

Motricidad divertida, preescolares activos

Sandra Ximena Bonilla Cruz¹

RESUMEN

Se investigó cómo la pandemia COVID 19 afectó el desarrollo motriz grueso a estudiantes de preescolar, por lo cual el objetivo general es implementar una metodología didáctica lúdica basada en actividades corporales «Mi cuerpo senti – pensante» para mejorar el desarrollo motriz grueso en niñas y niños de 4 a 5 años en postpandemia del nivel jardín del colegio Villemar el Carmen sede B jornada tarde. La metodología de la investigación está enmarcada bajo un paradigma positivista, enfoque cuantitativo, tipo de investigación experimental, método deductivo – inductivo, analítico – sintético e histórico – comparativo. El análisis se efectuó con un grupo establecido de 6 niñas y 6 niños. Se aplicaron encuestas a docentes de educación inicial, magísteres y doctores en educación física, se aplicaron pruebas estandarizadas pre y post intervención al colectivo seleccionado, para determinar el nivel de competencia motriz de los participantes. Los hallaz-

gos obtenidos sugieren que las actividades físicas promueven de manera holística el fortalecimiento de habilidades motrices fundamentales, incluyendo lateralidad, coordinación, flexibilidad, equilibrio, rapidez y esquema corporal. Se observaron avances significativos en la competencia motriz básica de los alumnos, lo que contribuyó a la mejora de la calidad educativa inicial, fomentó un estilo de vida activo y saludable, facilitando un aprendizaje relevante mediante la dinámica lúdica y la exploración motriz.

Palabras clave: desarrollo motriz grueso, metodología, lúdica, habilidades, preescolar.

INTRODUCCIÓN

Diversos estudios han documentado cómo las condiciones de encierro y sedentarismo provocaron retrasos y deficiencias en las habilidades motrices gruesas, así pues, surge la necesidad de fortalecer la dimensión

¹ Docente del nivel jardín del colegio Villemar el Carmen sede B en Bogotá Colombia. Doctoranda en Investigación en Ciencias de la Educación. Artículo donde se muestran los resultados principales del trabajo de investigación, llevados a cabo para optar por el título científico de Doctor en Investigación en Ciencias de la Educación, otorgado por el Instituto Superior de Informática y Computación ISIC, (Tepic-Nayarit, México). Centro Universitario ISIC. México. Correo electrónico: trabajos20colegio@gmail.com.

corporal, uno de los estándares de la educación inicial. Es factible que un retraso o déficit en el desarrollo motriz ocasione repercusiones adversas en múltiples esferas del aprendizaje y la adaptación de los niños y niñas. Sobre los cuatro años se muestra una alta plasticidad neuronal y rapidez en la adquisición de habilidades motrices (Philips, 2003).

El fomento de hábitos de movimiento y actividad física que se fomentan a temprana edad poseen un carácter preventivo en problemáticas como la obesidad infantil, problemas posturales, debilidad muscular, bajo tono muscular, déficit en el equilibrio y mayor riesgo de caídas, fatiga prematura durante actividades físicas, rigidez articular, menor flexibilidad, dificultades en la lateralidad y orientación espacial.

Afecciones neurológicas como retrasos en el desarrollo psicomotor, dificultades en la integración sensorial y en el procesamiento viso espacial, afecciones psicosociales como la ansiedad social, aislamiento en juego grupales y frustración en actividades motoras, son algunas de las situaciones a presentar si es que no se realiza una adecuada intervención, por lo que el objetivo general del estudio es implementar una metodología didáctica lúdica basada en actividades corporales «mi cuerpo senti-pensante» para mejorar el desarrollo motriz grueso en niñas y niños de 4 a 5 años en postpandemia, que son alumnos del nivel jardín del colegio Villemar el Carmen sede B jornada tarde en Bogotá Colombia.

Planteamiento del problema:

La pandemia de COVID-19 dejó un impacto significativo en el desarrollo infantil a nivel mundial. Los cierres de escuelas y las medidas restrictivas de desplazamiento redujeron las oportunidades de actividad física, juego y socialización para los niños en edad preescolar. El desarrollo físico y las habilidades motoras gruesas de los niños y niñas en esta etapa sufrieron un retroceso en diversos países, incluido Colombia (Gualdrón, 2022)

En Bogotá, se ha abordado con frecuencia el tema de los rezagos en las dimensiones socioemocional, comunicativa y cognitiva, pero es fundamental evaluar también el impacto en el desarrollo corporal y motor. La disminución de la actividad física, la interrupción de los servicios médicos y el seguimiento del crecimiento y desarrollo de los niños y niñas durante la pandemia generó implicaciones en su evolución integral.

