

## TRATAMIENTO METODOLÓGICO DE LA ACTIVIDAD MOTRIZ CON NIÑOS QUE PRESENTAN ALTERACIONES EMOCIONALES

Conferencia pronunciada en el SIMPOSIO INTERNACIONAL DE EDUCACION EN LA DIVERSIDAD “*Porque todos somos diferentes*” Celebrado en Panamá, 28 al 30 de enero de 2000, INDER, La Habana. Cuba:

Dra. Catalina González Rodríguez  
Especialista en Educación Física Preescolar

Muchos padres, sensibilizados con la importancia del desarrollo de sus hijos, acuden a consultas con especialistas preocupados porque sus niños presentan dificultades de aprendizaje y en muchos casos manifiestan falta de concentración, problemas posturales y conductuales.

La mayoría de las veces estos problemas corresponden a alteraciones del proceso de maduración del niño y afectan la esfera motriz, afectiva y cognitiva.

El desarrollo de cada niño es diferente e individual (influencia genética, educativa y medio ambiental), aunque este desarrollo debe evolucionar con una secuencia esperada, cuando este proceso evolutivo se perturba, las alteraciones se manifiestan afectando la motricidad y en consecuencia el proceso de aprendizaje.

Las alteraciones del sistema nervioso en los preescolares afectan la coordinación tanto gruesa como fina, el control de la respiración y la postura.

Cuando se trata de alteraciones en el proceso de maduración del organismo, no proponemos un programa de reeducación donde se dirijan actividades específicas para casos de mayor afectación (Down, parálisis cerebral, etc.).

En los casos que referiremos el asunto cardinal será una “atención individualizada dentro del grupo”, que conlleve a un tratamiento metodológico diferenciado del contenido a desarrollar.

Las alteraciones en el desarrollo motor e intelectual del niño pueden provenir de diversas causas, originadas por la alteración en mayor o menor grado del proceso de maduración.

En las primeras edades las alteraciones emocionales del niño pueden ser de origen genético y sociocultural, si no son bien atendidas desatan en edades posteriores trastornos de la conducta que traen como consecuencia dificultades en el aprendizaje.

Las de origen genético generan daños cerebrales que en la mayoría de los casos son provocados por enfermedades de la madre, anomalías, irradiación en el embarazo, lesiones en el momento del parto y enfermedades que afectan el organismo del niño en el primer año de vida. Las de origen socio cultural mayormente se manifiestan por cambios bruscos en la vida del niño, dentro de las que influyen: personas que cuidan al niño, trastornos en el horario de vida y por la poca o mala atención al niño como:

estimular el temor, la sobreprotección y las discusiones en presencia del pequeño dentro de otras.

El contenido general del programa de motricidad para niños con alteraciones emocionales es similar al que reciben el resto de los niños, hablamos de un programa que desarrolle capacidades motrices (coordinativas y flexibilidad) habilidades motrices que favorezcan la percepción y el control del cuerpo, la ubicación en el tiempo y espacio, así como la ejecución de ejercicios respiratorios y de relajación que mejoren las funciones orgánicas.

Con relación al tratamiento metodológico a aplicar con estos niños se harán algunas especificidades. Desde las primeras sesiones de actividades deben determinarse las particularidades de cada niño a fin de brindarles una debida atención individual dentro del grupo.

Las principales particularidades que generalmente se detectan en estos niños son: torpeza motora gruesa y fina que hacen al niño caerse con facilidad, tropezar contra los objetos, tener dificultades para agarrar objetos, estar tensos, rígidos, concentrarse poco, llegan rápido a la fatiga, están inquietos, desganados y se orientan mal en el espacio.

Cuando el niño manifiesta algunas de estas particularidades, las tareas motrices deben sugerirse considerando la alteración emocional manifestada, si esta provoca en el pequeño un estado de excitación o de inhibición.

Los estados de excitación generalmente desatan en el niño la hiperactividad y los de inhibición muestran un niño retraído, temeroso y tímido.

Según Ana. R Downey y Adela Soltanovich en el *Manual de ejercitación psicomotora y postural*, las alteraciones emocionales tienen manifestaciones tónicas y posturales que pueden hacerse permanentes y bloquear al niño obstaculizando su desarrollo. De acuerdo con esto la ejecución de juegos motrices y ejercicios físicos son recomendables para estos niños brindándose en cada caso el tratamiento metodológico adecuado.

