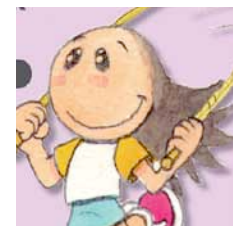


# CORPORALIDAD Y MOVIMIENTO EN LOS APRENDIZAJES

Orientaciones para el desarrollo de actividades motrices, pre-deportivas, deportivas y recreativas, y su importancia en los aprendizajes escolares.



La redacción de este documento se ha hecho a través de un lenguaje inclusivo, es decir, un lenguaje que visibilice los géneros femenino y masculino. No obstante, con la finalidad de facilitar la fluidez de la lectura, en algunos párrafos se han usado vocablos en masculino con el sentido incluyente de ambos géneros (por ejemplo, “los profesores”, “los docentes”, “los directores”, “los estudiantes”, entre otras palabras).

## **CORPORALIDAD Y MOVIMIENTO EN LOS APRENDIZAJES**

### **Orientaciones para el desarrollo de actividades motrices, pre-deportivas, deportivas y recreativas, y su importancia en los aprendizajes escolares**

Este material es una publicación del Ministerio de Educación  
División de Educación General  
Unidad de Deportes y Recreación

Jefe de División de Educación General

**Ricardo H.C. Evangelista**

Registro de propiedad intelectual N° 226368  
Santiago de Chile  
Marzo 2013  
5.500 ejemplares

Ministerio de Educación República de Chile.  
Avda. Libertador Bernardo O´Higgins N° 1371, Santiago. Fono: (56-2) 24066000

Diseño  
Prado Gráfica y Comunicaciones E.I.R.L.

Impresión: Salesianos Impresiones S.A.

# CORPORALIDAD Y MOVIMIENTO EN LOS APRENDIZAJES

Orientaciones para el desarrollo de actividades motrices, pre-deportivas, deportivas y recreativas, y su importancia en los aprendizajes escolares.

Unidad de Transversalidad Educativa  
Unidad de Deportes y Recreación  
División de Educación General  
**MINISTERIO DE EDUCACIÓN**



Ministerio de Educación

Gobierno de Chile



# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	4
-------------------	---

OBJETIVOS DEL MATERIAL.....	5
-----------------------------	---

1. AL DIRECTOR O DIRECTORA.....	6
---------------------------------	---

1.1. ¿POR QUÉ EL MOVIMIENTO Y EL CONOCIMIENTO DEL CUERPO SON IMPORTANTES PARA LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS Y LAS ESTUDIANTES?.....	7
--	---

1.2. SUGERENCIAS PARA LA PROMOCIÓN Y GESTIÓN DE ACTIVIDADES MOTRICES, PRE-DEPORTIVAS, DEPORTIVAS Y RECREATIVAS EN EL CONTEXTO ESCOLAR...	9
--	---

2. ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES MOTRICES EN EL CONTEXTO ESCOLAR (EDUCADOR/A DE PÁRVULOS).....	11
--	----

2.1. IMPORTANCIA DEL MOVIMIENTO Y EL CONOCIMIENTO DEL CUERPO PARA LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE EDUCACIÓN PARVULARIA...	12
---	----

2.2. ¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE EL MOVIMIENTO EN ESTA ETAPA ESCOLAR?.....	14
---	----

2.3. ¿CÓMO SE ORGANIZA EL MOVIMIENTO Y LA CORPORALIDAD DEL NIÑO/A EN ESTA ETAPA DEL DESARROLLO?.....	16
--	----

2.4. ¿CUÁL ES LA RELACIÓN ENTRE EL DESARROLLO PSICONEUROLÓGICO, LA MOTRICIDAD Y EL APRENDIZAJE?.....	17
--	----

2.5. CARACTERÍSTICAS DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 3 A 6 AÑOS.....	21
--	----

2.6. ¿QUÉ ACTITUD NECESITAN DE LOS DOCENTES, LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 3 A 6 AÑOS?.....	23
--	----

2.7. SUGERENCIAS PARA LA INCORPORACIÓN DE ACTIVIDADES MOTRICES Y DE JUEGO CON NIÑOS Y NIÑAS DE EDUCACIÓN PARVULARIA.....	24
--	----

2.8. SUGERENCIAS PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS PADRES, MADRES Y APODERADOS EN LAS ACTIVIDADES MOTRICES Y DE JUEGO.....	26
---	----

3. ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES MOTRICES, PRE-DEPORTIVAS Y RECREATIVAS EN EL CONTEXTO ESCOLAR (PROFESOR/A DE EDUCACIÓN BÁSICA).....	27
--	----

3.1. IMPORTANCIA DEL CUERPO EN LA ESCUELA DEL SIGLO XXI.....	28
--	----

3.2. EL DESARROLLO DEL ESQUEMA E IMAGEN CORPORAL EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS Y LAS ESCOLARES.....	30
---	----

3.3. INFLUENCIA DEL MOVIMIENTO EN LAS CAPACIDADES DE APRENDIZAJE.....	32
---	----

3.4. CARACTERÍSTICAS DE LOS Y LAS ESTUDIANTES DE 7 A 12 AÑOS.....	36
---	----

3.5. SUGERENCIAS PARA LA INCORPORACIÓN DE ACTIVIDADES MOTRICES, PRE-DEPORTIVAS DEPORTIVASY RECREATIVAS, CON ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA.....	38
--	----

3.6. ¿QUÉ TIPO DE EXPERIENCIAS DEBEMOS REALIZAR CON LOS Y LAS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA?.....	40
---	----

3.7. SUGERENCIAS PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS PADRES, MADRES Y APODERADOS A LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS, PRE-DEPORTIVAS Y DEPORTIVAS CON ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA.....	41
---	----





**4. ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES MOTRICES, DEPORTIVAS Y RECREATIVAS EN EL CONTEXTO ESCOLAR (PROFESOR/A DE ENSEÑANZA MEDIA)..... 43**

4.1. LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ACTUALIDAD..... 44

4.2. ¿CUÁL ES LA IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN ESTA ETAPA ESCOLAR?..... 46

4.3. ¿POR QUÉ EL MOVIMIENTO Y LA RELACIÓN CON EL CUERPO ES TAN IMPORTANTE PARA LA FORMACIÓN Y EL DESARROLLO INTEGRAL?..... 51

4.4. CARACTERÍSTICAS DE LOS Y LAS JÓVENES DE 13 A 18 AÑOS..... 53

4.5. SUGERENCIAS PARA LA INCORPORACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES EN ESTA ETAPA ESCOLAR..... 55

4.6. ¿QUÉ ACTITUD NECESITAN DE LOS DOCENTES LOS JÓVENES A ESTA EDAD?..... 57

4.7. ¿QUÉ TIPO DE EXPERIENCIAS DEBEMOS REALIZAR CON ELLOS?..... 60

**5. BIBLIOGRAFÍA..... 65**



## INTRODUCCIÓN

El Ministerio de Educación, a través de la Unidad de Deportes y Recreación, atendiendo a la importancia que reviste la motricidad y las actividades recreativas y deportivas en el ciclo escolar<sup>1</sup>, presenta el siguiente material informativo, formativo y de apoyo, para que los directivos de las escuelas y liceos de nuestro país, incorporen y promuevan, a través de sus Proyectos Educativos Institucionales (PEI) y Planes de Mejoramiento Educativo (PME), acciones motrices que permitan potenciar la conciencia corporal y la motricidad en general, de todos los estudiantes, independiente de su condición física, incidiendo de esta manera en los resultados de aprendizaje, en la calidad de vida y en la sana convivencia de la comunidad escolar a su cargo.

**En los últimos años, diferentes investigaciones desarrolladas desde el ámbito de la neurociencia, han puesto de manifiesto ciertas evidencias, determinando que “el movimiento, otorga una serie de experiencias, que forman al cerebro y que permiten (a los estudiantes), aprender, no solo del entorno, sino también de sí mismos” (Lois, P. 2010).**

La incorporación de esta dimensión, permitiría la concreción de las condiciones necesarias para un desarrollo armonioso, a través del movimiento, la comunicación, la expresión y la creación, otorgando tanto al niño como al adolescente, herramientas para un aprendizaje activo, donde el conocimiento de sí mismo y el descubrimiento de sus posibilidades de acción, permitirían un acceso más natural, al placer de la actividad cognitiva y lógica-reflexiva.

Al mismo tiempo, se brinda la oportunidad para la construcción de una convivencia sustentada en el respeto y la valoración de las diferencias individuales, en beneficio de un proyecto educativo común.

<sup>1</sup> *Motricidad en la Educación Parvularia, Actividad Física en el Primer Ciclo de la Educación Básica, Actividad pre-deportiva y deportiva en Segundo Ciclo de Educación Básica y Actividad de Deporte Escolar en Educación Media.*





## OBJETIVOS DEL MATERIAL



### 1. OBJETIVO GENERAL

Contribuir en la difusión de información didáctica, que promueva y fomente de manera significativa, el desarrollo de prácticas educativas orientadas al desarrollo de la motricidad, actividades de movimiento pre-deportivas, deporte escolar y actividades de recreación, con el propósito de aportar al desarrollo y formación integral de los estudiantes.



### 2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Entregar información a la comunidad educativa, en forma práctica y didáctica, sobre la importancia que tiene el movimiento y el conocimiento del cuerpo para la vida de todos los estudiantes y para sus procesos de aprendizaje.
- b) Proporcionar información sobre la interrelación que existe, entre el desarrollo de las funciones cerebrales, el comportamiento, la manera de aprender y la motricidad humana.
- c) Promover didácticas de experiencias educativas de calidad en el ámbito de la motricidad infantil, de la actividad física, el deporte y la recreación, en los niveles educativos de párvulo, básica y media.



# 1. ESTIMADO DIRECTOR O DIRECTORA



El presente material, responde al desafío de promover la importancia que tiene el movimiento y el conocimiento del cuerpo en la vida de todos los estudiantes, independiente de su condición física y sus procesos de aprendizaje. Estamos seguros, que a través de su gestión, este tema podría tener un alto impacto en el mejoramiento de la calidad de la educación que todos anhelamos.

Es necesario contar con usted para liderar estas acciones al interior de su establecimiento. Sin su compromiso y colaboración, este material puede terminar siendo un documento centrado solo en la asignatura de educación física y salud y no obtendrá la atención que estamos seguros este tema necesita.

Esta es una invitación a ser parte de este desafío, incorporando a su establecimiento en un proyecto integral de desarrollo y aprendizaje de sus estudiantes, en beneficio de la calidad de vida de su comunidad educativa.







## 1.1 ¿POR QUÉ EL MOVIMIENTO Y EL CONOCIMIENTO DEL CUERPO SON IMPORTANTES PARA LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS Y LAS ESTUDIANTES?

“Nada hay en el niño más que su cuerpo como expresión de su psiquismo.”  
(Wallon, H. 1985<sup>2</sup>)

Para comprender la importancia de la dimensión corpórea en la formación integral de los estudiantes, es necesario conocer los diferentes procesos de desarrollo de los niños, que le permiten transitar desde una total dependencia del adulto, hacia una paulatina construcción y conceptualización de la realidad.

**Desde el nacimiento, los seres humanos establecen una comunicación corpórea, no verbal, basada en el afecto y la seguridad proporcionada por el adulto. Esta relación, conocida como vínculo de apego (Bowlby, J. 2005)<sup>3</sup>, permite la construcción de la identidad, como sujeto único, diferenciándose del mundo exterior.**

El movimiento y las diferentes acciones que realiza en el espacio, posibilitarán al niño, a experimentar su independencia del adulto y construir su propia autonomía. Por lo tanto, las experiencias de movimiento, son de fundamental importancia para asimilar, en el proceso de su desarrollo, conductas motrices cada vez más complejas, como son correr, saltar, etc. Es decir, el niño, se construye a sí mismo a partir de sus movimientos, esto significa que los procesos de maduración, de desarrollo y los aprendizajes que va adquiriendo e incorporando, van a transitar del “acto” al “pensamiento”, pasando progresivamente, de la percepción de lo concreto, a lo abstracto

<sup>2</sup> Henri Wallon, se reconoce como el principal inspirador de las teorías y prácticas de la escuela francesa de psicomotricidad. Se interesó en el papel de las emociones en la inserción social del niño, haciendo hincapié en el fenómeno de la emoción vehiculizada a través del tono, la postura y el gesto.

<sup>3</sup> John Bowlby, fue un psicoanalista inglés, notable por su interés en el desarrollo infantil, quien elabora la teoría del apego, describiendo el vínculo afectivo del bebé respecto de su madre y/o adulto protector como una estrategia evolutiva de supervivencia. Posteriormente su discípula Mary Ainsworth sugiere diversos tipos de apego: seguro, inseguro y ambivalente.

y de la acción del movimiento a la representación de su cuerpo y su mundo (Wallon, 1956). De esta manera, podrán, de forma natural, escribir, resolver problemas matemáticos, planificar estrategias de acción, verificar resultados y participar en actividades grupales adecuando su acción, etc.