Para formular el problema se tomó en consideración el método DQP (Dónde, Quién y el Problema) Y CCA (Causas, Consecuencias y Aporte Pedagógico):

- Dónde: En el Colegio Villemar el Carmen, sede B, jornada tarde, ubicado en la localidad 9 Fontibón de Bogotá, Colombia,
- Quiénes: 12 niñas y niños de 4 a 5 años que presentan dificultades en el desarrollo de sus habilidades motrices gruesas.
- Problema: ¿Cómo implementar una metodología didáctica lúdica basada en actividades corporales para mejorar el desarrollo motriz grueso en niñas y niños de 4 a 5 años en postpandemia del nivel jardín del colegio Villemar el Carmen sede B jornada tarde?

Referentes teóricos:

Desarrollo motriz grueso.

Los teóricos organísmicos enfatizan el cambio cualitativo. Consideran que el desarrollo sucede en una serie de etapas bien diferenciadas, como los peldaños de una escalera. En cada etapa, las personas se enfrentan a diferentes tipos de problemas y desarrollan capacidades distintas. Cada etapa complementa a la anterior y prepara el camino para la siguiente (Papalia, 1975). Desde la perspectiva de Annie Shumway el control motor tiene que ver con el estudio de la causa y naturaleza del movimiento, asociado a dos elementos. Uno es la estabilización del cuerpo en el espacio (control de la postura y equilibrio) y dos, el desplaza-

miento del cuerpo en el espacio, el control motriz aplicado al movimiento (Shumway-Cook, 1995).

La motricidad gruesa durante la edad preescolar se encuentra influenciado por diversos factores, entre los que se destacan la maduración del sistema nervioso central, las oportunidades de práctica y exploración, el estado de salud, la nutrición y la estimulación brindada por los cuidadores (Martorell, 2017).

Piaget en sus investigaciones concluye que el desarrollo es de manera organísmica, es decir, como producto de los esfuerzos de los niños por comprender su mundo y actuar sobre él (Papalia, 1975). El desarrollo intelectual es una secuencia invariable de etapas que evoluciona a partir de sus predecesoras y a la vez concede una gran importancia al entorno.

Observó cómo los movimientos forman parte del desarrollo cognitivo y cómo la importancia de éste decrece a medida que el niño accedía a posibilidades más elevadas de abstracción. Por lo tanto, el medio que rodea a los niños y niñas ayuda en ese desarrollo y permite la superación de etapas conforme su cuerpo está preparado para un nuevo movimiento. Para Wallon el desarrollo del niño consiste en el continuo desenvolvimiento de sistemas de conducta cada vez más complejos e imbricados unos en otros (Wallon, 2008). Él divide la evolución del niño en varias etapas, a saber: estadio impulsivo (0–3 meses), estadio emocional (3–6 meses), estadio sensorio motor (6–12 meses), estadio del proyecto (12–24 meses), estadio del personalismo (2–3 años), estadio del pensamiento (3–6 años), este último denominado como la función postural instrumental en donde las niñas y los niños desarrollan habilidades motrices gruesas y finas más complejas. En todos estos estadios hay actividades interdependientes, pero cada estadio se define por una acción preponderante sobre las demás. La sucesión de estadios no es lineal, sino que se producen encabalgamientos, avances y retrocesos, ya que en cada momento evolutivo se encuentran vestigios de actividades ya superadas y preludio de otras que aparecerán más tarde (Zamora, 2022).

Henry Wallon introdujo el concepto de esquema corporal como una representación mental del propio cuerpo en el espacio; esto se consigue a través de la interacción de la niñez con su entorno y con los demás. Refiere a que perfeccionan la capacidad para correr, saltar, trepar, lanzar y atrapar objetos. Wallon enfatiza a la vez en la importancia de la emoción y en la interacción social, ya que la primera actúa como motor del movimiento, lo que fomenta en la niñez el explorar y dominar nuevas habilidades y promueve su creatividad motriz.

