que consiste en levantar un pie antes que el otro. Luego a los tres años aparece el salto con los pies juntos a la vez. A los seis años la altura del salto puede ser de unos 20 a 30cm.

2.2.14 Rastrear

Implica desplazarse con todo el cuerpo en contacto con el suelo, apoyándose en los codos y haciendo arrastrar el cuerpo. Es una actividad que solo se logra dominar totalmente hasta los 8 años, por esto es importante ejercitarla desde muy pequeños.

2.2.15 Tregar

Implica la utilización e integración de brazos y piernas para subir a algún lugar, esto se debe realizar en espacios que no presenten peligro para el niño y hay que presentarle objetivos interesantes de alcanzar para motivarlos a realizar esta actividad.

2.2.16 Equilibrio dinámico

Es otro aspecto importante del dominio motor grueso, éste es la capacidad de mantener diversas posiciones; sin moverse en caso del equilibrio estático, y durante el desplazamiento del cuerpo en el caso del equilibrio dinámico. El equilibrio es el eje fundamental de la independencia motora, que se desarrolla la etapa infantil. Esta es una habilidad motriz compleja para la cual es necesario el desarrollo de mecanismos nerviosos que posibilitan el control postural. Fisiológicamente el equilibrio depende del buen funcionamiento de los receptores auriculares, cutáneos y musculares (situados en el oído y las plantas de los pies), los cuales proporcionan una información acerca de la posición del cuerpo.

Posteriormente, los centros de tratamiento de esa información (situados en el cerebelo), codificarán y decodificarán los datos para transmitirlos a los circuitos neuromusculares, articulaciones y músculos, que son los encargados de generar la respuesta motora. Sin embargo sólo a partir de los 4 y hasta los 6 años, el niño conseguirá desprenderse de la dependencia de las sensaciones visuales para ceder el control del equilibrio a receptores directos como lo es el pie y el tobillo.

El equilibrio dinámico es más complejo por lo que comienza a controlarse a partir de los 5 años y este proceso puede alargarse hasta los 12 ó 13 años, donde se logra el completo control. El desarrollo de este incide en el aumento considerable de la habilidad y destreza de actividades motoras que suponen un desplazamiento corporal o el mantenimiento de una posición durante diversos espacios y tiempos.

Dominio corporal estático

Se refiere a todas las actividades motrices que permiten interiorizar el esquema corporal; este se apoya principalmente en el equilibrio estático, el tono muscular, la respiración y la relajación.

2.2.17 Equilibrio estático

El control del equilibrio estático es la capacidad de mantener una posición sin moverse; inicia al final del primer año de vida, luego de que el niño sea capaz de mantenerse en pie por sí solo. Accederá el autocontrol del equilibrio estático a partir de los 5 años y finalmente se completará a los 9 ó 10 años de edad.

2.2.18 Tono muscular

Para lograr un acto motor voluntario es necesario tener control sobre la tensión de los músculos que intervienen en el movimiento que se desea hacer, En todo movimiento los músculos del cuerpo participan, algunos se activan (aumentando su tensión) y otros permanecen pasivos (relajando su tensión). Esto se puede realizar gracias al tono muscular, el cual es responsable de toda acción corporal, permite la adquisición del

equilibrio estático y dinámico, y ayuda en el control postural. Como se explicó anteriormente, la calidad del tono se expresa a través de: la extensibilidad muscular, la motilidad y el relajamiento muscular, que puede ser hipotónico (relajado) e hipertónico (rígido).

2.2.19 Respiración-relajación neuromuscular

La relajación es la distensión voluntaria del tono muscular, esta puede realizarse de forma segmentaria, es decir donde se relaja solo una parte del cuerpo, o puede hacerse de manera general, donde se incluye todo el cuerpo. Para lograr la relajación, es necesaria la realización de actividades respiratorias de inspiración y expiración.

Desarrollo motricidad 0 a 3 años

Presentamos una síntesis del desarrollo evolutivo en el área de la motricidad, a partir de las escalas evolutivas de desarrollo del motor y de las teorías, enfoques y modelos más significativos que estudian el desarrollo motor teórico y funcional (desarrollo esquema corporal y neuromotor) y el uso y funcionalidad de la motricidad temprana, desde las perspectiva pediátrica, neuropediátrica y psicológica.

Motricidad gruesa:

Entre 0 y 8 meses

- Sostiene y levanta él solo la cabeza, tumbado boca abajo
- Sentado y control de la cabeza
- Tumbado en el suelo da vueltas sobre el estómago (inicia el movimiento)

Entre los 8 y los 10 meses

- Sentado y se levanta solo apoyándose y se pone de pie
- Gatea (unos gatean a otros no les gusta)

Entre los 9 y 18 meses

- Anda con apoyo o solo
- Gatea rápido (si les gusta gatear)

A partir de los 24 meses hasta los 3 años

- Anda con soltura sin tropezarse mucho
- Inicia los pasos rápidos: correr
- Sube escaleras agarrado y solo
- Corre y tropieza al correr pero con armonía, sin mucha torpeza
- Salta: Inicia el salto con los dos pies juntos en superficie plana y con altura pequeña y ayuda

Atención-Posible alarma

- No sostiene la cabeza o le tambalea en exceso
- Rigidez en la cabeza y tronco, aunque sea mínima
- Tarda en andar: se acerca a los 15 meses y se sostiene de pie pocas veces
- Andar torpe: A partir de los 30 meses es evidente

Específicamente se observan las siguientes adquisiciones en el desarrollo motor:

- ! Al cumplir un año de edad se puede mantener de pie durante ratitos pequeños y camina con ayuda.
- ! Cuando tiene un año y medio ha conseguido andar y puede subir escalones con ayuda. Toca todo, se agacha y es capaz de levantarse y sentarse sólo en una silla.
- ! Cuando tiene 2 años aparece la carrera y puede saltar con los dos pies juntos. Se puede poner en cuclillas, sube y baja las escaleras apoyándose en la pared.