El ser humano tiene la necesidad de consolidarse frente al mundo, y en esta tarea, es fundamental el papel que juega la familia, pero también sería la institución escolar la que tendría un papel decisivo, como primera estructura social e institucional después de la familia, en el acompañamiento de la necesidad de exploración y experimentación de su cuerpo y de sus movimientos, potenciando la llamada “constitución de sí mismo”.


De esta manera la implementación de actividades y acciones que permitan a los estudiantes descubrir, pensar, recordar y representar sus propias vivencias, así como las experiencias de comunicación, expresión y socialización, ofrecerán las oportunidades para integrar estilos saludables de relación consigo mismo y con otros (sana convivencia), e incorporar la formación de hábitos de vida activa a edades tempranas.

Por lo tanto, sería importante velar por la coherencia de las propuestas pedagógicas que la institución escolar proporciona, de manera que favorezcan en los estudiantes, la posibilidad de transitar, de manera armoniosa, desde su vivencia emocional y afectiva con el mundo, a la organización del pensamiento y la creatividad, a partir de la conciencia de su propia corporalidad.







## 1.2. SUGERENCIAS PARA LA PROMOCIÓN Y GESTIÓN DE ACTIVIDADES MOTRICES, PRE-DEPORTIVAS, DEPORTIVAS Y RECREATIVAS EN EL CONTEXTO ESCOLAR




*“Se trata de volver a dar prioridad a la acción y hacer del movimiento el hilo conductor del desarrollo; no considerándolo como medio anexo complementario, sino como un elemento central en torno al cual se forjará la unidad de la persona corporal y mental, afectiva e intelectual”*  
(Le Boulch, J. 2001).




Si se entiende la escuela desde una amplia perspectiva en su labor formativa, la promoción y gestión de las actividades motrices, deportivas y recreativas, debería cumplir el propósito de re-significar la importancia que tiene el cuerpo y la acción de movimiento en los espacios educativos.



Por lo tanto, se sugiere incorporar dentro del Proyecto Educativo Institucional (PEI), de manera intencionada, acciones educativas que permitan a los niños y adolescentes el conocimiento de su cuerpo, adquiriendo prácticas de auto-cuidado y de auto-conocimiento, considerando la realización de actividades inclusivas, de manera que participen todos los estudiantes y que se consideren las características individuales, dando énfasis al potencial de cada uno. De igual manera, invitamos a incorporar en todas las clases, pausas activas de movimiento para mejorar los niveles de atención y concentración que apoyen los procesos de aprendizaje.



Asimismo sería importante contemplar la participación de los padres, madres y apoderados en los espacios de recreación, que incluyan actividades de movimiento y adecuada convivencia. Esta participación permitirá la comprensión y valoración de la importancia que estas experiencias tienen en el desarrollo de sus hijos e hijas.



La relación con el cuerpo y la importancia del movimiento en el espacio educativo requerirían, por lo tanto, que todos los integrantes de la comunidad educativa, educadores, docentes, personal técnico y administrativo, padres, madres y apoderados, volvieran a mirar sus relaciones y prácticas cotidianas desde una perspectiva diferente, invitándolos a incorporar esta dimensión como una de sus prioridades en el mejoramiento de la calidad y coherencia de los aprendizajes.

## Por lo tanto, se sugiere:

- Involucrar a todos los docentes, a saber, educadoras de párvulo, profesores de educación física, profesores de educación básica, profesores de educación media y profesores de educación especial o diferencial, en la reflexión y presentación de los contenidos que se desarrollan en este material, en reuniones técnicas permitiendo el empoderamiento de estos temas en cada uno de los ciclos educativos.
- Desarrollar un proyecto que contemple de manera integral actividades motrices, pre-deportivas, deportivas y recreativas, permitiendo enriquecer tanto las prácticas educativas al interior del aula como en espacios recreativos y de extensión.
- Promover el desarrollo de actividades multidisciplinarias, involucrando a los docentes de las diversas asignaturas vinculándolas con el conocimiento del cuerpo y sus movimientos.
- Sensibilizar a los padres, madres y apoderados acerca de la importancia que tiene el desarrollo de la motricidad en la organización de las capacidades de aprendizaje, en el desarrollo de la inteligencia y en la calidad de vida de cada niño. De manera que pudiesen motivar y apoyar a sus hijos en la práctica de juegos o ejercicios de manera frecuente, idealmente, todos los días.
- Abrir espacios para que los estudiantes propongan diferentes actividades de movimiento en beneficio de su desarrollo integral, de la convivencia con sus pares y del desarrollo de sus capacidades de aprendizaje.

En definitiva, se propone incorporar en su Proyecto Educativo Institucional una nueva dimensión de desarrollo, más integral, que recupere la corporalidad y el movimiento desde una perspectiva diferente a la tradicional visión de la educación física, ya que *“la motricidad no educa lo físico, ella interrelaciona al hombre, al medio y a los objetos. Ella nos da medios para la evolución del ser humano..., cuando realiza acciones que lo llevan a mejorar y a transformarse como hombre”* (Toro, S. 2006)





## 2. ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES MOTRICES EN EL CONTEXTO ESCOLAR

**EDUCADOR/A DE PÁRVULOS**



## 2.1. IMPORTANCIA DEL MOVIMIENTO Y EL CONOCIMIENTO DEL CUERPO EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE EDUCACIÓN PARVULARIA

*“Ni cosa, ni instrumento, mi cuerpo es mi propio yo en el mundo. Mi cuerpo en movimiento, aquel que me envuelve en el mundo. Habito el mundo por mi cuerpo. Mi cuerpo es para mí, el mundo”.*

(Fonseca, V. 1973)

La escuela, en su importante labor formativa, está invitada a promover una práctica sistemática de trabajo corporal, a través de experiencias de aprendizaje basadas en los principios de bienestar, juego, actividad, singularidad, relación y significado que enriquezcan el desarrollo de todos los niños. (Bases Curriculares de la Educación Parvularia, MINEDUC, 2001)

A continuación, se entrega información y recomendaciones pertinentes para que las educadoras se relacionen con el niño y su corporalidad, independiente de su condición física, sensorial o mental, es decir, asuman al estudiante de manera integral, promoviendo hábitos de movimiento, mayor conciencia de ser y estar en el mundo en beneficio de sus capacidades de aprendizaje.

Conocer el mundo, organizar su espacio y su cuerpo, descubriendo e incrementando habilidades motrices y sensoriales permitiría potenciar su desarrollo cerebral, estableciendo de esta manera las bases psicológicas para la construcción de su identidad y su autonomía, garantizando la organización del pensamiento y la adquisición de aprendizajes de mejor calidad.

Con este propósito, se invita a las educadoras a intencionar en sus planificaciones y prácticas educativas cotidianas, espacios y tiempos pedagógicos para que los niños logren contactarse con el cuerpo y sus posibilidades de movimiento, recordando siempre que la actividad más importante para la vida de un niño/a en edad preescolar es la exploración y el movimiento, el descubrimiento de su cuerpo y de su entorno. Esto se refiere a prácticas educativas con sentido, basadas en la exploración, la cual provee toda la información y estimulación que necesitan los niños para apoyar y fortalecer el desarrollo de su inteligencia y sus aprendizajes.





***“Una experiencia de aprendizaje, alude a una vivencia educativa, que por su significancia, la hace más «eficiente» desde el punto de vista de las posibilidades de aprendizaje de los niños y niñas. La experiencia de aprendizaje, tiene una intencionalidad pedagógica clara y definida y un abordaje integral, que involucra a los niños y niñas desde la dimensión afectiva, cognitiva y motriz, cultural y valórica”. (MINEDUC, 2009)***



Al mismo tiempo, estas intervenciones educativas garantizarían una nueva relación de los adultos con los niños, al incorporar la dimensión del cuerpo y del movimiento en las prácticas educativas, incidiendo de esta manera en el desarrollo integral y mejorando por consecuencia la convivencia y la calidad de vida para la comunidad educativa en su conjunto.



***“El aprendizaje de la convivencia escolar es una invitación temprana a reconocerse como integrante de una sociedad construida entre todos y con todos. Una sociedad donde cada uno y cada una está incluido/a y es valorado/a, respetando y acogiendo sus creencias y sus formas culturales particulares, porque le asiste un conjunto de derechos que emanan de su dignidad como ser humano”. (Política Nacional de Convivencia Escolar, MINEDUC, 2012)***

## 2.2. ¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE EL MOVIMIENTO EN ESTA ETAPA ESCOLAR?



El movimiento libre y guiado es la estimulación fundamental para apoyar el desarrollo del niño en todos los planos, neurológico, motor, intelectual, emocional y social, interactuando de manera permanente con su medio ambiente.

Desde muy pequeños los niños conocen, aprenden del mundo y de sí mismos a partir de su historia afectiva y de las experiencias que tengan con su cuerpo y sus movimientos, en vinculación permanente con el contexto físico, social y cultural.

Si los niños tienen la posibilidad de jugar, descubriendo y practicando diferentes movimientos, podrán progresivamente organizar su corporalidad. Esto le otorgaría a cada niño, mayor coordinación y manejo sobre su cuerpo, por lo tanto, un mayor conocimiento de sí mismo.

La capacidad de moverse libremente o con ayuda (en caso de que el alumno no pueda moverse por sí solo), reportaría a cada niño experiencias de mayor autonomía, sensaciones de seguridad y confianza en sus posibilidades de actuar conscientemente. Les brindaría el placer de ser ellos mismos protagonistas de sus aprendizajes, tanto en el plano motor, como en lo emocional y cognitivo.

A los niños que pueden moverse espontáneamente (independiente de la calidad de su movimiento) y tienen oportunidades de practicar juegos o ejercicios con su cuerpo, se les facilitaría el desarrollo de sus funciones cerebrales, el desarrollo de una percepción más amplia de sí mismo y del mundo que los rodea. Esta práctica de movimientos y de acciones con sentido permitiría a cada







niño organizar y construir, de manera paulatina, una representación mental de su cuerpo y de sí mismo, lo que llamamos esquema corporal.



Es necesario recordar que el niño no solo tiene un cuerpo, él es su cuerpo, y a partir de la organización del esquema y la imagen corporal, desarrolla una base para organizar su desarrollo corporal, su desarrollo psicológico y las funciones prácticas, es decir, podrá procesar información, planificar, programar y verificar de manera coordinada sus acciones.



Por lo tanto, el conocimiento del propio cuerpo y las prácticas motrices son un apoyo fundamental para el desarrollo integral de cada niño y niña, servirán como eje orientador en la vida y como una base óptima para que puedan integrarse distintos aprendizajes durante esta etapa.



## 2.3. ¿CÓMO SE ORGANIZA EL MOVIMIENTO Y LA CORPORALIDAD DEL NIÑO/A EN ESTA ETAPA DEL DESARROLLO?

La evidencia científica actual, aportada básicamente desde la neurociencia, señalaría que todas las acciones del ser humano tienen un sustento corporal. Es decir, es la corporalidad la que le permite al ser humano tener sensaciones y sentimientos, percibir y comprender, comunicarse y relacionarse, recordar y proyectar, organizar, resolver problemas y sacar conclusiones, son las llamadas “funciones ejecutivas”.

Hoy en día, el desarrollo se concibe como una organización sistémica, donde el ser humano, a través del movimiento y la actividad autónoma, elaboraría en primer término esquemas sensorio-perceptivos que facilitarían la integración sensorial del cerebro:

- En relación con el propio cuerpo: tono muscular, postura, equilibrio, posición de las partes del cuerpo, etc.
- En relación con el mundo exterior: características físicas del entorno (espacio, objetos), respecto de texturas, peso, temperatura, etc.

Posteriormente, y gracias a los procesos madurativos que tienen lugar en la primera infancia, estas experiencias se integrarían a esquemas perceptivos, permitiendo otorgar sentido y coherencia a la acción, a través de:

- Conocimiento propioceptivo de distintos elementos o parámetros corporales, asociados a la lateralidad y la noción de cuerpo, que le permitirán ajustar los movimientos a la acción, lo más automatizado posible.
- Estructuración de las sensaciones corporales relativas al mundo exterior, incorporando nociones y relaciones espaciales y temporales que le permitirán orientarse y adecuar el movimiento hacia el fin que se persigue.

Finalmente, una vez que el cerebro dispone de esta amplia información, debidamente estructurada y organizada en diferentes funciones cerebrales, el niño desarrolla la capacidad representativa y simbólica (praxias), permitiendo la adquisición de la lectura, la escritura y el pensamiento matemático (6-7 años).





## 2.4. ¿CUÁL ES LA RELACIÓN ENTRE EL DESARROLLO PSICONEUROLÓGICO, LA MOTRICIDAD Y EL APRENDIZAJE?

Las experiencias que tenga cada niño con su motricidad son un factor determinante para el desarrollo y fortalecimiento de las redes neuronales de su sistema nervioso, a su vez, el desarrollo del sistema nervioso permite a los niños explorar y descubrir diferentes movimientos, su cuerpo y su entorno.