Para Arnold Gesell (1947), la teoría de la maduración cerebral y el crecimiento físico determinan el desarrollo motriz, las niñas y niños deben alcanzar una sucesión ordenada de acciones para avanzar en la evolución del movimiento, puesto que se tiene en cuenta que es diferente en cada sujeto. Se determinó que el desarrollo progresa de la cabeza hacia los pies (Ley céfalo caudal) primero se controla los movimientos de la cabeza y el cuello, luego domina el control del torso y las extremidades superiores y en última instancia, alcanzan el desarrollo de las habilidades de la manos y dedos. Además, también describe la ley próximo – distal en la cual se indica que el cuerpo avanza del centro del cuerpo (espina dorsal) hacia la periferia, los infantes primero dominan los músculos grandes y cercanos al cuerpo y luego se desarrolla mayor control y precisión en los movimientos de las extremidades y las partes distales del cuerpo.

Ahora bien, para Vítor Da Fonseca (1998) el movimiento es la única expresión y el primer instrumento de lo psíquico, él realiza un modelo teórico que describe la organización psicomotriz en siete factores: tonicidad, equilibrio, lateralidad, noción del cuerpo, estructuración espacio – temporal, praxia global y praxia fina (praxia es el proceso neurológico que permite organizar, planificar y realizar de forma eficiente movimientos o habilidades de todos los tipos de mayor o menor dificultad), Se afirma pues, que si existen problemas en alguno de los anteriores influirá en el ren-

dimiento académico haciendo énfasis en áreas como la lectura, escritura y matemáticas.

Por ejemplo, la coordinación ojo – mano y ojo – pie sirven para seguir de manera ordenada las líneas de texto, la estructuración del espacio temporal, para comprender la secuencia de las palabras y frases y una lateralidad bien establecida evita inversiones de letras y números. Después de regular la acción, el ser humano debe comprobar sus acciones, comparar sus resultados y corregir cualquier error que hubiese sido cometido, él debe reprogramar todo de nuevo como si se tratase de un proceso en espiral (Da Fonseca, 1998).

Metodología didáctica lúdica para el desarrollo motor:

Frente a los desafíos planteados por la pandemia y sus efectos en el desarrollo motor grueso en edad preescolar, surge la necesidad de implementar metodologías didácticas que integren el juego y la actividad corporal como estrategias clave para abordar y fortalecer esta área del desarrollo.

El juego se ha reconocido como un elemento fundamental para promover el pensamiento lógico, la creatividad, la imaginación y el desarrollo de habilidades motrices. Al combinar el juego con actividades corporales, se crea un entorno propicio para el aprendizaje experiencial, donde los niños tienen la oportunidad de explorar, experimentar y mejorar sus capacidades motoras gruesas de manera significativa y motivadora.

La metodología «Mi cuerpo senti - pensante», es una propuesta basada en el enfoque de aprendizaje experiencial, en donde se une el corazón, el cuerpo y la razón a través de la combinación del movimiento y la expresión corporal. Esta metodología didáctica lúdica busca brindar a los niños oportunidades de juego y actividades físicas que favorezcan la potencialidad de habilidades motoras gruesas, además, se contribuyó a mejorar el bienestar integral y la trayectoria evolutiva de este grupo etario.

Mi cuerpo senti–pensante es una alternativa a la manera de construir el proceso de enseñanza aprendizaje en donde se enfatiza la importancia de integrar actividades corporales que permita a los estudiantes explorar y experimentar el mundo a través de su movimiento, sensaciones y emociones.

El cuerpo como un espacio de transformación está en constante cambio y evolución, tanto a nivel físico como emocional. El cuerpo como instrumento de aprendizaje cognitivo, social y físico. El cuerpo como fomento de la colaboración, el trabajo en equipo, la comunicación entre sus pares.

La metodología de construyó en 4 fases:

- 1) Inicial: diagnóstico inicial, observaciones que se hacen de manera individual y grupal.
- 2) Planificación: revisión teórica, encuestas a familias, docentes. Organización de contenidos, selección de las actividades.
- 3) Implementación: aplicación de instrumentos, firma de consentimientos por parte de las familias, encuestas a docentes, puesta en marcha de la intervención.
- 4) Seguimiento y evaluación: observación sistemática en registros como el diario de campo, registros de los test. Comprobación de teorías y análisis e interpretación de resultados.