En la motricidad intervienen los siguientes elementos:

- ¶ Percepción.
- ¶ Esquema corporal.
- ¶ Tiempo.
- ¶ Espacio.
- ¶ Lateralidad

Capítulo III

2. Guía y aplicación de actividades de recreación infantil para niños de 1 a 2 años de edad.

3.1 Concepto

Es un instrumento elaborado e impreso con orientación técnica para el estudiante, que incluye toda la información necesaria para el correcto uso y manejo provechoso del texto, para integrarlo al complejo de actividades de aprendizaje significativo.

La guía didáctica debe aprovechar al estudiante a decidir, que, como, cuando y con ayuda de que, estudiar los contenidos de un curso, a fin de mejorar el aprovechamiento del tiempo disponible y maximizar el aprendizaje y su aplicación.

Las guías en el proceso de enseñanza aprendizaje son una herramienta más para el uso del alumno que como su nombre lo indican apoyan, conducen, muestran un camino, orientan, encausan, tutelan, entrenan, etc. como vemos muchos sinónimos en cada sinónimo vemos un matiz distinto. Cada palabra es parecida, pero el objetivo es diferente.

Existen diversos tipos de guías y por lo tanto responden a objetivos distintos, los cuales el docente debe tener muy claros al escoger este medio; por ejemplo existen:

- ✓ guías de motivación
- ✓ guías de aprendizaje
- ✓ guías de comprobación
- ✓ guías de síntesis
- ✓ guías de aplicación
- ✓ guías de estudio
- ✓ guías de lectura
- ✓ guías de observación: de visita, del espectador, etc.
- ✓ guías de refuerzo
- ✓ guías de nivelación
- ✓ guías de anticipación
- ✓ guías de reemplazo, etc.

3.2 Elaboración de la guía de actividades recreativas.

3.2.1 Introducción

En el presente documento encontraremos un conjunto de ejercicios recreativos infantiles para estimular tanto el área motriz gruesa de los niños(as) de los niños de 1 a 2 años de edad, respetando los diferentes momentos evolutivos. Este documento resultará ser muy importante en el futuro de la educación infantil en lo que respecta a la intervención con niños de 1 a 2 años de edad.

Este material puede ser utilizado por el profesor que presta sus servicios a la comunidad; permitirá de igual manera, adquirir habilidades para el desarrollo de actividades o ejercicios recreativos para niños y niñas como medio para impulsar el crecimiento personal y social.

Los materiales didácticos y juegos recreativos que se proponen en este documento tienen una intención pedagógica definida, coherente con la propuesta curricular vigente. han sido elaborados, como una alternativa, para dotar a centros y programas especiales de educación inicial, de recursos pedagógicos viables que contribuyan a la formación integral de los niños y niñas de 1 a 2 años hablantes de lenguas originarias. los materiales y juegos recreativos facilitan y optimizan el desarrollo de actividades, en las cuales se les brinda oportunidades a los educadores para experimentar, indagar, construir y apropiarse de nuevos saberes, garantizando aprendizajes significativos.

3.3 Objetivos

La realización de este conjunto de ejercicios persigue los siguientes objetivos:

- ❖ Ayudar al niño a desarrollar su área motriz gruesa a través del juego, realizando actividades o ejercicios recreativos.
- ❖ Utilizar estos ejercicios con el fin de desarrollar en los niños su área motriz gruesa. es decir puedan desenvolverse por sí solos y respeten a los demás.
- ❖ Fomentar la socialización , la interacción, el dominio y control de su cuerpo
- ❖ Educar al niño a través del juego, desarrollando capacidades e intereses, orientando a los niños de acuerdo a sus necesidades y aptitudes.
- ❖ Favorecer el desarrollo área motriz gruesa por medio de actividades recreativas.

3.4 Metodología

- Partiremos del momento evolutivo de cada uno de los niños, impulsando la adquisición de aprendizajes significativos.
- Se promoverá ejercicios recreativos para el desarrollo del área motriz gruesa de los niños por medio de la socialización con los coetáneos y los demás y la práctica de los mismos.
- Se desarrollará una metodología globalizada y activa en la que el niño sea el propio protagonista del aprendizaje y pueda desenvolverse por sí solo en el proceso de la vida.
- Promoveré ejercicios que permitan al niño explorar el entorno que le rodea y descubrir las posibilidades en el accionar personal y motriz.
- El juego se convertirá en el principal recurso de estos ejercicios.
- Contribución a la socialización, desarrolla los sentimientos de pertenencia al grupo.
- Serviré de modelo al niño, para llevar a cabo un aprendizaje por imitación.

3.5 Duración de la guía

La guía de actividades recreativas infantiles que les voy a aplicar a los niños de 1 a 2 años de edad, se debe realizar diariamente, el tiempo varía dependiendo el ejercicio; pero hay que tener en cuenta que no sea muy extenso ya que los niños se agotaran y perderán el interés.

3.6 Evaluación de la guía.

Dentro de la evaluación de la guía de actividades recreativas infantiles la maestra debe de evaluar el proceso de enseñanza aprendizaje y debe realizar un sondeo para de esta manera analizar los errores e ir comprobando sus logros, en la cual se realizara una autovaloración de lo aprendido y se calificara su desempeño y su desenvolvimiento personal y social. Esto significara mucho para el desarrollo del área motriz gruesa.

3.7 Actividades

3.7.1 Yo halo y tú empujas

Descripción: Si el niño se está parando en sus pies e intentando caminar, ayúdale a practicar con un juego de jalar y empujar. Usa un objeto que pueda moverse con facilidad como una silla de plástico del tamaño de un niño o una caja de plástico para juguetes llena de juguetes blandos. Mientras se sujeta a los bordes para obtener apoyo, puedes sostener el otro lado y mantenerlo estable. Luego jala despacio la caja hacia tu lado para animarle a que dé un paso adelante. Pronto comenzará a empujar mientras tú jalas con suavidad.

Esto hará que aumente su confianza para cuando comience a caminar él solo.

Recursos: sogá, silla, niño, maestra

Duración: la actividad se la realizará cinco veces a la semana con una duración de 5 a 7 minutos por cada niño.