En la tabla 1 tenemos una guía para tener en cuenta en el tratamiento.

**Tabla 1**  
**Necesidades del niño de acuerdo a la alteración emocional que presente y la atención que le debe ofrecer el adulto.**

<b>PARTICULARIDAD</b>	<b>NECESITA</b>	<b>SE LE OFRECE</b>
Hiperactividad.	Liberar energía de forma ordenada. Concentrarse.  Aumentar su autovaloración.  Ser estimulado, halagado.	Desarrollar juegos con reglas a cumplir con poco tiempo de duración.  Variar la forma de ejecutar el juego.  Ejecutar juegos de relajación. Desarrollar juegos donde construyan el recorrido y al final verbalmente.  Cumplir tareas motrices de forma individual que

PARTICULARIDAD	NECESITA	SE LE OFRECE
		<p>Conlleven al reconocimiento del grupo.</p> <p>Cumplir encomiendas en la actividad (recoger, organizar y entregar materiales).</p> <p>Estar ocupado todo el tiempo de la actividad y tener responsabilidades en la misma.</p>
Tímido	<p>Adquirir seguridad en sí mismo. Comunicarse.</p> <p>Aumentar su autovaloración. Ser estimulado y halagado.</p>	<p>Ocupar con otro niño papeles principales en el juego.</p> <p>Realizar ejercicios que desarrollen el valor, ejecutándolos en colectivos (sin obligarlos), como: saltar objetos, caminar por muros, bancos (en parejas, tríos, pequeños grupos). Ejecutar los juegos con menor variación considerando un mayor tiempo de ejecución.</p> <p>Cumplir tareas sencillas que conlleven al reconocimiento del grupo.</p> <p>Darle encomiendas en la actividad con otro niño (recoger, organizar o entregar materiales).</p> <p>Desarrollar actividades públicas en colectivo.</p>

Como se puede apreciar en el cuadro anterior, el tratamiento metodológico en la actividad motriz se realizará teniendo en cuenta cada caso. En el contenido de la actividad que se desarrolla se deben incluir ejercicios específicos que tienen como objetivo prevenir o controlar estas alteraciones del sistema nervioso. De esta forma además del contenido dirigido a la motricidad gruesa, mediante el desarrollo de habilidades motrices básicas, se deben reforzar los ejercicios de motricidad fina, de relajación y posturales.

Estos ejercicios pueden propiciarse en diferentes momentos de la actividad: al inicio, en la parte medular y al final.

Es muy importante observar el estado de los niños antes de proponerle la actividad. Si se manifiestan muy excitados, se debe comenzar la misma con ejercicios de relajación que pueden acompañarse de narraciones, representaciones, rimas, cantos y cuentos. El tono de la voz del adulto debe ser bajo y pausado.

Si por el contrario los niños están cohibidos, muy tranquilos, apartados y desinteresados, se comienza la actividad de una forma más dinámica elevándose el tono de la voz. En este caso para empezar la actividad se realizan desplazamientos por todo

el espacio: caminando, corriendo y saltando de diferentes formas y hacia distintas direcciones.

Los ejercicios de motricidad fina estimulan los pequeños segmentos del cuerpo: cara, manos y pies. Estos tienen como objetivo básico el control de los pequeños músculos y el desarrollo psicomotriz.

Los ejercicios de relajación fundamentalmente se dirigen a los niños que manifiestan excitación del sistema nervioso, aunque en sentido general estos ejercicios también son muy útiles para aplicarlos con la totalidad del grupo de niños, cuando se eleva el tono muscular producto de una actividad motriz dinámica. Debemos considerar que una particularidad generalizada del sistema nervioso en los niños preescolares, es que los procesos de excitación predominan sobre los de inhibición, por tanto, los ejercicios de relajación comúnmente se incorporan a la actividad siempre que esta lo requiera.

Los ejercicios posturales están dirigidos más directamente a los niños tímidos, ya que por sus características: se paran y se sientan encorvados, mantienen la cabeza baja, los brazos generalmente recogidos lo que hace necesario la corrección de su postura.

A continuación, se propone un grupo de ejercicios específicos que se pueden realizar con niños de 3 a 6 años según las necesidades. El adulto podrá seleccionar los mismos teniendo en cuenta las particularidades de sus alumnos.