Objetivo general:

Implementar una metodología didáctica lúdica basada en actividades corporales «Mi cuerpo senti – pensante» para mejorar el desarrollo motor grueso en niñas y niños de 4 a 5 años en postpandemia del colegio Villemar el Carmen sede B jornada tarde.

RESULTADOS

Análisis de datos.

Análisis cuantitativo: Se compararon los resultados de las pruebas al inicio y al final de la intervención para determinar si hubo mejoras significativas en el grupo.

Análisis cualitativo: Se analizaron los datos cualitativos para identificar patrones, tendencias y posibles explicaciones de los resultados.

Las actividades se desarrollaron en 17 semanas con una frecuencia de 3 sesiones por semana con una duración de 50 minutos, en las cuáles se realizaban cuatro momentos:

- ¡A mover el esqueleto! Calentamiento.
- ¡Fiesta de movimientos increíbles! En donde se llevan a cabo las actividades que permitirían ejecutar las habilidades motrices como la coordinación, lateralidad, flexibilidad, rapidez y el reconocimiento del esquema corporal.
- ¡viaje a la isla serenidad! Estiramiento.
- ¡«Dejando mi huella»! Registro tangible del aprendizaje: hace referencia a la manera en que los estudiantes pueden volver concreto lo vivido y lo hacen a través del dibujo, la pintura, el modelado u otra muestra artística.

El momento de la fiesta de movimientos increíbles que se refiere a momentos de descubrimiento, sorpresa y logro que experimentan los infantes mientras realizan actividades físicas, son aquellos instantes en los que se superan en sus propios límites, adquieren nuevas habilidades o realizan movimientos que antes les resultaban difíciles. Se fomenta la motivación, ya que al experimentar el éxito y la satisfacción de lograr una nueva habilidad se sienten poderosos, refuerzan la autoestima, lo cual lleva a que sientan que son capaces de enfrentar nuevos retos. Además, promueve el aprendizaje, ya que se genera mayor interés y curiosidad por aprender nuevas habilidades y explorar diferentes movimientos.

Los sujetos de estudio ejercitaron, por ejemplo, técnica de carrera, técnica de salto, ejercicios de fortalecimiento muscular, juegos en equipos, yoga infantil, danza, cuento motor, entre otros. Al finalizar la intervención, se observó un progreso significativo en las habilidades motoras de todos los participantes, tanto niños como niñas. Ambos sexos demostraron

mejoras notables en aspectos como la coordinación, el equilibrio y la rapidez. Si bien las distancias de salto varían entre individuos, es importante destacar que el desarrollo motor es un proceso muy individualizado y que los beneficios de la intervención se manifestaron de diversas maneras en cada niño y niña. Los resultados obtenidos muestran que tanto niños como niñas experimentaron un aumento en sus capacidades motoras, con una superación paulatina de los desafíos propuestos.

En la Carrera 4 X 10, la reducción del tiempo del grupo fue del 29 %. Los estudiantes de este grupo mostraron un aumento en confianza y motivación al hallar actividades divertidas a la vez que su rapidez y forma de correr mejoró. Las niñas aumentaron la rapidez en sus zancadas.

Las niñas y niños percibieron el programa como desafiante, pero no abrumador, se sintieron orgullosos de sus logros alcanzados. Se observaron cambios en la técnica de carrera ya que adoptaron una postura más eficiente y zancada más fluida. La condición física mejoró en resistencia y fuerza muscular, así como también la cooperación, trabajo en equipo y comunicación y la actitud hacia la actividad física se volvió más positiva, mostrándose dispuestos a participar en juegos y actividades que implican correr.

La monopedestación o mantenerse de pie sobre un solo pie, es una habilidad motora fundamental en el desarrollo infantil que refleja el equilibrio y la coordinación. En este estudio, se analizaron los datos de esta categoría para comprender mejor el desarrollo motriz. Se registraron datos como tiempo que cada estudiante pudo permanecer en esta posición y estabilidad durante la prueba. La mejora significativa se da conforme aumenta la edad y la forma en que se realizan los ejercicios para tal fin. La diferencia con la toma inicial estuvo centrada en los segundos que lograron estar de pie representados en los puntajes mínimos en 7 segundos y máximos en 10 segundos. Después de la intervención van desde los 8.1 segundos hasta los 17 segundos.