3.7.2 Atrápame si puedes

Descripción: A los niños les encanta que los persigan y a los padres les suele encantar perseguir a sus niños pequeños. El objetivo de este juego es ser atrapado, especialmente si tu hijo sabe que recibirá un gran abrazo y un beso cada vez que consigas atraparlo. Para variar el juego, pretende que eres diferentes tipos de animales: un león que ruge o un ratoncito. Cuando tu hijo te atrape, déjalo que se divierta.

Recursos: niños, maestra, patio.

Procedimiento: la maestra va a caminar, luego acelerar el paso e incluso correr e intentar que el niño la agarre. Para variar el juego, pretende que eres diferentes tipos de animales: un león que ruge o un ratoncito. Cuando el niño te atrape, déjalo que se divierta.

Duración: la actividad se la realizará de manera colectiva con una duración de 10 minutos aproximadamente.

3.7.3 Diversión con globos.

Descripción: Los globos son algo fantástico para divertirse. Se mueven lo suficientemente despacio como para poder seguirlos y son relativamente fáciles de atrapar. Puedes inflar uno (ver esto es la mitad de la diversión) y lanzarlo al aire. Cuenta lo que tarda en caer al piso o deja que tu hijo lo atrape. Es un buen juego para desarrollar la capacidad de contar y la coordinación entre ojo y manos

Recursos: globos, niños, maestra.

Duración: la actividad se la realizará de manera colectiva, con una duración de 10 minutos aproximadamente.

3.7.4 Vamos a bailar

Descripción: Pon algunos minutos de varias piezas de música que vayan bien como acompañamiento de determinadas acciones, por ejemplo, algo con un ritmo fuerte y sonoro para que tu hijo pueda caminar como un elefante o muy silencioso para que se imagine que esté pasando por al lado de un león durmiendo y no debe despertarlo. Desfilas como soldados al ritmo de la música es también muy divertido y suficientemente fácil para que la mayoría de los niños pequeños lo puedan hacer.

Estos juegos ampliarán su imaginación y desarrollarán su sentido del ritmo. Escucha y aprende aquí canciones infantiles para bailar con tu pequeño danzarín.

Recursos: grabadora, piezas de música, niños, maestra, patio.

Duración: la actividad se la realizará de manera colectiva, con una duración de 10 minutos aproximadamente.

3.7.5 Pásamela rodando

Descripción: Este juego sirve para trabajar los músculos de los brazos y la coordinación entre ojo y mano

Las pelotas son juguetes muy populares entre los niños de un año. Las pelotas que rebotan son ideales para el jardín, pero las pelotas blandas de espuma son muy buenos

juguetes para usar dentro de la casa. La versión es "atrápala": siéntense en el piso frente a frente, con las piernas abiertas y tocándose los dedos de los pies. Ahora pueden pasarse la pelota rodando sin que salga por fuera de sus piernas.

Recursos: pelotas, niños, maestra.

Duración: la actividad se realizará en parejas, con una duración de 5 a 7 minutos.

3.7.6 Brinquemos todos

Descripción: A los niños de esta edad les gusta brincar. Puedes poner almohadas, cojines o colchones en el piso para que puedan brincar. En el parque les gusta jugar en los columpios y en resbaladillas más bajas.

Recursos: almohadas, cojines, colchones, niños, maestra

Duración: la actividad se realizará de forma individual, la duración o tiempo podrá variar dependiendo las circunstancias.

3.7.7 Palo y pelota

Descripción: al niño le interesa mucho los materiales físicos, esto le ayudara a tomar más interés por la actividad.

Le proponemos que golpee con un palo la pelota que está cerca de él y que la siga para volver a golpearle, con esto estimulamos su coordinación y movimiento y así afianzamos la marcha.

Recursos: palo, pelota, niño, maestra.

Duración: la actividad deberá realizarse en forma individual con una duración de 5 minutos

3.7.8 Camino con sillas

Descripción: es principalmente para niños que estén intentando caminar, pero para los que ya pueden, les permitirá afianzar la seguridad, el dominio de la marcha o locomoción autónoma. La misma consiste en armar un camino con las sillas para que el niño se apoye en ellas y camine. Colocar cuatro sillas de cada lado dejando un camino estrecho para que el niño pase por el, conforme lo logre separamos un poco más las sillas de tal forma que el niño no llegue con solo estirarse sino que tenga que avanzar caminando. Y enseñar a caminar para atrás y para los laterales

Recursos: sillas, niño, maestra.

Duración: esta actividad se la realiza de forma individual, con una duración que puede variar, lo conveniente es que el niño culmine 2 pasadas por el camino.

3.7.9 Recolectemos agua

Descripción: Si el tiempo acompaña, podemos jugar con agua. Conocemos que los niños son pequeños pero será una actividad que durara poco para evitar complicaciones, además es algo que llamara el interés de los niños por realizar. Podemos jugar con agua, ofrecerle al niño diversos vasos, jarritas, platos y pasar agua de un recipiente a otro, teniendo que caminar un trayecto para llegar a este otro.

Recursos: agua, vasos, jarras, platos, niños, maestra.

Duración: la actividad deberá realizarse dependiendo el clima, y por un tiempo corto, para evitar complicaciones en cuanto a salud de los niños.

3.7.10 Trepemos montañitas

Descripción: con esta actividad permitiremos al niño avanzar de una forma placentera, en la que disfrute a través del juego, en la que comparta con los demás y experimente cosas nuevas. Consiste en dejarlo trepar montañitas o terrenos desparejos, esto puede ser armando con almohadas o trapos viejos una montaña, él tendría que atravesar la montaña gateando, esta actividad le permitirá coordinar el movimiento de las manos con las piernas, así como afianzar la seguridad en el para lograr atravesar.

Recursos: almohadas, trapos viejos, niños, maestra.

Duración: esta actividad se la realizara en grupos de tres niños, y con una duración de unos 5 minutos por grupo.