A continuación, se describen los diversos elementos o factores involucrados en el desarrollo psiconeurológico y su relación con el desarrollo motriz infantil, los que deben ser intencionados por la educadora de párvulos en sus planificaciones, con el propósito de favorecer los aprendizajes.

### FACTORES DEL DESARROLLO

#### TONO

En primer término, para que el niño organice su conciencia corporal, requiere contar con una tonicidad, que le permita organizar el todo corporal y posteriormente el movimiento dirigido e intencional o asistido. La tonicidad garantiza las actitudes, las posturas, las mímicas y las emociones. El control tónico permitiría, un mayor control de movimientos voluntarios y con ello la posibilidad de desarrollar la función del equilibrio.

*“El intercambio corporal de información que se produce entre la madre y el niño recién nacido, que fundamentalmente se expresa por estados de tensión-distensión muscular, que reflejan sensaciones de placer-displacer y que provocan reacciones de acogida-rechazo en el otro, es lo que se ha denominado diálogo tónico”. (Ajuriaguerra, J. 1986)*

## EQUILIBRIO

El desarrollo de la capacidad de equilibrio responde a la interacción entre varias fuerzas, especialmente la de gravedad, sin la cual, junto a la postura, no serían posibles la mayor parte de los movimientos que se realizan a lo largo del ciclo vital.

El equilibrio comprende un conjunto de aptitudes estáticas y dinámicas que abarcan el control postural en los distintos planos y el desarrollo de la locomoción o distintas formas de desplazamiento (incluye el uso de silla de ruedas u otros implementos).

Para lograr posturas de equilibrio se requiere una contracción permanente (tónica) con bajo desgaste energético, la función principal es la de compensar el efecto de la fuerza de gravedad. Las posturas de equilibrio acompañan siempre a los movimientos, sean éstos gruesos o finos.

*“El sistema postural hace posible la integración de los aprendizajes al liberar a la corteza cerebral de la responsabilidad del mantenimiento de la postura a favor de niveles inferiores de regulación propia (procesos automatizados). De esta manera, la atención y la conciencia quedan disponibles para otras acciones, para iniciar o desarrollar nuevos procesos de aprendizaje”.*  
(Berruezo, P. 2004)

## LATERALIDAD

Es la preferencia por razón del uso más frecuente y efectivo de una mitad lateral del cuerpo frente a la otra. Es algo propio de la especie humana, que expresa la división de funciones en los hemisferios cerebrales y contempla contar con una noción de la línea media del cuerpo.

El niño aprende a utilizar la función de lateralidad y a orientarse espacialmente en relación con su cuerpo alrededor de los tres años y medio. Entre los dos y cinco años el niño va utilizando las dos partes de su cuerpo de forma más diferenciada. De los cinco a los siete se produce la afirmación definitiva de la lateralidad, con la adquisición y dominio de la función de derecha e izquierda.





*"La integración del eje corporal posibilita la adquisición de la lateralidad, permitiendo que el niño distinga entre la derecha y la izquierda de su cuerpo. Como consecuencia permite, posteriormente, la proyección de estas referencias sobre el mundo y sobre los demás y, por tanto, permite la organización del espacio. La orientación espacial se produce por referencia a este eje corporal". (Berruezo, P. 2004)*



## NOCIÓN DE CUERPO

La integración de la imagen del cuerpo se establecerá a través de la información visual, táctil, kinestésica<sup>3</sup> y auditiva, y de la retroalimentación del mundo exterior. La noción del cuerpo sería como una especie de "mapa con memoria" de todas las partes del cuerpo, una conciencia corporal y base para la organización del yo.



Primariamente, existiría en el niño una autoimagen sensorial que evoluciona hacia una noción más especializada del cuerpo, una "organización del esquema corporal".



## ESQUEMA CORPORAL

El esquema corporal es un ordenador de la percepción que tienen los niños sobre su propio cuerpo, siendo una plataforma sobre la cual ellos podrán continuar organizando su desarrollo corporal y un soporte para organizar sus funciones mentales superiores.



*"Los estudios sobre la evolución del dibujo del cuerpo humano nos proporcionan gran ayuda para la comprensión de la integración de la noción del cuerpo". (Berruezo, P. 2004)*



<sup>3</sup> Kinestesia: "Sensación o percepción del movimiento"

## ESTRUCTURACIÓN ESPACIAL Y TEMPORAL

El niño desarrolla su acción en el espacio mediante el movimiento, formando las nociones espaciales y temporales. Las nociones espaciales se vinculan con la orientación (1 a 2 años), la organización (2 a 4 años) y la estructuración (4 a 8 años).

Cuando esto ocurre, el niño podrá seleccionar, clasificar, agrupar elementos, construir categorías, cuantificar y decodificar símbolos.

Por su parte, la noción de tiempo se construye a través de movimientos o acciones, en forma de velocidad, duración, intervalo, simultaneidad o sucesión.

Cada uno de estos factores de desarrollo se expresará en el niño en sus capacidades prácticas (gruesa y fina), caracterizadas por el manejo armonioso del cuerpo e integración de su acción en el espacio y el tiempo de manera planificada.

## PRAXIAS

Son movimientos voluntarios e intencionados, programados y planificados, es decir, son traducciones de un acto mental en una acción motora. La capacidad práctica muestra el nivel de atención voluntaria del niño y su capacidad de planificar y secuenciar acciones ante situaciones nuevas.

En síntesis, el desarrollo psiconeurológico permitiría la adaptación del niño, a los diversos contextos, social, cultural y escolar, desarrollando su motricidad en un sistema organizado compuesto de diversos factores que participarán de manera interdependiente en la planificación, ajuste y autorregulación de sus acciones, hacia el logro de determinados fines y la adquisición de nuevos aprendizajes.





## 2.5. CARACTERÍSTICAS DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 3 A 6 AÑOS



En esta etapa del desarrollo el comportamiento del niño se caracteriza por una intensa necesidad de movimiento, por el juego y la actividad motriz, son “su forma de vivir”. Su actividad es continua, los niños tienen alta resistencia a la inmovilidad y protestarán si se les interrumpe una actividad que no han completado.



El niño actúa con intención, movido por la emoción y el placer que le produce el logro de sus habilidades motoras. Los niños juegan para sí mismos pero, al mismo tiempo, juegan con otros, mostrando sus competencias e incorporándose al mundo social y cultural.



*“...es el único ser en el que la estructura motriz, la afectiva y la cognitiva, se encuentran perfectamente imbricadas<sup>4</sup>, funcionando como un todo esencialmente hasta los siete u ocho años, edades en las que se produce el paso del pensamiento preoperatorio al pensamiento operatorio. Este modo peculiar de manifestarse constituye la noción de expresividad motriz “. (Aucouturier, B. 1994)*



A través de esta intensa actividad motriz el niño irá organizando su pensamiento y su espacio, sintiendo y proyectando las diferentes partes del cuerpo en su movimiento. Toda la actividad se centrará en realizar movimientos globales del cuerpo en el espacio, afinará y probará las distintas posturas que ne-



<sup>4</sup> Imbricadas: Relacionadas.



cesita para los desafíos que emprenderá (ejercitar el movimiento de forma asistida en aquellos estudiantes que presentan restricción de movilidad).

A esta edad, utilizará y pondrá en juego todos los automatismos corporales que ha alcanzado. Ha adquirido la marcha y con ello una mayor independencia del adulto. Se desplazará de diferentes maneras por el espacio y se divertirá realizando variadas formas de equilibrio, probando cuál es su propio límite.

Con estas nuevas estructuras en su corporalidad, el niño podrá pasar de un universo mágico a un universo más estructurado, donde comienza a advertir que las cosas tienen una causa y que la realidad existirá más allá de su universo emocional y subjetivo.

Asimismo, adquiere mayor conciencia emocional del efecto que su actuar causa en los otros, e intencionalmente multiplica gestos y movimientos de manera histriónica, buscando la aprobación y el reconocimiento social.

En esta etapa, los niños y niñas accederían a un entramado de emociones mucho más complejas, como son el orgullo, la vergüenza y la culpa, apareciendo ligadas a la responsabilidad personal y al acatamiento de las normas colectivas para una adecuada convivencia.

El niño será más sociable, le encantará jugar con otros niños, se interesará por interactuar con ellos. Sin embargo, estos contactos "sociales" tendrán límites por el egocentrismo que aún manifiesta, lo que significa que no le es fácil considerar el punto de vista de los demás, por lo tanto, las actividades de juego colaborativo son una adecuada oportunidad para el desarrollo de habilidades sociales, valoración de la diversidad y resolución de conflictos por la vía pacífica.

"El mayor autocontrol del que es capaz un niño se produce en el juego. El juego crea una zona de desarrollo próximo en el niño. Durante el mismo, el niño está siempre por encima de su edad promedio, por encima de su conducta diaria". (Vygotski, 1979)







## 2.6. ¿QUÉ ACTITUD NECESITAN DE LOS DOCENTES, LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 3 A 6 AÑOS?



*“Observar cómo el niño utiliza su cuerpo, lo orienta, descubre su eficiencia motriz y postura, cómo se relaciona con el mundo de los objetos, cómo se relaciona con el mundo de los demás, etc., es esencial para entender su expresividad motriz, pudiéndose determinar su desarrollo evolutivo y madurativo”. (Arnaíz, P. 2000)*



Los niños en esta etapa necesitarían una actitud receptiva, clara y firme, por lo tanto la educadora deberá desarrollar su capacidad de observación, de modo que facilite el conocimiento de su grupo en relación a sus niveles de maduración y sus ritmos de aprendizaje, interviniendo educativamente de manera empática y pertinente. Es importante recordar que los niños en esta etapa, están en pleno período de desarrollo, adquiriendo e instalando funciones, las que en la edad adulta serán automáticas. Por lo tanto se sugiere:



- Acompañar el desarrollo de los niños, no exigiendo tareas para las cuales no están preparados madurativamente o por condición neuromotora. Ellos podrían realizarlas, pero con un costo muy alto para sí mismos, con consecuencias que se expresarán a futuro en sus procesos de adquisición de aprendizajes más instrumentales.
- Cuando el niño es exigido en su desarrollo, se desencadenan en él niveles de frustración que repercutirán directamente en su accionar, perjudicando su capacidad de ser autónomo, su auto-confianza y autocontrol. Por lo tanto, se verá afectado el desarrollo de su identidad y de su autonomía, de esta manera su capacidad para incorporar nuevos aprendizajes también se verá perjudicada.



## 2.7. SUGERENCIAS PARA LA INCORPORACIÓN DE ACTIVIDADES MOTRICES Y DE JUEGO CON NIÑOS Y NIÑAS DE EDUCACIÓN PARVULARIA

Para promover el movimiento y el conocimiento del propio cuerpo, se sugiere que el adulto a cargo de la formación integral de los niños<sup>5</sup>:

- Establezca vínculos de confianza y afecto, reconociendo explícitamente las fortalezas y capacidades de los niños a su cargo.
- Favorezca su progresiva confianza, seguridad, conciencia y creciente dominio de sus habilidades corporales, socioemocionales e intelectuales.
- Cuente con espacios de juego que les permitan un reaseguramiento emocional profundo, vivenciado a través de juegos sensorio-motrices (ejemplo: rotaciones, giros, caídas, balanceos, estiramientos, trepados, equilibrios y desequilibrios).
- Organice los espacios respetando los distintos ritmos individuales de desarrollo de las actividades, (por ejemplo: Propuesta de Ambientes Educativos, pág. 14).
- Promueva juegos de construcción y destrucción (ejemplo: con grandes cubos), presencia y ausencia (ejemplo: escondidas, búsqueda del tesoro), persecución (ejemplo: pillarse, rondas, juguemos en el bosque), etc.
- Desarrolle experiencias de aprendizaje guiadas o de movimientos libres que resulten lúdicas, entretenidas, placenteras, y en las que ellos sean los protagonistas, (por ejemplo: Experiencia de Aprendizaje N°88 "Jugando a representar una historia").
- Favorezca el desarrollo de juegos que involucren desafíos cognitivos en la elección y el uso de los materiales, el trabajo colaborativo y la búsqueda creativa de soluciones, (por ejemplo: Experiencia de Aprendizaje N°19 "Desafiando obstáculos").

<sup>5</sup> Todos los ejemplos señalados a continuación pertenecen al Material educativo: "Experiencias de Aprendizaje sobre Corporalidad y Movimiento". MINEDUC, 2011, que se encuentran a disposición en la página web del Ministerio. ¿Cómo llegar?: [www.mineduc.cl](http://www.mineduc.cl) CONTENIDOS MINEDUC, APOYO ESCOLAR, CONVIVENCIA ESCOLAR, PROGRAMAS TRANSVERSALES, DEPORTES Y RECREACIÓN, PSICOMOTRICIDAD, MATERIAL DE APOYO, LIBRO I Y II.





- Incorpore en la planificación diaria al menos treinta minutos dedicados al movimiento y a contenidos vinculados con la corporalidad. Esto permitirá mejorar los niveles de atención y concentración.