Caminar sobre la línea recta. El 100% de los estudiantes mejoraron su equilibrio, el 83 %, cuando caminan con los ojos cerrados, mejoraron su capacidad motriz. En cuanto a pararse en una pierna con los ojos abiertos fue un 92 % y con los ojos cerrados el 75 %, la metodología tuvo un efecto positivo para mantener el equilibrio en una variedad de tareas, incluyendo caminar en una línea recta, pararse sobre una pierna, saltar y caminar de puntillas.

Estos fueron algunos de los hallazgos en donde se evidenció que al realizar las actividades de manera sistemática mejora la condición física. McClenaghan y Gallahue (2001) afirman que el desarrollo motor y la educación del movimiento tienen una gran importancia porque influyen en la calidad de las experiencias motrices para una dimensión corporal balanceada en los infantes, los patrones de movimiento de los primeros años ya no se consideran solo producto de un reloj biológico. Para ser eficientes hay que contar con 3 áreas generales: 1. Desarrollo motor durante la niñez temprana; 2. Técnicas de diseño de programas, que abarcan desde métodos de observación y evaluación hasta la organización e implementación de programas y la aplicación de métodos de enseñanza adecuados y 3. Experiencias apropiadas para mejorar las habilidades físicas y de acción (McClenaghan, 2001).

DISCUSIÓN

La relevancia de estos hallazgos en el contexto de la postpandemia se evidencia en las interrupciones en el desarrollo motriz, la falta de interacción social y actividad física, se aborda cómo esta metodología lúdica contribuye a mitigar los efectos negativos del confinamiento. Se determinó que hubo mejoras sustanciales en cuanto a una transformación en las habilidades motrices gruesas incluyendo la coordinación, equilibrio, flexibilidad, lateralidad, esquema corporal y rapidez; estas evidencias se basan en la comparación de los resultados pre y post intervención, al emplear instrumentos de evaluación estandarizados.

Los resultados de la investigación se encuentran en línea con estudios previos que han demostrado la eficacia de las actividades lúdicas para el desarrollo motriz en la infancia; La metodología ofrece un enfoque atractivo y motivador para el aprendizaje, a la vez que contribuye a la recuperación de las habilidades motrices afectadas por el confinamiento y la reducción de la actividad física.

En concordancia con el estudio de Criollo, que manifiesta que existe falta de coordinación en el desplazamiento de los músculos inferiores del cuerpo (caminar, subir las gradas, por ejemplo), así como dificultad en control postural y en su equilibrio (Criollo, 2023), en la presente investigación se pudo evidenciar que al realizar las actividades se mostraba bastante dificultad en el equilibrio, evidencia también sustentado por Gallahue y Ozmun, quienes sostienen que el desarrollo del equilibrio es fundamental para la coordinación, la estabilidad y la prevención de caídas en la niñez. El aumento del 37 % al 70 % en la prueba de equilibrio en un pie refleja un avance sustancial en esta habilidad.

Para el caso de Bogotá, Solano, en su investigación «Estrategia pedagógica basada en expresión corporal y movimiento para potenciar el desarrollo integral de los y las estudiantes de grado preescolar del colegio Monstand», evidenció que el 60 % de los estudiantes tenían pocas habilidades motoras reflejadas en: falta de control corporal, tonicidad gruesa, inseguridad en la realización de ejercicios al aire libre, atención dispersa, memoria selectiva y a la vez que aquellos estudiantes hijos únicos o con un solo hermano presentaron más dificultades motoras y socio afectivas (Solano, 2021).

El énfasis en personalizar y adaptar las estrategias de intervención a las necesidades específicas de cada niño o niña, concuerda con el estudio de Chero, (2022). En las dos investigaciones se resalta el papel fundamental de la familia y la escuela en la promoción del desarrollo motriz grueso. Se sugiere la implemen-

tación de programas colaborativos que involucren a ambos actores para potenciar la estimulación y las oportunidades de movimiento en los niños y niñas (Chero, 2022).