3.7.11 Encestemos objetos

Descripción: este ejercicio permite al niño mejorar la coordinación de sus extremidades superiores, al intentar encestar el objeto (pelotas, aros), así mismo le permite el dominio de su fuerza y calcular la distancia, considerando cual es la mejor posición para ejecutarlo. Consiste en ubicar una caja vacía o cesto y a una distancia considerable al niño con los objetos para que los lance y enceste en la caja. Son actividades que aparte de los beneficios anteriores permite al niño conseguir una satisfacción el poder realizarlo.

Recursos: caja, cesto vacío, pelotas, aros, niños, maestra.

Duración: la actividad se la realizara de forma individual, con una duración variable, pero máximo 5 minutos por niño.

3.7.12 El sube y baja

Descripción: hay situaciones en las que el niño experimenta placer, pero también puede sentir miedo, con esta actividad queremos lograr que el niño confíe en la persona que está a su lado, pero sobretodo queremos reforzar en el la marcha, el equilibrio corporal y dinámico.

La misma consiste en que por una superficie inclinada el niño pueda ascender y descender, al principio con ayuda de alguna persona a su lado, pero luego lo realice así sea con cierta lentitud pero solo, es así como pondremos a prueba el equilibrio que se supone debe ir mejorando conforme la práctica, mejorando también su marcha.

Recursos: superficie inclinada, niño, maestra.

Duración: se efectuara la actividad de forma individual con cada niño y con una duración no superior a 10 minutos por cada uno.

3.7.13 Un gran imitador

Descripción: practicar la marcha de diferentes formas. Este ejercicio es mejor si lo practicamos al aire libre. Esta es una edad en la que el niño imita la mayoría de las acciones de un adulto, entonces existe un gran punto a favor para conseguir su ejecución y contribuir de esta forma a una marcha, movimiento de su cuerpo más autónomo.

Se lo proponemos al niño, y lo hacemos nosotros con el niño al lado ya que la imitación es la base de todo: correr, caminar, caminar rápido, caminar lento, saltar.

Caminar con los brazos abiertos, caminar con los brazos arriba, apoyar un pie luego el otro, caminar agachado, caminar agachado lento, caminar agachado rápido, saltar agachado, caminar apoyando las palmas, caminar como un perrito lento y rápido, caminar como un viejito encorvado agarrarse de las manos y saltar, caminar pisando fuerte, caminar sin hacer ruido.

Recursos: Patio amplio, niños, maestra.

Duración: la actividad puede realizarse ya sea de forma individual o grupal, con un tiempo de unos 10 minutos

3.7.14 Un buen caminante

Descripción: la marcha ya está adquirida y ahora deberá aplicarse sobre distintas superficies: blandas, rígidas, movedizas, irregulares, planas, elevadas, etc. Con esto lograremos identificar como hemos ido avanzando con algunas actividades anteriores, para la misma utilizaremos caminos sinuosos en el suelo, en los que el niño deberá llegar a la meta sin inconvenientes; elaboraremos trampas, y el niño tendrá que saber atravesarlas sin caerse por ejemplo atravesar un camino en donde hayan piedras; deberá caminar en un pelotero, en donde hayan gran cantidad de pelotas pequeñas pero el niño debe caminar sin mayores complicaciones.

Recursos: patio amplio, piedras, pelotero con pelotas, niños, maestra.

Duración: se llevara a cabo con un tiempo de 10 minutos y se puede hacer de manera individual o grupal. Preferible grupal por el tiempo.

3.7.15 Atravesemos túneles

Descripción: a los niños les divierte el interactuar con el medio que les rodea, así mismo les llama la atención la utilización de material variado. Como en este caso fabricaremos túneles con cajas para que circulen por ellos. Con esta actividad potenciaremos la coordinación de los movimientos del niño, así como también reforzaremos la agilidad física de sus miembros para pasar por el túnel

Haremos agujeros grandes en cartones cuyo diámetro permita que el niño pase por allí. La maestra lo sostiene cerca del suelo mientras el niño pasa, puede tomarse del cartón o del adulto para pasar.

Recursos: cajas de cartón, niños, maestra.

Duración: esta actividad se ejecutara de manera individual y con una duración de 5 a 8 minutos por cada niño.

3.7.16 Atravesemos la hilera

Descripción: esta es una actividad en la que el niño dará mucho de sí, pero necesita de la ayuda de otro para poderla cumplir, a la final tendrá beneficios en la marcha, y en su equilibrio corporal. La práctica de la actividad potenciara en el pequeño estas destrezas.

Colocar una hilera de ladrillos o tacos de madera, aproximadamente dos o tres metros, para que el niño camine sobre ellos. Podemos ayudarlo tomándolo de la mano. Como variante se puede colocar en forma de círculo.

Recursos: ladrillos, tacos de madera, niños, maestra

Duración: la actividad debe ser realizada de forma individual, el tiempo dependerá de lo que se demore cada uno e pasar, se repetirá una segunda vez pero no será mayor a 5 minutos por cada niño.

3.7.17 Subir y bajar escaleras

Descripción: La coordinación viso-motriz hace parte de la coordinación general, e implica la coordinación de manos y pies con la percepción visual del objeto estático mientras se está en movimiento. Es por este motivo que un ejemplo de esto, es cuando un niño sube por unas escaleras cantando o pensando en otras cosas. Esta actividad consiste en brindar cierto tiempo a que el niño suba y baje las escaleras, primero sentado, arrodillado, luego conforme pase el tiempo bajara parado con la ayuda del adulto y posteriormente solo cogiéndose del pasamano, todo esto, siempre cantando una canción para que trate de perder el temor y piense en otra cosa.

Recursos: escaleras, niños, maestra.

Duración: la actividad se llevara a cabo de manera individual, el tiempo de empleo será corto únicamente de 5 a 7 minutos, y se la repetirá de 1 a 2 veces

3.7.18 Rodemos juntos

Descripción: uno de los objetivo es el volteo. Su importancia radica en que, además de favorecer el control del cuerpo y del equilibrio, es uno de los indicadores de la curiosidad del niño y su motivación por descubrir nuevas sensaciones y por trasladarse de un sitio a otro.