- Desarrolle experiencias de aprendizaje en las que cuenten con diversidad de materiales, organizando ambientes educativos que faciliten el aprendizaje activo de los niños.



- Mantenga lugares de juego enriquecidos con material, por ejemplo, llantas de auto, balones, aros, conos, cajas de cartón grandes, telas, etc., para estimular el pensamiento creativo y la función simbólica.



- Promueva experiencias de aprendizaje en las que puedan explorar sus sensaciones corporales, conocer sus emociones y expresar lo que les pasa, adquiriendo un paulatino lenguaje emocional, (por ejemplo: Experiencia de Aprendizaje N°29 “Los lenguajes de mi cuerpo”).



- Genere momentos de reconocimiento de sí mismos a través de actividades educativas que dirijan su atención a su corporalidad (ejemplo: explorar diferentes formas de respirar, reconocer partes del cuerpo, explorar distintas posturas y estados de relajación, etc.).



- Ofrezca actividades que posibiliten ejercitar el cuerpo y probar sus capacidades de acción, (por ejemplo: Experiencia de Aprendizaje N°14 “El explorador de movimientos”).



- Presente actividades adecuadas a las características de cada niño, considerando sus capacidades y restricciones, fomentando el éxito en ellas, de manera que el niño con necesidades educativas especiales adquiera una imagen ajustada y favorable de sí mismo, que le dé confianza en sus propias posibilidades, (por ejemplo: Experiencia de Aprendizaje N°80 “Yo soy bueno para...”).

- Proponga actividades que favorezcan la inclusión de todos los niños (juegos adaptados), (por ejemplo: Experiencia de Aprendizaje N°85, “Yo puedo comunicarme sin palabras”).

- Proponga actividades colaborativas que promuevan el establecimiento de relaciones sociales y el aprendizaje de valores como el respeto hacia los demás, (por ejemplo: Experiencia de Aprendizaje N°25 “Reconociendo emociones”).

## 2.8. SUGERENCIAS PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS PADRES, MADRES Y APODERADOS EN LAS ACTIVIDADES MOTRICES Y DE JUEGO

La participación sensible de los padres, madres y apoderados en el juego infantil es muy benéfica para los niños, y aunque los adultos "saben jugar", sería recomendable desarrollar actividades que permitan el reencuentro con el placer del juego. Las investigaciones han sugerido cuatro modelos básicos para la participación de los adultos en los juegos de los niños:

**Juego paralelo:** implica que un adulto juegue al lado del niño, sin interactuar de manera directa; por ejemplo: cada uno construye su propio objeto con bloques de madera.

**Juego compartido:** implica que un adulto se une al niño en el transcurso del juego, en el cual el participante mantiene el control. El adulto interactúa, pero sólo provee una guía indirecta a través de preguntas. El adulto, acompaña, sugiere y da oportunidad, otorgando la posibilidad de variar y enriquecer la instancia de juego.

**Juego dirigido:** implica que un adulto enseñe al niño nuevas formas de jugar.

**Juego asistido:** implica que un adulto ayuda al niño a jugar, dado que su condición motora o sensorial no le permite jugar en forma independiente.

La educadora debería por lo tanto, promover entre los padres, madres y apoderados actividades que incluyan a todos los miembros de la familia, por ejemplo: baile entretenido, dramatizaciones, juegos con mímica, de roles, entre otros.

Los niños que habitan con sus padres en espacios muy reducidos, muestran a menudo retraso en la adquisición de habilidades motoras globales, les falta fuerza, coordinación y flexibilidad para correr, saltar, trepar, equilibrarse, etc., por lo tanto, con estos niños la educadora debería brindar la oportunidad de desarrollar actividades recreativas que favorezcan y estimulen el movimiento.

De igual manera, podría incorporar a diversos miembros de la familia para que, junto a sus hijos, participen en el desarrollo de actividades culturales asociadas al baile y los juegos tradicionales.



# 3. ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES MOTRICES PRE-DEPORTIVAS, DEPORTIVAS Y RECREATIVAS EN EL CONTEXTO ESCOLAR

**PROFESOR/A EDUCACIÓN BÁSICA**



### 3.1 IMPORTANCIA DEL CUERPO EN LA ESCUELA DEL SIGLO XXI

El desafío será innovar en las formas tradicionales de enseñanza, ofreciendo espacios de desarrollo y aprendizaje con enfoques donde se contempla el bienestar físico y emocional del estudiante, teniendo la certeza, por parte de los docentes, de que a partir del desarrollo de estas dimensiones se pueden instalar de manera consistente y con un sentido profundo, el conocimiento y los aprendizajes necesarios que permiten a los estudiantes comprender y actuar de manera autónoma frente a una realidad compleja. Esto implicaría realizar algunas transformaciones en las estrategias de enseñanza transitando:

- Desde modelos tradicionales, donde el profesor es quien decide las formas de enseñanza, a modelos donde hay preocupación por los estilos y formas de aprendizaje de cada uno de los estudiantes.
- Desde modelos donde el estudiante es un receptor pasivo de conocimientos, a modelos donde se otorga importancia al juego, al cuerpo, al movimiento y al desarrollo creativo en los aprendizajes.
- Desde métodos básicamente analíticos de enseñanza, a métodos inductivos del aprendizaje, que parten de situaciones donde el estudiante busca y descubre la solución a diferentes problemas.
- Desde modelos de enseñanza centrados en el contenido, a modelos de aprendizaje que consideran el nivel de desarrollo del estudiante.

La tarea de innovar no es fácil, ya que el sistema escolar ha tendido a perpetuar modelos donde la enseñanza de las materias llamadas intelectuales ha tenido un mayor reconocimiento, otorgándole una importancia secundaria a las llamadas prácticas corporales; esta dimensión, generalmente, se ha orientado y desarrollado en función del aporte a la salud física y al carácter lúdico-recreativo.





En el entendido de que, tradicionalmente, el rol de la escuela ha consistido en enseñar, la escuela del presente, situada en un mundo globalizado, no podría limitarse al desarrollo del ámbito intelectual, ya que el ser humano, por sobre su racionalidad, es un ser que se construye en base a su corporalidad (equilibrio entre cognición, afectividad y acción) que se expresará en una identidad social y cultural. Al no considerar aquello, el individuo podría llegar a exacerbar dificultades que se traducirán, posteriormente, durante la adolescencia, en exclusión o en comportamientos socialmente inadaptados, y en consecuencia, en dificultades de convivencia.

*“El aprendizaje de la convivencia escolar es una invitación temprana a reconocerse como integrante de una sociedad construida entre todos y con todos. Una sociedad donde cada uno y cada una está incluido/a y es valorado/a, respetando y acogiendo sus creencias y sus formas culturales particulares, porque le asiste un conjunto de derechos que emanan de su dignidad como ser humano”.* (Política Nacional de Convivencia Escolar, MINEDUC, Versión 2012).

## 3.2. EL DESARROLLO DEL ESQUEMA E IMAGEN CORPORAL EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS Y LAS ESCOLARES

*“Fundamentalmente el esquema corporal se constituye como un fenómeno de carácter perceptivo que tiene su punto de partida en las sensaciones tomadas del interior y del exterior del cuerpo”. (Berruezo, P. 2004)*

En esta etapa del desarrollo, el estudiante se caracteriza por tener una mayor consolidación de su competencia motora, traducida en acciones planificadas, donde el componente social influye fuertemente en la manera como integra los aprendizajes instrumentales e incorpora normas y reglas de convivencia.

En relación a su corporalidad, el estudiante ha ido estructurando su esquema corporal. Se entiende por esquema la organización de todas las sensaciones referentes al propio cuerpo, vinculadas con los datos proporcionados por el mundo exterior.

El esquema corporal se elabora al compás del desarrollo motriz y la maduración del sistema nervioso, e implica lo siguiente:

- Límites en el espacio (morfología).
- Habilidades motoras básicas (equilibrio, manejo de lateralidad, organización espacial y temporal etc.).
- Posibilidades de expresión a través del cuerpo (actitudes, mímica).
- Percepciones de las diferentes partes de nuestro cuerpo.
- Conocimiento verbal de los diferentes elementos corporales.
- Posibilidades de representación simbólica que tenemos de nuestro cuerpo (desde el punto de vista mental o desde el punto de vista gráfico).







Estrechamente unido al concepto de esquema corporal, está el de imagen corporal. El estudiante percibe y vive su existencia, es objeto y sujeto a la vez. Se tiene, pues, dos niveles diferentes del mismo proceso: por una parte el cuerpo como objeto de percepción (Fonseca, 1998) y por otra, el cuerpo como objeto de representación, esto sería la conciencia de sí.

Los aspectos emocionales y las interacciones sociales, constituirán el tejido interno de la imagen corporal que se construye siempre bajo la mirada del otro. Por esta razón adquiere tanta importancia que exista una educación emocional en la escuela.



### 3.3. INFLUENCIA DEL MOVIMIENTO EN LAS CAPACIDADES DE APRENDIZAJE

“Al usar el término ‘acción’, deseamos enfatizar nuevamente que los procesos motores y sensoriales, la percepción y la acción, son fundamentalmente inseparables en la cognición vivida”.  
(Maturana y Varela, 1996)

En esta etapa de la vida, el estudiante ha adquirido nociones sobre su cuerpo, lo que le permitirán continuar avanzando en su desarrollo y en sus aprendizajes. Es necesario recordar que el estudiante “es” su cuerpo, ya que en su actuar, frente a sí mismo y frente al mundo, expresa su manera de ser por medio de su actitud corporal.

El desarrollo armónico de la motricidad en la infancia permitiría a los estudiantes lograr altos niveles de seguridad y confianza personales, que conformarán una base de sustentación para todos sus aprendizajes posteriores.

Esta plataforma básica de organización, funcionaría como soporte para recibir y mediar la información que proviene del ambiente externo. Por otro lado, una buena experiencia con la corporalidad y los movimientos a esta edad, permitiría a los estudiantes tener un mayor control sobre sus capacidades de atención, cualidad imprescindible para la adquisición cualquier aprendizaje.

Los estudiantes, cotidianamente, afrontan en la escuela una gran diversidad de situaciones para las que no cuentan con un plan de acción predeterminado, ya que para enfrentarlas requieren de competencias, habilidades y estrategias cognitivas que sería necesario ayudarlos a desarrollar.

Actualmente, se ha definido como funciones ejecutivas a las estrategias cognitivas que permitirán a los estudiantes un funcionamiento adaptativo, reflexivo y estratégico para enfrentar diferentes situaciones y nuevos aprendizajes. Pero, ¿qué necesitarían los estudiantes para adquirir e instalar en su comportamiento habitual estas funciones ejecutivas?





Diferentes autores nos explican que para el desarrollo de estas funciones es necesario haber adquirido algunos comportamientos autónomos y una organización básica de la acción motriz, referida a la lateralidad, equilibrio, noción de cuerpo, estructuración del esquema corporal, nociones básicas de ubicación y organización espacial y temporal.

Estas funciones paulatinamente se irán instalando en el comportamiento habitual del estudiante y activando de manera paralela las llamadas funciones ejecutivas, que se expresarían en un comportamiento práxico, es decir, en una capacidad de elaborar y desarrollar acciones motrices planificadas, organizadas y en coherencia con el contexto y consigo mismo.

Al contrario, los comportamientos simples o mecánicos, desarrollados frecuentemente por la experiencia o el aprendizaje repetitivo, no promoverían una activación de las funciones ejecutivas, caracterizadas por un pensamiento reflexivo, anticipatorio, basado en la planificación y verificación de las acciones.

Por lo tanto, las situaciones de aprendizaje, que involucren movilización de acciones activarán representaciones creativas que establecerían nuevas asociaciones y por lo tanto, adquisición de aprendizaje.

Así, sería de vital importancia ofrecer durante esta etapa, experiencias educativas y ambientes de aprendizaje que favorecieran la autorregulación de su conducta, transitando desde un actuar impulsivo hacia una forma de acción más reflexiva.