### **EJEMPLOS DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS A DESARROLLAR CON LOS NIÑOS PARA PREVENIR O CONTROLAR ALTERACIONES EMOCIONALES**

#### **EJERCICIOS DE MOTRICIDAD FINA:**

##### Para las manos:

- Enseñar mano derecha- izquierda.
- Palmas unidas (abrir y cerrar), tocarse las yemas de los dedos, las manos se saludan, abrazan, se dan palmadas en diferentes partes del cuerpo o en distintas superficies.
- Tocar materiales (suaves, duros).
- Apretar pelotas pequeñas, pasarla de una mano a la otra.
- Jugar con bolas, amarrar y desamarrar (cuerdas, cintas).

##### Para los pies:

(preferentemente sentados, individual).

- Con los pies: decir adiós, encontrarse, decir sí y no, rodar bolas, conos, agarrar cuerdas (tirarlas) y agarrar frazadas.

### Para manos y pies:

- Unir pies y manos, alternadamente.
- Tocar con los dedos de las manos cada dedo de los pies, pasar la pelota pequeña por los pies.

### Para la cara:

- Inflar la cara y soplar, sacar la lengua, arrugar la frente.
- Abrir y cerrar los ojos, mirar arriba, abajo, a un lado y otro, sonreír y enojarse.

### Cara y dedos de las manos:

(esquema corporal).

- Un dedo de cada mano: tocar nariz y una oreja, barbilla y la otra oreja, nariz y frente, boca y cabeza.
- En pareja: hacer el espejo, tocar con un dedo partes del cuerpo del compañero; encontrarse con las dos manos, derecha, izquierda; alternando con los codos; con las rodillas; con los pies (arriba, al frente, movimientos simultáneos).

## **EJERCICIOS PARA LA RELAJACION**

- Mediante la palabra (imágenes habladas): “pensamos en el mar”, “cómo se mueve”, “en su azul”, “el viento sopla”, “escuchar un sonido lento”, “caminar lento como...” “derretirse como el helado”.
- Mediante tareas motrices: Brazo arriba de una mesa o de la pierna flexionada: dejar caer el brazo que pesa, de pie igual dejar caer el brazo al lado del cuerpo “pesa mucho y cae”.
- Sentados piernas extendidas, subir un poco la pierna y dejarla caer que pesa (alternar).
- Acostado de espalda: dejar caer brazo y pierna que pesa “temblar”.
- De pie, colocar una bolsa en la cabeza y hombro (sentarse y de pie), caminar lento con la bolsa, sentarse, acostarse bolsa colocadas en la barriga (subir y bajar la barriga) en cuadrupedia bolsa colocada en la espalda (subir y bajar la espalda).

## **EJERCICIOS POSTURALES**

- Caminar en las puntas y talones de los pies.
- Caminar con los brazos arriba (estirándose bien) con movimientos simultáneos y alternadamente.

- Caminar elevando las rodillas al frente y las manos en la cintura.
- Caminar tratando de golpearse los glúteos con los talones de los pies.
- Caminar por líneas y cuerdas llevando los brazos laterales.
- Combinar caminar y correr (trote suave). Al caminar dar palmadas hacia arriba, atrás, a un lado y otro.
- Ejecutar saltillos en el lugar (buscando altura) y después saltillos con desplazamientos.
- Combinar caminar, correr (trote) y un saltillo arriba.
- Caminar, correr y saltillos hacia diferentes direcciones (lateral y atrás).
- Caminar llevando un objeto en la cabeza y después en la espalda.
- Parados y después sentados pasar un aro por el cuerpo (“vestirse y desvestirse”).
- Desplazarse lentamente introduciendo el cuerpo por el aro.
- Parados con el aro sostenido en la espalda, girar el tronco a un lado y otro.
- Lanzar un objeto hacia atrás (pelota, cuerda, bolsita).
- Apoyarse en los pies y en las manos (cuadrupedia), flexionar y extender el tronco (“el gatico”).
- Acostarse de espalda al piso y realizar movimientos libres con las piernas. Se alterna cambiando la posición a acostado de frente al piso.

**AMEI**

<http://www.waece.com>

[info@waece.com](mailto:info@waece.com)