Con esta actividad trataremos de realizar que el niño disfrute y experimente trampolines, primero con nuestra ayuda, pero luego deberá realizarlo solo, así también acostado extenderá sus manos hacia arriba y comenzara a rodar esto ya sea en una superficie plana y posteriormente un tanto inclinada.

Recursos: niños, maestra.

Duración: la actividad al principio se la realiza con ayuda, luego se la trabaja de manera individual con forme pase el tiempo y puedan desarrollarla solos, el tiempo no va más allá de 10 a 15 minutos.

3.7.19 La carretilla

Descripción: La importancia de nuevas adquisiciones estriba en una diferente coordinación de las cuatro extremidades, así como en la capacidad de desplazarse de un lugar a otro, con el consiguiente aumento de sus experiencias. A un niño se le puede ayudar a sujetar el peso de su tronco sobre sus rodillas y codos al principio, y más tarde manos, de manera que poco a poco vaya teniendo fuerza para mantenerlo por sí solo. Si no tiene suficiente fuerza en los brazos, el juego de la carretilla es adecuado: primero se sujeta al niño por la cintura, y después por los muslos y pies, y se avanza lentamente para que adquiera tono en los brazos y se desplace. Entonces esta actividad consiste en agarrar al niño primero por la cintura, luego por los muslos y pies y pedirle que se apoye con las manos y que avance dando pasos, esto le ayudará como se menciona a tener mayor fuerza en sus brazos y coordinación de sus extremidades en general.

Recursos: niños, maestra.

Duración: la actividad se realizara de manera individual, con una duración de 5 a 7 minutos por niño.

3.7.20 Agárrate fuerte

Descripción: Esta implica el desplazamiento del cuerpo por el espacio. Los desplazamientos son toda la progresión de un punto a otro del espacio, utilizando como medio el movimiento corporal total o parcial. Dentro de los desplazamientos se pueden destacar algunos factores que desde el punto de vista educativo tienen gran importancia como lo son el inicio del movimiento, la velocidad adecuada del desplazamiento, los cambios de dirección, las paradas y la duración de la ejecución. Para afianzar la marcha, ahora sin tomarlo de las manos para que los moviminetos dependan más de él. Usar un aro y una soga. Con el aro: con un aro grande, la maestra y el niño tomados del aro, giran con un poco de velocidad; luego la maestra provocara movimientos mientras se desplazan más rápido. Para hacer este ejercicio de forma ordenada y gradual, primero la maestra mueve bruscamente el aro un poquito para desestabilizar la postura del niño y cambiar su posición sin que se suelte. En segundo lugar se trabajan los desplazamientos con movimientos.

Recursos: Soga, niño, maestra.

Duración: la actividad se ejecutara de manera individual, con una duración de 5 minutos por niño.

3.7.21 Futbol

Descripción: existen actividades que permiten estimular y mejorar la actividad motriz de los niños, a través de la coordinación de sus movimientos, el dominio corporal,

la coordinación viso-motriz, también abarca las habilidades del niño para moverse y desplazarse, explorar y conocer el mundo que le rodea y experimentar con todos sus sentidos, esta actividad es una de ellas, ya que permite que el niño se mueva mucho, sobretodo piense e interactúe de forma organizada.

En esta actividad pediremos a los niños patear el balón, darles pases a los amigos, deberán correr de un lado a otro. De esta forma obtendremos grandes beneficios.

Recursos: pelota, niños, maestra.

Duración: la actividad se efectuará de manera grupal y con una duración de 10 a 15 minutos.

3.7.22 Colgados

Descripción: como ya se mencionó conseguir la fuerza en los brazos de los niños es muy importante, el control de los movimientos, el peso es algo que debe tomar especial interés y por ende estimular y lograr beneficios.

La actividad consiste en trabajar primero con los niños uno mismo pidiéndole que se agarren fuerte de nuestras manos (dedo pulgar) luego elevarlos al aire y que permanezcan colgados por el tiempo que soporten y antes de que se suelten bajarlos. Luego sobre una base colgante colocar un palo que servirá de apoyo en lugar de nuestras manos, los niños se sujetaran fuerte de ahí y se colgaran, nosotras apoyaremos tratando de sujetarlos antes que se suelten. De esta forma trabajamos en los brazos de los pequeños estimulando su firmeza

Recursos: base colgante, niños, maestra.

Duración: la actividad se realizara de forma individual, con una duración variable pero no muy larga debido al poco tiempo en que los niños permanecen colgados.

Cronograma de las actividades recreativas infantiles

N.-	Actividades	Participantes	Tiempo	Objetivo
1	Yo jalo y tú empujas	Maestra y niños	5-7 minutos	Lograr que los niños den tantos pasos como les sea posible mientras se les jala, asi como mientras empujan algo.
2	Atrápame si puedes	Maestra y niños	10 minutos	Lograr que los niños se diviertan e intenten caminar y correr sin dificultad.
3	Diversión con globos	Maestra y niños	10 minutos	Lograr que los niños intenten controlar el globo sin dejarlo caer, caminen coordinadamente.
4	Vamos a bailar	Maestra y niños	10 minutos	Lograr que los niños muevan su cuerpo de manera fluida y sin vergüenza.

5	Pásamela rodando	Maestra y niños	5-7 minutos	Lograran que los niños lancen y controlen la pelota con coordinación.
6	Brinquemos todos	Maestra y niños	Variable	Lograr que los niños brinque por los obstáculos con coordinación
7	Palo y pelota	Maestra y niños	5 minutos	Desarrollar la coordinación en los niños, así como también mejorar su marcha y movimiento de extremidades.
8	Camino con sillas	Maestra y niños	Variable	Lograr caminar hacia adelante, atrás y los laterales.
9	Recolectemos agua	maestra y niños	5 minutos	Logrará caminar y controlar un objeto que lleva cargado al mismo tiempo.
10	Trepemos montañitas	maestra y niños	5 minutos	Lograr controlar y coordinar el

				movimiento de las 4 extremidades mientras gatea.
11	Encestemos objetos	maestra y niños	5 minutos	Logrará desenvolverse por sí solo así como también coordinar el movimiento de sus extremidades.
12	El sube y baja	maestra y niños	10 minutos	Aprender a ascender y descender por la superficie, así como también controlar los movimientos de su cuerpo.
13	Un gran imitador	maestra y niños	10 minutos	Logra realizar los diferentes movimientos con gran fluidez y capacidad. Control del cuerpo.
14	Un buen caminante	maestra y niños	10 minutos	Lograr atravesar por los diferentes obstáculos sin complicaciones.