Los docentes podrían ofrecer al estudiante un rol protagónico en las tareas solicitadas, que le permitiesen una acción creativa en el mundo, desde un “yo” consciente y presente de manera corporal y cognitiva, favoreciendo las posibilidades de:

- Mantenimiento y organización de información, orientada hacia la formulación de planes y desarrollo de tareas de manera autónoma, es decir, proponiendo al estudiante tareas para que determine formas, materiales y acciones a seguir, respondiendo de manera pertinente. Por ejemplo: en juegos grupales colaborativos.
- Identificación y abordaje de situaciones novedosas y complejas mediante la puesta en marcha de mecanismos de observación, verificación y control, es decir, apoyar a los estudiantes en la determinación de los pasos y/o etapas en el desarrollo y ejecución de una tarea monitoreando su desarrollo y verificando los resultados. Por ejemplo: juegos grupales de pelota.
- Ofrecer diversos recursos de observación e integración de fuentes de información (sensorial, afectiva, de esquemas cognitivos y comportamientos motrices), promoviendo la resolución de problemas complejos de una forma eficiente y armoniosa; y otorgando oportunidades para utilizar diversas estrategias donde los estudiantes sean capaces de resolver problemas, incorporando nuevos aprendizajes. Por ejemplo: juegos de búsqueda del tesoro.
- Promover actividades de movimiento que consideren a los estudiantes con necesidades educativas especiales, orientando la toma de medidas oportunas, cualitativas y cuantitativas ante la práctica deportiva. Se sugiere las siguientes adecuaciones en la planificación y ejecución de las clases que incluya a estudiantes con necesidades educativas especiales:





A continuación les daremos a conocer algunos conceptos extraídos de los programas de estudio educación física y salud 2013 en relación a los estudiantes con necesidades educativas especiales:

- Centrar la enseñanza en lo que el estudiante puede hacer, en lugar de enfocarse en su discapacidad o en su necesidad educativa especial.
- Consultar al estudiante sus necesidades e intereses y, sobre esa base, seleccionar estrategias que le ayudarán a sentirse cómodo e incluido durante la clase.
- Enfrentar cada situación de manera individual, trabajando colaborativamente con el profesor de educación diferencial.
- Hacer ajustes durante las actividades solo cuando sea necesario y permita cierta fluidez.
- Potenciar el desarrollo de nuevas habilidades de manera estructurada y progresiva.
- Evitar llamar la atención a las modificaciones que se hicieron para los alumnos con necesidades educativas especiales, siendo justos con los demás estudiantes.
- Asegurar el equipo adecuado para los estudiantes con necesidades educativas especiales, como tamaño de pelotas, tipos de colores, adecuados pesos y/o texturas.
- Ajustar las reglas de las actividades para aumentar las probabilidades de éxito del alumno, manteniendo un nivel adecuado de complejidad; por ejemplo: aumentar el número de intentos permitidos, hacer un blanco más grande o acercarlo al alumno, ajustar el tamaño del área de juego, variar el tiempo de la música, alargar o acortar el tiempo de juego, entre otros.
- Asignar un compañero que le brinde apoyo y le sirva de guía en algunas ocasiones.
- Ajustar protocolos para asistir a los alumnos con necesidades educativas especiales de forma más rápida y efectiva, como códigos de conducta en diferentes espacios, práctica de hábitos de higiene, transiciones entre actividades, entre otras.
- Ajustar los procesos de evaluación, permitiéndole que demuestre su aprendizaje; por ejemplo: darle más tiempo para completar un ejercicio, disminuir la dificultad del movimiento, asignarle un compañero como guía, permitirle respuestas orales, entre otras.
- Considerar posibles cambios en la utilización del gimnasio, la cancha y/o ambiente escolar que requiera un alumno con necesidades especiales, como su comodidad en el espacio o respecto de la oscuridad o la claridad, entre otros.

### 3.4. CARACTERÍSTICAS DE LOS Y LAS ESTUDIANTES DE 7 A 12 AÑOS



La etapa de los 7 a los 12 años sería un periodo caracterizado fundamentalmente por lo escolar, el crecimiento físico ha disminuido respecto a la fase anterior, los cambios no son tan drásticos y la escuela es un nuevo ámbito donde el estudiante va a desarrollarse, cognitiva, social y personalmente.

Es posible apreciar un crecimiento físico más asociado a un incremento de estatura que de peso. Si el estudiante ha logrado instalar las funciones de equilibrio, lateralidad, noción de cuerpo y organización espacial y temporal, podría desarrollar de manera más armónica su pensamiento lógico-matemático.

El pensamiento, menos egocéntrico, permitirá que el estudiante comprenda y acepte mejor otros puntos de vista, flexibilizando además su pensamiento moral. Sin embargo, su pensamiento sigue unido al aquí y ahora, es concreto, por lo que aún es difícil que piense de manera abstracta (reflexionar, probar hipótesis, comprender probabilidades).

La etapa de los 7 a los 12 años es un estadio de transición en el autocontrol, es necesario que los padres continúen ejerciendo un control general de supervisión hasta el logro de su autorregulación. Este autocontrol dependería de la capacidad del estudiante para conciliar sus propios deseos con las exigencias exteriores, y de su capacidad de organizar de manera progresiva su esquema corporal, permitiéndole adecuar su comportamiento a las crecientes demandas educativas, sociales y de su desarrollo biológico.





Al final de este período, se producirán en los estudiantes fuertes cambios físicos y psicológicos, debido a una activación de las hormonas que determinarán las características sexuales secundarias, la definición de su identidad y orientación sexual.



El estudiante es más receptivo a la influencia de quienes le rodean, con lo que se pueden utilizar mejor los refuerzos sociales, aprobación o desaprobación, que en los niños más pequeños responden principalmente a los refuerzos materiales. Entre los siete y los doce años se desarrollarán muchos hábitos y aficiones, los estudiantes están abriéndose al mundo, conociendo posibilidades y adquiriendo una mayor autonomía en sus acciones y en sus movimientos.



La amistad entre pares es fundamental en esta etapa, aunque priman los intereses individuales más que los intereses comunes. Al final de esta fase, los estudiantes ven la amistad como una relación continua, comprometida. Comenzarán a respetar las necesidades tanto de dependencia como de autonomía.



El estudiante, a esta edad, sentirá una creciente preocupación por ser popular, buscando la aprobación de su grupo social y de los adultos. Estos últimos son vistos como modelos a seguir.



El comportamiento competitivo sería otro fenómeno que comienza en esta edad y es una consecuencia de la actividad cognitiva de evaluación, por lo que mide y compara. Sin embargo, no es un comportamiento competitivo a imagen adulta, es menos complejo y sin tantas contaminaciones culturales y emocionales.



### 3.5. SUGERENCIAS PARA LA INCORPORACIÓN DE ACTIVIDADES MOTRICES, PRE-DEPORTIVAS, DEPORTIVAS Y RECREATIVAS CON ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA

*“Esta etapa es fundamental en la construcción del individuo... el juego es lo que caracteriza la infancia, tendremos una razón esencial para establecer su importancia de cara a la utilización en el medio escolar... para que el niño o la niña organice sus conocimientos sobre el mundo y sobre los otros”.*  
(Lázaro, A. 1995)

En esta etapa tendría particular importancia comprender la conexión entre el desarrollo motriz y el cognitivo. Los juegos como siempre adquieren un valor educativo, por las posibilidades de establecer relaciones con el entorno, y por la organización de las relaciones lógicas que se favorecen y se organizarían a partir de la interacción que se produce entre el cuerpo del niño, el espacio, el tiempo, los objetos y los otros niños.

El adulto a cargo del acompañamiento del estudiante de esta edad, debería contar con un profundo conocimiento del desarrollo físico, motriz, psicológico, cognitivo y emocional, potenciando en el estudiante la posibilidad de transitar de manera armoniosa al mundo social y cultural, adaptándose a las exigencias que los aprendizajes y la convivencia escolar le demanden. Por lo tanto, se sugiere a los docentes:

- Alentar al estudiante a expresarse verbal y corporalmente de manera abierta, y a comunicar sus inquietudes sin miedo a ser objeto de burlas.
- Promover la participación de todos los estudiantes en experiencias sociales y de actividades físicas, proporcionando tiempos para la expresión creativa a través de juegos colaborativos que estimularán el trabajo en equipo, sin sentir la constante presión del rendimiento.







- Proporcionar a todos los estudiantes experiencias educativas de movimiento, lúdicas y recreativas, que posibilitarán la adquisición de los elementos básicos culturales, como son el folclor y los juegos tradicionales.



- Considerar en la puesta en funcionamiento de los juegos motrices, que el tiempo es flexible y que debe ser distribuido de acuerdo a las características de los estudiantes, el tamaño del grupo y los recursos con que cuenta para el desarrollo de la actividad.



- Intercalar actividades educativas que necesitan de mucha atención y esfuerzo intelectual, con actividades de movimiento o de conciencia corporal.

- Respetar los ritmos individuales y las necesidades fisiológicas, afectivas, de movimiento y expresión corporal, de expresión simbólica, de relajación, de socialización, de expresión, comunicación, descubrimiento y creación.



- Procurar que el material sea atractivo, adecuado a la edad y a las necesidades educativas especiales (NEE) que algunos de los participantes pudieran presentar, quienes deben ser incorporados en el montaje de los juegos.

- Planificar espacios para la organización de “juegos libres”, que permita contar con tiempos de observación de la actividad espontánea y/o protagónica de los estudiantes, conociéndolos en profundidad, desarrollando paralelamente la capacidad de observación de situaciones en particular como asimismo de abarcar a todos los participantes, teniendo una visión de conjunto.



- Organizar las actividades de manera de evitar la espera de turno de participación, es preferible que participen cuatro grupos simultáneamente, a tener a la mitad del curso en espera.



### 3.6. ¿QUÉ TIPO DE EXPERIENCIAS DEBEMOS REALIZAR CON LOS Y LAS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA?

Con los estudiantes de educación básica la incorporación de prácticas de movimiento y corporalidad de manera frecuente y variada, posibilitarían el desarrollo de una cultura saludable en la escuela, y para ello se sugiere:

- Desarrollar actividades de relajación, que permitan mejorar la autoconciencia, el reconocimiento de las diversas partes del cuerpo, el control de la respiración y la focalización de la atención.
- Proponer juegos de reglas, que facilitan la socialización de los estudiantes, teniendo en cuenta que los intercambios sociales del nivel preoperatorio son de carácter pre-cooperativo, es decir, a la vez sociales, pero centrados sobre la actividad de ellos mismos.
- Incorporar paulatinamente el deporte por medio de actividades pre-deportivas, es decir, actividades lúdicas similares al deporte, pero con reglas adaptadas según las necesidades y edades de los estudiantes.
- Establecer reglas claras en las actividades motrices y juegos, asegurándose de que éstas sean comprendidas por todos los estudiantes, ya que de lo contrario las actividades pueden convertirse rápidamente en monótonas o aburridas; al mismo tiempo, si éstas son muy restrictivas, invitarán a las trampas.
- Diseñar actividades que promuevan las agrupaciones y movimientos en conjunto, así como la búsqueda colectiva de resolución de tareas (rítmicas, motoras, imaginativas, cognitivas).
- Los juegos deben contribuir a la adquisición del mayor número posible de patrones motores básicos, con los que se puedan construir nuevas opciones de movimiento y desarrollar correctamente las capacidades motrices y las habilidades básicas.
- Desarrollar juegos y actividades en conjunto con profesores de educación física, artes visuales, música, lenguaje y ciencias, favoreciendo la incorporación de variados aprendizajes.





### 3.7. SUGERENCIAS PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS PADRES, MADRES Y APODERADOS A LAS ACTIVIDADES: MOTRICES, PRE-DEPORTIVAS, DEPORTIVAS Y RECREATIVAS CON ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA

Una de las tareas principales a desarrollar sería la incorporación de los padres, madres y apoderados en las actividades recreativas, paseos, piscina, campamentos y excursiones, que facilitarán la interacción social, una adecuada convivencia y al mismo tiempo, permitirán que padres y apoderados se sientan cooperadores de la labor docente.

Se sugiere hablar con los padres, madres y apoderados acerca de la autonomía adquirida por sus hijos señalándoles, que aún cuando parezcan independientes, es necesario seguir acompañándolos en sus actividades recreativas, ya que para los estudiantes en esta etapa el apoyo es fundamental:

- Promueva su colaboración en las actividades: motrices, recreativas, pre-deportivas y deportivas que el establecimiento propone. Esto contribuye a la identificación del grupo familiar con el proyecto educativo del establecimiento.
- Sugiera a los padres, madres y apoderados que no sancionen a sus hijos prohibiéndoles la participación en actividades recreativas y deportivas en las que ellos se han comprometido, puesto que de esta manera no promueven la responsabilidad de los niños con sus compromisos.
- Dialogue con los apoderados acerca de la importancia de no proyectar sus logros o frustraciones, sus deseos o sus carencias, en las actividades motrices, pre-deportivas, deportivas, respetando de esta manera la individualidad de los estudiantes aceptándolos como son.
- Converse con los padres, madres y apoderados de estudiantes con necesidades educativas especiales, informándoles que la participación en actividades motrices, pre-deportivas y deportivas es un beneficio y no un riesgo para ellos.





# 4. ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES MOTRICES, DEPORTIVAS Y RECREATIVAS EN EL CONTEXTO ESCOLAR

**PROFESOR/A ENSEÑANZA MEDIA**



## 4.1 LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ACTUALIDAD

La educación física ha tenido, en los últimos años, una serie de cambios tanto en su concepción como disciplina del movimiento como en su didáctica, y consecuentemente con ello, la formación del profesorado y los ámbitos que debe contemplar en su quehacer, de manera de responder a las demandas de la sociedad. Las políticas educativas imperantes le han otorgado una importancia acorde a la visión del rol que ésta cumple en el proceso de acompañamiento del desarrollo y aprendizaje de los niños/as y jóvenes insertos en el sistema escolar.

No intentaremos realizar una línea de tiempo de la historia de la educación física, sino más bien, mencionaremos algunas tendencias que han imperado para entender el papel que debería ocupar en la escuela de hoy.

Si bien, la educación física fue desde sus albores una actividad tendiente a preparar para la guerra, este sentido fue cambiando progresivamente hasta nuestros tiempos, es así, que desde la Gimnasia Sueca de Ling, con ejercicios gimnásticos también de carácter militar, se fue generando el concepto de cuerpo acrobático, con ejercicios de dificultad creciente y énfasis en la competición; se vislumbran los deportes, principalmente aquellos que se practicaban en Inglaterra, hasta la instauración de los "Juegos Olímpicos de la Era Moderna", por parte del Barón Pierre de Coubertin.

A partir de los años 50, aparece una nueva corriente en Francia, denominada educación psicomotriz (cuerpo pensante), donde se concibe al cuerpo desde una perspectiva dualista, contemplando no sólo los aspectos físicos, sino también los emocionales y cognitivos en interacción con el contexto físico y relacional. Entre los representantes de esta tendencia se señalan a Le Boulch, Louis Picq, Pierre Vayer, Aucouturier y Lapierre, entre otros.

Siguiendo esta línea, el profesor Parlebás, en los años setenta, desarrolla una teoría social de la actividad psicomotriz, la cual denomina como sociomotricidad, clasificando la acción motriz en una serie de categorías conceptuales referidas a los juegos de colaboración, de oposición y de colaboración/oposición.





Por su parte, la expresión corporal (cuerpo comunicante) aparece como una nueva corriente, asociada a actividades extraescolares de tipo recreativas y que de manera ecléctica, incorpora en el sistema escolar metodologías referidas a la danza, el mimo, las técnicas de expresión corporal, el teatro, entre otras.



De allí en adelante, aparecieron un sin número de actividades físicas que dicen relación con la incorporación de otros grupos humanos y etarios, que no solo corresponden al contexto escolar, como por ejemplo, la actividad física centrada en la salud, los deportes alternativos y de riesgo, actividades para niños/as con necesidades educativas especiales, adultos mayores, culto al cuerpo, actividades de contacto con la naturaleza y ecoturismo.



En esta propuesta, la educación física intenta tomar lo mejor de estas tendencias y hacer propio el concepto de calidad de vida, asumiendo una forma complementaria de actuación transversal, abriendo la posibilidad de desarrollar un trabajo interdisciplinario con los diferentes profesionales que acompañan el desarrollo y el aprendizaje de los niños y jóvenes a través del ciclo escolar. Esta nueva corriente se expresa en los siguientes términos:

- El modelo excesivamente competitivo debería ser sustituido por un modelo mayormente recreativo, al menos en edades tempranas.
- La pluralidad de actividades físicas ha obligado a los profesores a utilizar nuevos espacios, entre ellos la naturaleza.
- El reconocimiento de la importancia de la autoestima y autoimagen ha otorgado relevancia a las actividades físicas, debido a su carácter socializador.
- Las actividades físicas en los niveles preescolares desarrollan hábitos de movimiento, los que permiten tener una vida más saludable en la adolescencia y adultez.



## 4.2. ¿CUÁL ES LA IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN ESTA ETAPA ESCOLAR?

Al revisar la bibliografía que existe en relación al movimiento, la corporalidad, el juego y el deporte, mucho de lo cual ha sido abordado en los capítulos anteriores de este material, nos encontramos con varios aspectos en común, a saber: el tono muscular, el afecto, la salud, el desarrollo físico, el esquema corporal, la relación con el otro, la imagen corporal y la realidad cultural, entre otros.

Sin embargo, en esta etapa nos encontramos con un niño que recién inicia su tránsito por la vida juvenil, con múltiples cambios que aún no logra asimilar completamente, pero que en gran medida, ya corresponden a un cuerpo adulto. Este joven ha tenido en su vida, en mayor o menor forma, vinculación con el movimiento, lo que va a depender de su familia o de las personas que estuvieron encargadas de su cuidado infantil, del lugar donde se crió, del establecimiento educativo al cual asistió, de su desarrollo físico, de sus carencias, de su salud o ausencia de ella. Pero, para la comunidad educativa, lo relevante es que este estudiante ya está en la enseñanza media y es necesario, que sus experiencias en esta etapa sean lo más enriquecedoras y significativas posibles.

En principio, procurar que su imagen corporal le sea agradable, que la conozca, la acepte y disfrute de ella, es decir, que siga conociendo el mundo desde su realidad corporal y pueda relacionarse con otros desde una mirada honesta y abierta de sí mismo, para hacer suyo lo mejor de su cultura.

La corporalidad y la motricidad constituyen el origen de la comunicación y de la primera relación humana, desde ellas se logra el conocimiento propio y se establece la relación con los demás, sin embargo, actualmente, la tendencia de los jóvenes se ha modificado. Sus estilos de relaciones son más virtuales, es decir, con ausencia del cuerpo, han reemplazado el juego con los hermanos o vecinos, andar en bicicleta y jugar a la pelota, por las consolas de juego y las diferentes redes sociales.

Estos elementos, propios de nuestra sociedad actual, han sido fuertes seductores de los jóvenes y los han alejado de la actividad física, por lo que es necesario hacer un gran esfuerzo por re-encantarlos hacia actividades lúdicas de carácter motriz, recreativas o







deportivas, que si bien es cierto pueden iniciarse en la escuela, a muchos, los acompañarán el resto de su vida.



Los beneficios de la actividad física son ampliamente conocidos, aceptados y difundidos, la relación de ésta con el desarrollo físico y la salud es fundamental; reducir la relevancia de la motricidad en esta etapa es desconocer la importancia de la educación física y su relación con todas las asignaturas en la formación de los jóvenes. La motricidad es también desarrollo de la creación, espontaneidad, intuición y organización del pensamiento y de la inteligencia.



Cada persona construye su estilo propio de movimiento como manifestación de su personalidad. Esta construcción de la identidad motriz es el resultado de procesos afectivos, cognitivos y expresivos que se han adquirido a través de la vida. De esta forma, el estudiante podrá incorporar técnicas de movimientos asociadas a deportes, expresión corporal u otras disciplinas de carácter motriz, que influirán en una nueva manera de visualizar el mundo, como su manera de ser y estar en él.

Podemos considerar, en el ámbito de la actividad física, cuatro áreas básicas:



- Habilidades y Destrezas Motrices
- Vida Activa y Salud
- Seguridad
- Juego Limpio y Liderazgo



Todas ellas pueden ser orientadas con una finalidad educativa de recreación o esparcimiento y para acrecentar o mantener la salud integral y las capacidades cognitivas. Las actividades realizadas en estas áreas deben ser adaptadas para aquellos estudiantes que presentan necesidades educativas especiales asociadas a discapacidad.



El concepto de deporte ha variado con el paso del tiempo en función de la evolución de las sociedades en que se ha desarrollado. Para Pierre de Coubertin, el impulsor de los Juegos Olímpicos de la Era Moderna, el deporte aparece como la ejecución de ejercicio muscular, habitual y voluntario con el deseo de progresar, asumiendo cierta dosis de riesgo. En esta concepción las reglas no figuran como una variable o factor.



En esta misma línea, pero con alguna matización relativa a la limitación impuesta por las reglas, aparece la reflexión efectuada por Cagigal (1957). Para este autor, en el deporte destaca sobremanera el aspecto lúdico, espontáneo y desinteresado, que se practica como forma de superación y que puede estar sometido por algún tipo de regla. Finalmente, Parlebás, define el deporte como “conjunto de situaciones motrices codificadas en forma de competición y con un carácter institucional”.

Es recomendable respetar la elección de los jóvenes de practicar un deporte determinado, música, danza, teatro, u otras disciplinas de carácter motriz. Estas opciones son fundamentales para que descubran y comprendan la libertad, pero una libertad entendida en su realidad y en su contexto social, asumiendo sus beneficios, responsabilidades y obligaciones, todo ello sobre la base de actividades lúdicas que sean pertinentes a sus intereses y les diviertan.

Por lo tanto, se sugiere a los docentes promover actividades de movimiento, considerando:

**Enfocar las actividades deportivas hacia la adquisición y desarrollo de capacidades motrices que incluyan aspectos sociales, cognitivos y psicológicos.**

**Que las actividades tengan un carácter abierto, es decir, la participación no puede supeditarse a características de género, niveles de habilidad u otros criterios de discriminación.**

**Que el énfasis esté focalizado en el enriquecimiento de la persona, en las relaciones de colaboración y en el conocimiento personal y corporal, y no solo en la obtención de un resultado (ganar).**

**Que transmita, en combinación con la vivencia práctica, el conocimiento por los efectos para el organismo de cada deporte o actividad motriz, junto con la importancia y repercusión de las mismas en la salud.**

**Que ayude a descubrir y desarrollar el placer por la actividad físico-deportiva.**

**Que se enfoque hacia la consecución de hábitos de movimiento perdurables, que se pueden practicar durante toda la vida.**





**Que considere a los estudiantes con necesidades educativas especiales, enseñándoles a tomar las medidas oportunas, cualitativas y cuantitativas ante la práctica deportiva. En este aspecto se recomiendan las siguientes adecuaciones en la planificación y ejecución de las clases:**

- Centrar la enseñanza en lo que el alumno puede hacer, en lugar de enfocarse en su discapacidad o en su necesidad educativa especial.
- Consultar al estudiante sus necesidades e intereses y, sobre esa base, seleccionar estrategias que le ayuden a sentirse cómodo e incluido durante la clase.
- Enfrentar cada situación de manera individual, consultando al profesor de educación diferencial.
- Hacer ajustes durante las actividades sólo cuando sea necesario y permita cierta fluidez.
- Potenciar el desarrollo de nuevas habilidades de manera estructurada y progresiva.
- Evitar llamar la atención a las modificaciones que se hicieron para los alumnos con necesidades educativas especiales, siendo justos con los demás estudiantes.
- Asegurar el equipo adecuado para los estudiantes con necesidades educativas especiales, como tamaño de pelotas, tipos de colores, adecuados pesos y/o texturas.
- Ajustar las reglas de las actividades para aumentar las probabilidades de éxito del alumno, manteniendo un nivel adecuado de complejidad; por ejemplo: aumentar el número de intentos permitidos, hacer un blanco más grande o acercarlo al alumno, ajustar el tamaño del área de juego, variar el tiempo de la música, alargar o acortar el tiempo de juego, entre otros.
- Asignar un compañero que le brinde apoyo y le sirva de guía en algunas ocasiones.
- Ajustar protocolos para asistir a los alumnos con necesidades educativas especiales de forma más rápida y efectiva, como códigos de conducta en diferentes espacios, práctica de hábitos de higiene, transiciones entre actividades, entre otras.
- Ajustar los procesos de evaluación, permitiéndole que demuestre su aprendizaje; por ejemplo: darle más tiempo para completar un ejercicio, disminuir la dificultad del movimiento, asignarle un compañero como guía, permitirle respuestas orales, entre otras.
- Considerar posibles cambios en la utilización del gimnasio, la cancha y/o ambiente escolar que requiera un alumno con necesidades especiales, como su comodidad en el espacio o respecto de la oscuridad o la claridad, entre otros. (Programas de Estudio Educación Física y Salud 2012).



Ya sean los deportes individuales o los colectivos, las actividades de expresión corporal, los deportes alternativos o las actividades en la naturaleza, requieren de ciertas características personales que definirán su elección, sin embargo, el docente que ha observado y conoce a sus alumnos, puede, en algunos casos sugerir o guiar hacia un cambio de actividad, que le permita al joven un mejor equilibrio emocional y afectivo.

En el mundo del deporte, se habla sobre la necesidad de controlar la tensión competitiva, la presión, de minimizar el temor, de controlar la ansiedad, de fomentar la concentración, la memoria y la atención, factores que a algunos jóvenes podrían ayudarles en su formación personal (autoestima, autoimagen, resolución de conflictos, tolerancia a la frustración). Por otro lado, la formación moral, en hábitos, conductas, valores o virtudes que entrega el deporte, y en general las actividades físicas, realizadas en forma rigurosa y sistemática, son muchas, pero las resumiremos en tres grandes grupos:

CONOCIMIENTO Y SUPERACION DE SÍ MISMO: **valores personales.**

JUEGO LIMPIO Y LIDERAZGO: **valores deportivos.**

ESPÍRITU DE EQUIPO: **valores sociales.**

Existe la convicción que, ni la excesiva competencia ni la ausencia de ella harán del deporte por sí solo un instrumento educativo, o formador de hábitos, valores o virtudes, sino más bien, será quien las guíe, el tutor, quien mediará para que el joven los descubra y haga propios.





### 4.3. ¿POR QUÉ EL MOVIMIENTO Y LA RELACIÓN CON EL CUERPO ES TAN IMPORTANTE PARA LA FORMACIÓN Y EL DESARROLLO INTEGRAL?