15	Atravesemos túneles	maestra y niños	5-8 minutos	Potenciar la coordinación de los movimientos del niño, así como también reforzar la agilidad física de sus miembros.
16	Atravesemos la hilera	maestra y niños	5 minutos	Lograr el equilibrio corporal. Trabajaremos autonomía.
17	Subir y bajar escaleras	maestra y niños	5-7 minutos	Lograr dominar y controlar los movimientos de las extremidades inferiores.
18	Rodemos juntos	maestra y niños	10-15 minutos	Lograr la distracción de los niños a través de actividades recreativas. Potenciar el movimiento, coordinación corporal.
19	La carretilla	maestra y niños	5-7 minutos	Ayudar a tener mayor fuerza en sus brazos y

				coordinación de sus extremidades en general.
20	Agárrate fuerte	Maestra y niños	5 minutos	Lograr que los niños adquieran el control de su cuerpo y su movimiento.
21.	Futbol	Maestra y niños	10-15 minutos	Controlar el movimiento corporal, así como también mejorar la coordinación y fuerza de las extremidades.
22.	Colgados	Maestra y niños	Variable	Trabajar en los brazos de los pequeños estimulando su firmeza. Control de movimientos y resistencia.

f. METODOLOGÍA

El presente proyecto tiene como objetivo primordial obtener el título de Licenciada en Psicología Infantil y Educación Parvularia, es un trabajo de intervención social en el cual se recurrirá a la utilización de varios métodos y técnicas.

Método Analítico: este método me ayudará a hacer un análisis más detallado de la problemática y marco teórico

Método Descriptivo: el presente método será empleado para describir la realidad observada así como también el medio y la forma en que desarrollan actividades recreativas infantiles para poder ayudar a desarrollar el área motriz gruesa de los mismos.

Método Sintético: en este método se analizará detalladamente los problemas que están presentes en esta problemática y aplicar las actividades de recreación infantil necesarias para garantizar un buen desarrollo de la motricidad gruesa, llegando de esta forma a redactar las conclusiones

Método Hermenéutico: a través de este método me permitiré leer la información necesaria para contar con el conocimiento

Técnicas

Entrevista a Maestras: identificar que actividades de recreación infantil realizan las maestras para el desarrollo del área motriz gruesa de los alumnos.

Formulario de desarrollo integral de niños y niñas (o a 5 años). Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz

Detallar el proceso metodológico

Objetivo 1

- Analizar de fundamentación teórica de la Recreación Infantil y del Área Motriz Gruesa.

Metodología

- Método analítico
- Método Hermenéutico-Dialectico

Técnica

- Lectura comprensiva
- Resumen

Actividades

- Consultas en internet
- Consultas en biblioteca

Resultados

Construcción y elaboración del marco teórico, Capitulo 1 y Capitulo 2

Objetivo 2

- Establecer los problemas de motricidad gruesa que presentan los niños de 1 a 2 años de edad del CEDI “El Castillo Encantado”

Metodología

- Método Sintético
- Método Descriptivo
- Método Hermenéutico-Dialectico

Técnica

- Aplicación de instrumentos
- Resumen

Actividades

- Consultas en internet
- Consultas en biblioteca
- Visitas al centro

Resultados

Construcción y elaboración de la problemática referente al Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil.

Objetivo 3

- Seleccionar actividades de recreación infantil para ayudar a los niños(as), a un adecuado desarrollo de la motricidad gruesa.

Metodología

- Método analítico
- Método descriptivo
- Método Sintético
- Método Hermenéutico-Dialectico

Técnica

- Lectura comprensiva
- Resumen

Actividades

- Consultas en internet
- Consultas en biblioteca
- Elaboración de la guía

Resultados

Construcción y elaboración de la Guía Didáctica de Actividades de Recreación Infantil para el desarrollo del Área Motriz Gruesa de los niños de 1 a 2 años de edad.

Objetivo 4

- Aplicar actividades de recreación infantil que permitan el desarrollo del área motriz en los niños del CEDI “El Catillo Encantado”

Metodología

- Método Descriptivo
- Método Hermenéutico-Dialectico

Técnica

- Guía Didáctica de Actividades de Recreación Infantil
- Resumen

Actividades

- Visitas al centro de Estimulación y Desarrollo Infantil
- Aplicar la Guía de Actividades

Resultados

Correcto desarrollo del Área Motriz Gruesa gracias a la aplicación de la Guía de Actividades de Recreación Infantil.

Objetivo 5

Validar el grado de pertinencia de las actividades de recreación infantil para el desarrollo del área motriz gruesa de los niños(as) del CEDI “El Castillo Encantado”.

Metodología

- Método Analítico
- Método Sintético
- Método Descriptivo
- Método Hermenéutico-Dialectico

Técnica

- Lectura comprensiva
- Síntesis

Actividades

- Aplicar adecuadamente la guía
- Consultas

Resultados

Comprobar si la Guía Didáctica de Actividades de Recreación Infantil resultó favorable en su aplicación.

POBLACIÓN Y MUESTRA

Población: El presente proyecto de titulación lo realicé en el Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado” cuenta con 71 niños y con 12 maestras capacitadas, que dan un total de 83 personas , el mismo que se encuentra ubicado en las calles Rocafuerte y Av. Orillas del Zamora.

Muestra: El procedimiento utilizado para determinar la muestra, de acuerdo a las características del presente trabajo de intervención social se ha determinado en forma razonada que está integrado por un grupo de 13 niños que corresponden al salón de 1 a 2 años de edad, por 13 padres de familia y por dos maestras del salón. El procedimiento será mediante la aplicación de estadística descriptiva que servirá para la validación de la pertinencia de la propuesta alternativa, su aplicación y resultados.