Habitualmente, todas las personas han tenido alguna vez la experiencia de efectuar algún tipo de actividad física, durante y después de esta actividad hemos experimentado cambios en varios niveles de nuestra corporalidad, nos hemos sentido más vitales, con mayor lucidez, los pensamientos cambian de intensidad y de estilo, y nuestro ánimo mejora. Es decir, los efectos del movimiento se manifiestan en diversos niveles al mismo tiempo, en lo cognitivo, emocional, físico y energético.



Además, cuando nos movemos de manera armónica y cuando nuestra acción es efectiva, nos sentimos gratificados, competentes, pudiendo expresar aquello que previamente hemos planificado; por otra parte, cuando no lo logramos, o no nos atrevemos a expresar nuestros estados de ánimo por intermedio del movimiento, nos sentimos torpes o avergonzados y, finalmente, lo dejamos de intentar, buscando excusas para no movernos frente a otros.



*"Nacemos con una relación inconclusa entre el cuerpo y el cerebro que no tiene vías de comunicación ni interacción. Es el desarrollo de la motricidad, lo que va a proporcionar esa comunicación estrecha entre el centro y la periferia del cuerpo". (Da Fonseca, 1998)*



En 2008, el neurocientífico Fernando Gómez Pinilla, junto a su equipo de trabajo, confirmó científicamente que la estimulación motriz genera cambios bioquímicos que influyen en el aprendizaje y la memoria.



El movimiento y el desarrollo de los sentidos (sensorialidad) son una estimulación necesaria para el funcionamiento del sistema nervioso y para profundizar funciones complejas del desarrollo neurológico.



La capacidad de realizar movimientos (repertorio motriz) se desarrolla en paralelo con el desarrollo emocional, el tono muscular regula ese comportamiento y, a su vez, las emociones van a determinar las características y el tipo de tonicidad en todos los

procesos de atención, vigilia y alerta. Un tono muscular armónico asegura, entre otras cosas, la capacidad para estar “presentes”, y por lo tanto, con disponibilidad para aprender.

El equilibrio corporal, base del equilibrio emocional y de la seguridad en sí mismo, es sin lugar a dudas el primer filtro para la resolución de conflictos, para tolerar de mejor forma la frustración y, por ende, mantener una relación de respeto y aceptación con uno mismo y con quienes nos rodean.

Es importante recordar que todos los aprendizajes relacionados con la capacidad de realizar movimientos, requieren de un proceso cognitivo que está a la base de los procesos del pensamiento abstracto.

El movimiento, el contacto y la relación con el cuerpo van a provocar varios procesos, entre ellos:

- Mantener la seguridad y el sentimiento de autoconocimiento y autocontrol, por lo tanto, sentimientos de autoconfianza en los distintos niveles de su experiencia: motriz, psicológica, cognitiva y emocional.
- Permitir la regulación del tono muscular que está a cargo del movimiento, las posturas, los estados de vigilia, los fenómenos de la atención y los procesos emocionales.
- Estimular el funcionamiento del sistema nervioso central, permitiendo a los estudiantes la flexibilidad del funcionamiento cerebral, lo que facilitará la incorporación de diversos aprendizajes.
- Organizar la corporalidad y su relación con el espacio y el tiempo, es decir, activar las “funciones ejecutivas” relacionadas con la planificación, regulación y verificación del comportamiento, así como la capacidad de implementar estrategias de resolución de problemas.
- Realizar actividades de movimiento restituye vitalidad e influye en los estados de ánimo, reduciendo el nivel de estrés, la ansiedad y la depresión; la actividad física activa el sistema inmunológico.





## 4.4. CARACTERÍSTICAS DE LOS Y LAS JÓVENES DE 13 A 18 AÑOS



En esta etapa, los jóvenes están experimentando bruscos cambios hormonales, corporales, y psicológicos. Durante la infancia, la imagen corporal cambia de forma lenta y progresiva. El adolescente, por el contrario, vive fenómenos totalmente nuevos, su cuerpo se transforma. Todo este proceso le exige una reelaboración de su esquema corporal. Estos cambios en su estructura física generan movimientos que se vuelven algo torpes, lo que será superado de mejor forma si el joven realiza actividad física de manera sistemática.



En el ámbito cognitivo, aparecen los pensamientos lógicos y una leve tendencia a menospreciar aquellos pensamientos más imaginativos de la infancia. Surge la capacidad para acumular conocimientos y aplicar conceptos. Después de los 12 años se observa una mayor capacidad para ver las cosas en términos relativos y para pensar en términos más abstractos, lo que promueve también la preocupación y el cuestionamiento de los principios sociales, morales y éticos.



En el ámbito psicosocial, esta etapa conlleva muchos sentimientos de ansiedad, confusión, desconcierto y vergüenza, a veces muy difíciles de manejar por ellos y también por los adultos más cercanos.



El concepto de sí mismo, hasta los 15 años, está muy ligado a su imagen física, por esto es muy importante cómo los estudiantes aceptan los cambios corporales ocurridos en la pubertad. La pregunta por la identidad es recurrente y fundamental, crece con fuerza la necesidad de identificación con sus pares, buscan afinidad por determinados gustos o intereses y pueden llegar a excluir a alguien distinto de ellos. Aparecen en esta etapa conflictos con la autoridad (padres,



profesores, etc.), los jóvenes buscan adquirir autonomía y necesidad de respeto por su individualidad. Necesitan reafirmarse en todos los ámbitos, en su cuerpo y la imagen que tienen de él, en sus opiniones, en sus ideas, en su lugar en el mundo.

- El adolescente busca una imagen de sí mismo estable y las relaciones con el sexo opuesto comienzan a ser más importantes. En esta etapa el concepto de moralidad de los adolescentes comienza a ser más filosófico.
- Los adolescentes que participan en deportes desarrollan una fuerte identidad de equipo, aunque todavía se basan primariamente en triunfos y derrotas.
- Durante esta etapa ocurren grandes cambios de intereses, pasatiempos y actividades físicas.
- Los medios de comunicación ejercen gran influencia en relación a su identidad.
- Los adolescentes se preocupan por el presente, les cuesta pensar en el futuro y reflexionar sobre el pasado.
- Experimentan la sensación de exclusión y para contrarrestarla generan agrupamientos de pares (bandas de rock, clubes, fútbol, tribus urbanas, etc.).
- Acusan inestabilidad de lazos y compromisos.
- Son solidarios y se preocupan por causas nuevas, revalorizando las anteriores.
- Comprenden la globalidad, la interculturalidad y la diversidad.







## 4.5. SUGERENCIAS PARA LA INCORPORACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES EN ESTA ETAPA ESCOLAR



La pubertad marca una etapa en el ciclo vital que, frecuentemente, es vivida como una crisis profunda de identidad; los púberes viven un proceso de cambios donde organizan y establecen una nueva relación consigo mismos, con su cuerpo y con los demás.



Debemos estar atentos a estos procesos, con el objeto de ofrecer desde la escuela un marco seguro de contención para este tránsito vital. Contando con esta seguridad el adolescente podrá adquirir e incorporar nuevos aprendizajes.



Como docentes, personas cercanas a ellos, tenemos que transformar el conocimiento teórico en una didáctica que nos facilite nuevas interacciones, donde sea posible incluir el cuerpo y el movimiento de los alumnos como elementos fundamentales a considerar en la práctica educativa cotidiana.



La corporalidad y el movimiento no son un ámbito exclusivo de la asignatura de educación física o de los que cultivan algún deporte, a través del movimiento el adolescente ejercita su capacidad de acción, de creatividad, de pensamiento y de aprendizaje.



Por lo tanto, las actividades deben ser planificadas en conjunto con el equipo docente del establecimiento, considerando las características de todos los estudiantes, con un diseño universal, teniendo en cuenta el desarrollo integral y la vida saludable.



- Instalar hábitos de movimiento en las clases en aula (pausas activas) y en los recreos (recreos activos), y no solamente durante la hora de educación física.
- No es conveniente forzar a los estudiantes bajo amenaza de su calificación, esto muchas veces genera el efecto contrario, es decir, desmotiva.
- Una actividad muy intensa, que genere exceso de fatiga, no garantiza un mejor rendimiento, sino más bien, rechazo por la actividad.
- Dele a elegir, negocie con ellos, por ejemplo, puede sugerir actividades del mismo tipo, pero con menor grado de dificultad.
- Si bien los campeonatos internos o con establecimientos invitados tienen gran aceptación, también se sugiere la realización de encuentros deportivos o muestras, para que la competencia no sea siempre el parámetro de evaluación, sino más bien, la participación y la fraternidad.
- Las actividades deportivas y recreativas entre los padres y madres, o padres, madres e hijos, generan lazos de comunicación y relación muy efectivos, como así también de identificación con la escuela, aún cuando en ocasiones es necesario dar algunas indicaciones a los padres o apoderados para que controlen el mal entendido espíritu competitivo y regulen su agresividad.
- Es favorable realizar eventos artísticos y culturales, tales como obras de teatro o musicales, donde los alumnos puedan desarrollar y mostrar sus habilidades vinculadas a la expresión corporal, la música, la danza, el canto o el teatro.
- Los campamentos, excursiones o caminatas son un gran agente de formación, más aún si son interdisciplinarias, es decir, que estén relacionadas con otras asignaturas; pueden también fomentar aspectos como el liderazgo, tanto con alumnos de cursos superiores como inferiores, pueden realizarse pequeños cursos de preparación de líderes u otros afines, por ejemplo: primeros auxilios, campismo, etc.
- Es importante también la realización de eventos deportivos o recreativos de carácter social, donde los alumnos sean los organizadores y responsables de estas actividades.
- Realizar campeonatos, muestras de deportes o juegos alternativos les da la oportunidad a aquellos alumnos que no realizan deportes tradicionales para que muestren sus habilidades y sean valorados socialmente.
- Las visitas a centros deportivos muchas veces entusiasma a los jóvenes a dar el paso inicial en la práctica de algún deporte.





## 4.6. ¿QUÉ ACTITUD NECESITAN DE LOS Y LAS DOCENTES LOS JÓVENES A ESTA EDAD?



Es importante que durante esta etapa los docentes estemos cerca, valorando y apoyando sus iniciativas, recordando y manifestando que estamos disponibles.



Para esto es fundamental que seamos buenos oyentes, que cuando nos hablen no los critiquemos, especialmente si cuestionamos lo relativo a su persona, a diferencia de sus acciones; es importante, cuando se les llama la atención, dejar clara esta distinción.



Es necesario respetarlos de la misma manera como esperamos que se nos trate, sin insultos, no ridiculizarlos ni exponer sus asuntos personales frente al curso, o al grupo de amigos, dándoles seguridad en sí mismos y en sus opiniones.



Es importante hablar indistintamente de hombres y de mujeres, con respeto, considerando sus formas de vestirse y de ser. No realizar críticas o comentarios en tono burlesco sobre su imagen corporal, estilo de vestimenta, lenguaje o características personales. De esta manera, es posible exigirles que respeten a sus compañeros.

El aprendizaje de la convivencia escolar es una invitación temprana a reconocerse como integrante de una sociedad construida entre todos y con todos. Una sociedad donde cada uno y cada una está incluido/a y es valorado/a, respetando y acogiendo sus creencias y sus formas culturales particulares, porque le asiste un conjunto de derechos que emanan de su dignidad como ser humano. (Política Nacional de Convivencia Escolar, MINEDUC, Versión 2012).

Asimismo, es importante para los jóvenes que los docentes sean consistentes entre lo que dicen y lo que hacen, esto les otorga seguridad y confianza, es decir, que cumplamos nuestra palabra y pongamos límites claros.

Es recomendable que el estilo de vida de los docentes, refleje un modelo para ellos en el cuidado del cuerpo y la salud y sea promotor de una vida activa, consecuentemente con ello, no exponerlos a tareas físicas o desafíos que no puedan realizar y menos compararlos con sus compañeros a propósito de su rendimiento físico o intelectual, o a propósito de su imagen y estilo o sus características personales.

Es importante variar de actividades, ya que someterlos a una misma actividad por mucho tiempo puede provocar desmotivación, pérdida de la atención o aburrimiento. Aunque se trabaje un solo contenido, se puede pasar de un momento de reflexión a un momento de trabajo grupal, de una actividad de debate o una actividad de investigación a una aplicación práctica de los contenidos, esto facilita mantener su atención durante un mayor tiempo.

Planificar actividades educativas con docentes de diversas áreas disciplinares es una modalidad que permite el desarrollo de clases entretenidas y saludables.

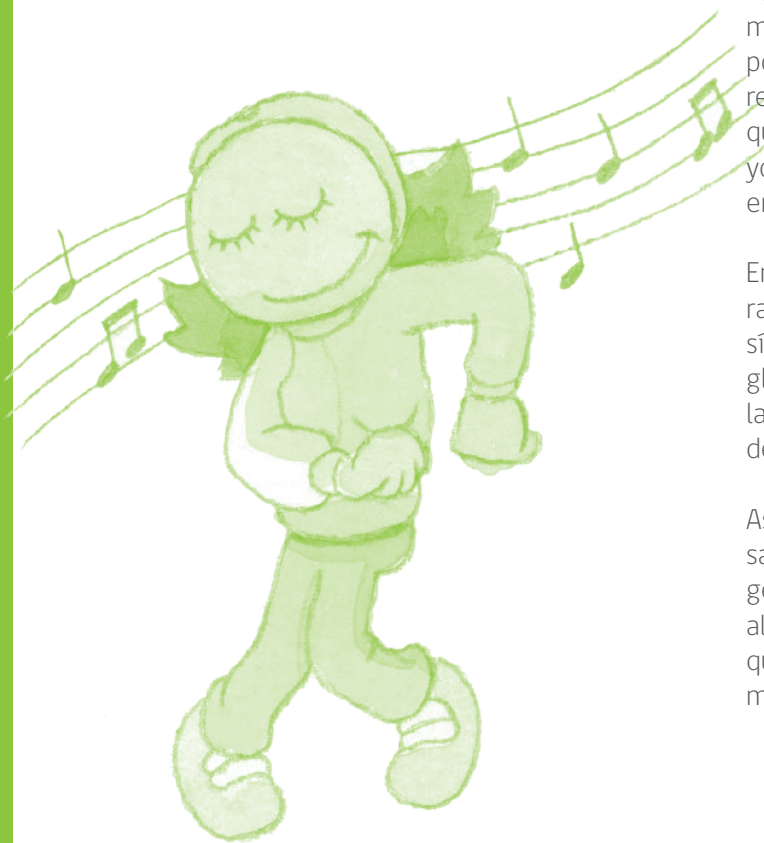




El docente es en esencia un buen observador de sus alumnos, es importante conocerlos, para así detectar sus estados de ánimo, los que en esta etapa son muy cambiantes; de esta forma se disminuye la posibilidad de presionarlos o reprenderlos en momentos poco adecuados y podrán acogerlos cuando ellos los necesiten, y de igual forma, al conocerlos, el docente también podrá detectar cuando quieren manipular con sus conductas o probar los límites.



## 4.7. ¿QUÉ TIPO DE EXPERIENCIAS DEBEMOS REALIZAR CON ELLOS?



El colegio debe ofrecer una gran variedad de actividades de movimiento y de conocimiento del cuerpo, actividades de expresión corporal, gimnasia, actividades de contacto con la naturaleza, actividades recreativas y deportivas. Es importante que puedan elegir actividades que les interesen, incluir algunas prácticas de trabajo corporal, como yoga o baile, que se puedan realizar en la clase de educación física o en alguno de los recreos, o en tiempos asignados para aquello.

En la sala de clases o en clases de educación física, se pueden generar oportunidades para que tengan experiencias de conocimiento de sí mismos, de desarrollo de destrezas corporales y de movimientos globales, donde el docente puede incluir preguntas que intencionen la reflexión sobre las sensaciones corporales, antes, durante y después de la actividad de movimiento.

Así, podrá enseñarles a escuchar su cuerpo y a relacionarse con sensaciones diversas, placenteras, complicadas o desagradables, que se generan a partir del movimiento, por ejemplo, sensaciones vinculadas al esfuerzo físico. Se sugiere reforzar la conciencia sobre los beneficios que tiene el movimiento y el daño que puede ocasionar el sedentarismo.





- Entregue recursos conceptuales sobre la actividad física y el movimiento, e información para que sean los alumnos quienes tomen iniciativas sobre sus prácticas en educación física o en otras experiencias corporales. Por ejemplo, enséñeles a utilizar un cronómetro, técnicas de respiración, posturas, información de cómo observar el nivel de intensidad de su práctica, los beneficios que tiene el movimiento para las capacidades de aprendizaje, por nombrar algunos. Ayúdeles a buscar datos que enriquezcan el abanico de respuestas ante sus propias dificultades y a mejorar sus logros, esto refuerza su autonomía y los responsabiliza de sus procesos.



- En relación al punto anterior, ayúdeles a construir sus propios planes y/o calendarios de actividad física para incorporarlos en su actividad cotidiana.



- El colegio y también la familia pueden planificar en conjunto actividades físicas masivas, por ejemplo: el día de la caminata, el día de la bicicleta, el día de la excursión.



- Los procesos de atención y concentración están ligados al tono muscular. Cuando comience su trabajo en aula, realice alguna respiración o ejercicio que los ayude a sentir su cuerpo, por ejemplo, coordinar lentamente alguna respiración. Durante la clase, cuando usted esté haciendo esfuerzo por mantener la atención de sus alumnos, haga una pausa (5 o 10 minutos) y realice algunos ejercicios para recuperar la sensación del cuerpo, puede ser pasando un bastón de madera o una regla por todo el cuerpo, haciendo un pequeño masaje, proponer algunos estiramientos o realizar respiraciones conscientes, como actualmente se hace en muchas empresas bajo el nombre de pausa laboral.



Dé la posibilidad a sus alumnos de intervenir en la planificación de su clase, cuénteles lo que tiene planificado, incluya los tiempos, pregúnteles su opinión y acepte algunas de sus sugerencias para su actividad.



- Rescate las habilidades que tenga cada uno, permítales explorar diversos puestos y roles en las actividades deportivas que realicen y siempre retroalimente su actuación, valorando lo mejor que hicieron.



Una de las cosas más importante es explicar a sus alumnos lo que espera de ellos y los pasos intermedios que van a realizar en el tránsito (progresión) hacia el logro de su aprendizaje. Hábleles de los tiempos personales de cada uno y de las distintas maneras de aprender, intente ser siempre un gran motivador.

- Constantemente cuénteles lo que usted observa que está pasando con ellos al realizar una actividad durante la clase, hábleles de la fisiología, de la biomecánica, de la neurociencia, explíqueles cómo sus logros y su esfuerzo tendrán repercusión en otros ámbitos de su vida.

Invítelos a conocer páginas de internet relacionadas con la actividad física y la salud, previamente revisadas por usted, con temas de interés en relación con los objetivos de la clase y de los intereses de los propios alumnos, genere conversaciones o debates sobre esos temas.

- Permanentemente haga pausas en sus actividades e invítelos a jugar, a reír y a divertirse. Esos momentos educativos serán siempre reconocidos y valorados por los estudiantes. Por ejemplo: juegos de mímica, volver siempre a juegos de la infancia, malabarismos, trucos de magia.

Informar a los niños, niñas y adolescentes acerca de todos los programas disponibles a través de las organizaciones comunitarias.







El Ministerio de Educación, a través de la Unidad de Deportes y Recreación, espera que este material sea una contribución para toda la comunidad educativa, enfatizando en los docentes, alumnos y apoderados la importancia que reviste el movimiento, la actividad física, el deporte y la recreación en todas las dimensiones de aprendizaje por las que el/la estudiante atraviesa durante su escolaridad y los beneficios que otorga para una vida sana.



# 5. BIBLIOGRAFÍA



- Ajurriaguerra, J.** (1996). Psicopatología del niño. Edit. Masson, Barcelona
- Arnaiz, P. Rabadán, M. Vives, I.** (2001): La psicomotricidad en la escuela: una práctica preventiva y educativa. Edit. Aljibe. Málaga
- Aucouturier, B.** (1994). "La intervenció en la diversitat". Ponencia presentada en las XI Jornadas de Pràctica Psicomotriu. España.
- Berruezo, P.** (2000): El contenido de la psicomotricidad. En Bottini, P. (ed.) Psicomotridad: prácticas y conceptos. Edit. Miño y Dávila. Madrid.
- Berruezo, P.** (2004). El cuerpo, eje y contenido de la Psicomotricidad. Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales, Nº 16, Madrid.
- Bergès, J. Harrison, Stambak, M.** (1985) Étude sur la latéralité, nouvelles perspectives. Revue de Neuro-Psychiatrie de l'enfant. París.
- Bowlby, J.** (2005). The Making and Breaking of Affectional Bonds. Routledge Classics.
- Coste, J.** (1980) Las cincuenta palabras claves de la psicomotricidad. Edit. Médica y Técnica. Barcelona.
- Da Fonseca, V.** (1988): Ontogénesis de la motricidad. Edit. G. Núñez Madrid.
- Da Fonseca, V.** (2000) Estudio y génesis de la psicomotricidad. INDE publicaciones, Barcelona.
- Da Fonseca, V.** (1998) Manual de observación psicomotriz. Estudio y génesis de la psicomotricidad. INDE Publicaciones, Barcelona.
- De Lièvre, B. Staes, L.** (1992): La psychomotricité au service de l'enfant. Edit. Belin. Paris.
- Echeverría, H.** (2002) Guía para la atención integral del niño de 0 a 5 años. Bs. Aires
- Falk, J.** (2009) Los fundamentos de una verdadera autonomía. Rev. Infancia, París.
- Gómez, M.** (2004) Problemas evolutivos de coordinación motriz y percepción de competencia en el alumnado de primer curso de educación secundaria obligatoria en la clase de educación física. Tesis doctoral Universidad Complutense Madrid.
- Gomez, F.** (2012) Estudiantes, Corporeizando, Volumen 1, numero 7, Colombia.
- Jiménez, J. Jiménez, I.** (2002) Psicomotricidad. Teoría y programación. Ed. Escuela Española. Barcelona.
- Lázar, A.** (1995) Radiografía del juego en el marco escolar. Revista de estudios y experiencias Nº5 vol. 3. Madrid.
- Le Boulch, J.** (1983) El desarrollo psicomotor de 0 a los 6 años. Madrid
- Le Boulch, J.** (2001) El cuerpo en la escuela del siglo XXI. Publicaciones INDE, Barcelona
- Lois, P.** (2010). Movimiento, corporalidad y educación. Rev. Educación Mineduc, Chile.
- Mineduc** (2001). Bases curriculares de la Educación Parvularia. Santiago.





**Mineduc** (2009). Orientaciones para la implementación de los Programas Pedagógicos de los Niveles de Transición. Santiago.

**MINEDUC** (2011). Experiencias de aprendizaje sobre corporalidad y movimiento libro I y II.

**MINEDUC** (2013). Bases curriculares de educación física y salud.



**Murcia N.** La motricidad humana: trascendencia de lo instrumental. Buenos Aires. Efdesportes. (2003); [citado 13 de Enero de 2010]; Disponible en: <http://www.efdesportes.com/efd65/motric.htm>

**Piaget, J. Inhelder, B.** (1984) Psicología del niño. Edit. Morata. Madrid.

**Picq, L. Vayer, P.** (1977): Educación psicomotriz y retraso mental. Edit. Científico-Médica. Barcelona.

**Quiroga, A.** (1992) "Enfoques y perspectivas en la psicología social". Ediciones Cinco. Buenos Aires.



**Quirós, J. Schrager, O.** (1980). Fundamentos neuropsicológicos en las discapacidades de aprendizaje. Edit. Médica Panamericana. Buenos Aires

**Reek, A. et. als.** (1986). La Educación física en las enseñanzas medias. Edit. Paidotribo. España.

**Schilder, P.** (1935). Image and appearance of the human body. Kegan Paul, Trench Trubner and Co. Londres.

**Tirapu, J. García, A. Luna, P. Verdejo, A. Ríos, M.** (2012) Corteza prefrontal, funciones ejecutivas y regulación de la conducta. [www.Revista de Neurología, Madrid](http://www.Revista de Neurología, Madrid).

**Toro, Sergio** (2006).



**Vayer, P.** (1985): El niño frente al mundo. Edit. Científico-Médica. Barcelona.

**Vygotski, L.** (1979) El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Edit. Grijalbo. Buenos Aires.

**Wallon, H.** (1987). Psicología y educación del niño. Visor-Mec, Madrid.



**Wallon, H.** (1964) Del acto al pensamiento. Edit. Lantaró. Buenos Aires.

**Zagalaz, M. Luisa. Moreno, R. Cachón, J.** (2001). Nuevas tendencias en Educación Física. Rev. Contextos Educativos, Jaén







# A través del movimiento y la actividad física los y las estudiantes logran una vida más sana, mejorando sus aprendizajes y convivencia

**Sarnaqjawi, anajawi yatintirinaja suma qamapji, ukhamarayi suma yatintapxi**

(Lengua Aymara)

**Mo haka aña o te hakari, mo haka makenu, mo haka kori he rava'a e te nã poki hãpĩ i te roa riva-riva mo te rãua òra ĩña, mo haka pũai i te rãua 'ite 'e i te rãua piri ki te tētahi**

(Lengua Rapa Nui)

**Negũnkawũn awkantun zugumew ti pu pichikeche chillkatugelu wewkeygun kiñe kũme mogen, fey ñi zoy kũme kimael ka yewael chillkatuwe mew**

(Lengua Mapuzugun)

**[www.mineduc.cl](http://www.mineduc.cl)  
[www.convivenciaescolar.cl](http://www.convivenciaescolar.cl)  
[www.escuelasegura.mineduc.cl](http://www.escuelasegura.mineduc.cl)**



Ministerio de  
Educación

Gobierno de Chile