Población	Número
Maestras	12
Niños y niñas	71
TOTAL:	83

Fuente: Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”
Elaboración: Sandra Jackeline Armijos Ortiz

Muestra	Número
Maestras	2
Niños	13
TOTAL:	15

Fuente: Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”
Elaboración: Sandra Jackeline Armijos Ortiz

g. CRONOGRAMA

ACTIVIDADES	2013		2014								2015									
	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril
OBSERVACIÓN CIENTÍFICA	X																			
SELECCIÓN DEL TEMA PARA EL PROYECTO		X																		
VISITA AL LUGAR DE ESTUDIO		X																		
ELABORACIÓN DE LA PROBLEMÁTICA			X																	
ELABORACIÓN DE OBJETIVOS				X																
ELABORACION DEL MARCO TEORICO					X															
METODOLOGÍA					X	X														
RECURSOS HUMANOS-MATERIALES						X														
PRESUPUESTO- CRONOGRAMA																				
SOCIALIZACIÓN DEL PROYECTO						X														
REDACCIÓN DEL PRIMER BORRADOR PARA EL INICIO DE TESIS							X													
RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN ENCUESTA								X												
TABULACIÓN DE LOS DATOS DE LAS ENCUESTAS								X												
ELABORACIÓN DE LA PROPUESTA ALTERNATIVA									X	X										
TABULACIÓN DE DATOS LUEGO DE APLICAR LA PROPUESTA ALTERNATIVA CONCLUSIONES RECOMENDACIONES											X									
ENTREGA DEL PRIMER BORRADOR DE TESIS													X	X						
CORRECCIÓN Y ENTREGA DEL SEGUNDO BORRADOR DE TESIS															X	X				
ENTREGA DE TESIS																	X			
DESIGNACIÓN DEL TRIBUNAL																		X		
DISERTACIÓN DE TESIS PRIVADA																			X	
DISERTACIÓN DE TESIS PUBLICA																				X

h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

Para el desarrollo del presente proyecto de titulación se tendrá presente los siguientes recursos:

Recursos Institucionales:

- Universidad Nacional de Loja, Área de la Educación, el Arte y la Comunicación, Carrera de Psicología Infantil y Educación Parvularia
- **Director del área:** Dr. César León Mg. Sc.
- **Coordinadora de la Carrera:** Lic. Mg. María Eugenia Rodríguez
- Centro de Estimulación y Desarrollo Infantil “El Castillo Encantado”

Recursos Humanos

- Investigadora: Sandra Jackeline Armijos Ortiz
- Director del Trabajo de Titulación: Dr. Cesar León Mg. Sc.
- Directora del Centro: Lic. Patricia Rivadeneira
- Profesoras del Salón: Sandra A., Patricia Ch.
- Alumnos: Trece niños. Siete mujeres, seis hombres.

Recursos Materiales

- Libros
- Computadora
- Lápiz
- Cuaderno

- Hojas

Recursos Económicos

- Adquisición de Bibliografía Internet
- Copias de documentos (Libros)
- Movilización
- Impresiones

Presupuesto

RUBRO	UNIDAD	VALOR
• Libros	2	\$50.00
• Adquisición de Bibliografía Internet	100 Horas	\$100.00
• Copias de documentos	2000 copias	\$100.00
• Movilización	90 recorridos	\$120.00
• Impresiones	1000 hojas	\$150.00
• Anillados	5	\$45
• Empastados	3	\$90
TOTAL		\$655

i. BIBLIOGRAFÍA

- # Consultor de Psicología Infantil y Juvenil. El desarrollo del niño. Vol. 1. Ediciones Océano – Éxito S.A. Edición 1987.
- # Pedagogía y Psicología Infantil. Cultural S.A. Madrid-España. Edición 2001.
- # MEECE, Judith. L, Desarrollo del niño y del adolescente para educadores. Compañía Editorial Ultra S.A. de C.V, Edición 2000.
- # ARGUELLO, A. Myriam, Psicomotricidad, Editorial Quito Abya. Yala 2010
- # <http://recreoinfantil.blogspot.com/>
- # <http://www.monografias.com/trabajos88/recreacion-infantil-juegos-tradicionales/recreacion-infantil-juegos-tradicionales.shtml>
- # http://www.ucaldas.edu.co/index.php?option=com_content&view=article&id=7809:importancia-de-la-recreacion-en-nuestra-vidas&catid=230:contacto-saludable&Itemid=640
- # <http://patirecrea.blogspot.com/2011/10/beneficios-de-la-recreacion.html>
- # <http://www.funlibre.org/encurso/simposio3if/beneficios.html>
- # <http://magalitaarmijosp.blogspot.com/>
- # <http://psicoaprendizajes.wordpress.com/tag/motricidad-gruesa/>
- # http://www.down21.org/educ_psc/educacion/atencion_temprana/motricidad_gruesa.htm
- # <http://reeduca.com/desarrollo-motriz-cero-tres.aspx>
- # <http://espanol.babycenter.com/a2700007/juegos-para-jugar-con-ni%C3%B1os-de-un-a%C3%B1o>

j. ANEXOS

Formulario de desarrollo integral de niños y niñas (o a 5 años)

Instrumento de medida socio afectivo: EAD-Nelson Ortiz

Nombres: _____ Apellidos: _____

Fecha de nacimiento: _____ Edad en meses _____

Examinadora: _____

Fecha de la aplicación _____

Edad – Meses	Ítem	Motricidad Gruesa	Puntaje
<1	0	Patea vigorosamente	
1 a 3	1	Cuando está en posición boca abajo, levanta la cabeza.	
	2	Cuando está en posición boca abajo, levanta la cabeza y el pecho	
	3	Sostiene la cabeza cuando se lo toma de los brazos y se lo levanta.	
4 a 6	4	Cuando esta sentado mantiene el control de su cabeza.	
	5	Se voltea de un lado a otro,	
	6	Intenta sentarse solo.	
7 a 9	7	Se sostiene sentado con ayuda.	
	8	Se arrastra en posición boca abajo.	

	9	Se sienta por sí solo.	
10 a 12	10	Gatea.	
	11	Se agarra y se pose de pie.	
	12	Se para solo sin ayuda.	
13 a 18	13	Da pasitos solo.	
	14	Camina solito.	
	15	Corre	
18 a 24	16	Patea la pelota.	
	17	Lanza la pelota con las manos.	
	18	Salta en dos pies.	
25 a 36	19	Se para de puntas en ambos pies	
	20	Se levanta sin usar las manos.	
	21	Camina hacia atrás.	

EDAD EN MESES	PARAMETROS NORMATIVOS PARA LA EVALUACION DEL DESARROLLO DE NIÑOS MENORES DE 60 MESES			
	(A)			
	ÁREA MOTRIZ GRUESA			
	Alerta	Media	Medio Alto	Alto
1-3	0-1	2-3	4-5	6-
4-6	0-4	5-6	7-9	10-
7-9	0-7	8-10	11-13	14-
10-12	0-11	12-13	14-16	17-
13-18	0-13	14-16	17-19	20-
19-24	0-16	17-19	20-23	24-
25-36	0-19	20-23	24-27	28-

Encuesta a maestras



Universidad Nacional de Loja Área de la Educación, el Arte y la Comunicación Psicología Infantil y Educación Parvularia

Como estudiante de la Universidad Nacional de Loja, de la Carrera de Psicología Infantil y Educación Parvularia, solicito de la manera más comedida se digne en contestar las siguientes preguntas.

1. ¿Qué tan importante considera usted el movimiento corporal en las primeras edades del desarrollo del niño?

- a. Muy importante ()
b. Poco importante ()

Por qué?

2. ¿Cree usted que la recreación infantil ayuda a desarrollar el área motriz gruesa en los infantes?

- a. Mucho ()
b. Poco ()
c. Nada ()

Por qué?

3. ¿Qué actividades de recreación infantil realiza a menudo con sus alumnos?

- a. Corre ()
b. Salta ()

- c. Juega a la pelota ()
- d. Abrocha y desabrocha botones ()
- e. Sale de caminata ()
- f. Canta canciones ()
- g. Baila ()
- h. Arte ()
- i. Otros ()

Cuáles?.....

4. ¿Con qué frecuencia realiza actividades de recreación infantil con sus pequeños?

- 1-2 veces por semana ()
- 2-3 veces por semana ()
- 3-4 veces por semana ()
- 4-5 veces por semana ()

Por qué?.....

5. ¿Cómo observa a sus alumnos cuando realizan actividades recreativas infantiles?

- c. Felices ()
- d. Tristes ()
- e. Tímidos ()
- f. Espontáneos ()
- g. Estáticos ()
- h. Gran movilidad en su cuerpo ()

GRACIAS

INDICE

Portada.....	i
Certificación.....	ii
Autoría.....	iii
Carta de Autorización.....	iv
Agradecimiento.....	v
Dedicatoria.....	vi
Matriz de Ámbito Geográfico de la Investigación.....	vii
Mapa Geográfico y Croquis.....	viii
Esquema de Tesis.....	ix
Título.....	1
Resumen.....	2
Summary.....	3
Introducción.....	4
Revisión de literatura.....	8
La Recreación Infantil.....	8
Importancia de la Recreación Infantil en nuestras vidas.....	10
Principios de la Recreación.....	11
Valor Educativo de la Recreación.....	11
Funciones de la Recreación.....	12
Efectos de la Recreación.....	12
Beneficios de la Recreación Infantil.....	14
Tipos de Recreación.....	15

El Juego Recreativo.....	15
El Juego.....	16
Perspectivas del Juego.....	18
El Juego como parte de la Estimulación Temprana.....	18
El Rol del Juego en la Estimulación del Desarrollo.....	19
El Juego como ayuda de la Personalidad del niño.....	20
El Juego entre uno y dos años.....	21
Aprender a crecer.....	22
Área Motriz Gruesa.....	22
Desarrollo Motriz.....	22
¿Cómo tiene lugar el Desarrollo Motor?.....	23
Concepto.....	25
Nuestro cuerpo un junco.....	26
El progreso de la motricidad.....	27
Se ejercitan jugando.....	28
La infancia temprana (el niño de 0-2 años).....	28
Desarrollo físico-motor en la infancia temprana.....	28
Motricidad Gruesa en el Nivel Inicial.....	29
Estimulación del Área Motriz Gruesa.....	30
Desarrollo de las habilidades Motoras Gruesas.....	30
Destrezas motrices desde 12-24 meses.....	31
Enfoque Psicomotriz. Educación para el movimiento.....	35

Materiales y Métodos.....	36
Resultados.....	43
Discusión.....	48
Conclusiones.....	51
Recomendaciones.....	52
Elaboración de la Guía de Actividades Recreativas Infantiles.....	53
Bibliografía.....	71
Proyecto de tesis aprobado.....	74
Tema.....	75
Problemática.....	76
Justificación.....	85
Objetivos.....	87
Esquema Marco Teórico.....	88
Marco Teórico.....	92
Capítulo I.....	92
Capitulo II.....	114
Capitulo III.....	135
Guía y Aplicación de Actividades de Recreación Infantil para niños de 1 a 2 años de edad.....	135
Elaboración de la Guía de Actividades Recreativas.....	137
Objetivos.....	137
Metodología.....	138

Duración de la Guía.....	139
Evaluación de la Guía.....	139
Actividades.....	139
Cronograma de Actividades Recreativas Infantiles.....	152
Metodología.....	157
Cronograma.....	164
Presupuesto y financiamiento.....	165
Bibliografía.....	168
Anexos.....	169
Formulario de Desarrollo Integral de niños y niñas (0 a 5 años). Instrumento de Medida Socio afectivo. EAD. Nelson Ortiz.....	169
Encuesta a Maestras.....	172
Índice.....	174