El confinamiento obligatorio afectó la interacción social entre ellos al no poder ir a su escuela, parques o lugares de recreación a los cuales estaban acostumbrados, causando la alteración de su normal formación, lo que provocó un incremento en el retraso del desarrollo de los niños durante la pandemia. Otra limitante a parte del encierro, fue la exposición de los niños a dispositivos como los celulares, tabletas o computadoras, si bien fueron necesarios para sus clases a distancia, su uso incrementó el sedentarismo y la dependencia por estos equipos, lo que limitó la actividad física.

La lúdica fomentó una mayor participación por parte de los niños, la diversión y el juego motivaron a los estudiantes a participar en las actividades corporales propuestas, en cuanto al bienestar general se observó que la actividad física aportó mejoras a la salud mental y emocional. Gracias a la inclusión y adaptabilidad, se logró planear con base en estilos de aprendizaje y enseñanza, el fomento a la cooperación, empatía y comunicación. Habría que añadir que los docentes desempeñan un papel crucial en la implementación exitosa de la metodología.

En contraste, el estudio de Pimentel «Juegos tradicionales para desarrollar la psicomotricidad en preescolar» mostró resultados superiores (65%) en la coordinación del cuerpo (la dinámica general fue la habilidad trabajada). Sin embargo, su intervención fue más intensiva (36 sesiones) y contó con materiales especializados, mientras que esta metodología logró resultados significativos con recursos limitados. La efectividad de los juegos tradicionales, la adaptabilidad de las estrategias a las condiciones y materiales disponibles son necesarias para flexibilizar y crear programas de desarrollo psicomotriz acordes con los requerimientos de la edad (Pimentel, 2021).

CONCLUSIONES

- Se acepta la hipótesis «La implementación de la metodología didáctica lúdica mejora el desarrollo motriz grueso en niñas y niños de 4 a 5 años en postpandemia del nivel jardín del colegio Villemar el Carmen sede B jornada tarde en Bogotá Colombia» se llevaron a cabo mediciones antes y después de aplicar la intervención, lo que permitió verificar el avance que tuvieron los estudiantes y esto reveló un impacto positivo y significativo en las habilidades de coordinación, equilibrio, flexibilidad, lateralidad, rapidez y reconocimiento del esquema corporal del grupo pre - experimental.
- Se cumplieron los objetivos específicos y por ende el objetivo general. En esta tesis se determinaron los estadios del desarrollo motriz grueso en los cuales se encuentran las niñas y niños de 4 a 5 años del grado jardín. Se analizaron las características sociodemográficas, incluyendo la edad, sexo nivel socioeconómico y antecedentes de salud a partir de encuestas realizadas a las familias.
- Se aplicaron los test. Antes y después de la intervención se aplicó la prueba PREFIT, test de Harris, Test pediátrico de lateralidad y test de sentarse y alcanzar. La evaluación se llevó a cabo en dos momentos diferentes al inicio y al final del estudio con el fin de observar la evolución del desarrollo motriz. Este un estudio longitudinal ya que se siguió al mismo grupo de sujetos a lo largo del tiempo, lo que permite observar la evolución y cambio en el desarrollo motriz.
- Al iniciar las mediciones se permitió identificar que la etapa en la que se encontraba el grupo estaba por debajo de la media y los percentiles esperados para su edad.
- Se analizaron los factores que influyen en el desarrollo motriz grueso que se deben fortalecer en niñas y niños de 4 a 5 años. Se encontró que

la edad, la estimulación por parte de los docentes y las familias y las oportunidades de juego y movimiento son los factores que tienen mayor influencia en la motricidad gruesa en esta etapa crucial, por consiguiente, la intervención temprana es fundamental para prevenir y abordar los posibles retrasos en el desarrollo motriz grueso, al considerar que deben ser personalizadas y adaptadas a las necesidades de cada niña o niño.

- Se diseñó e implementó la metodología didáctica lúdica «Mi cuerpo senti- pensante» concebida para su aplicación tanto dentro como fuera del aula en el grado jardín y estructurada sobre tres pilares esenciales: actividades corporales orientadas al fortalecimiento de habilidades motrices gruesas, un enfoque lúdico que utiliza el juego como motor principal del aprendizaje y la corporeidad promoviendo que niñas y niños exploren y aprendan a través del movimiento y la experiencia sensorial, esta metodología se aplicó mediante un plan de intervención compuesto por 21 actividades desarrolladas durante seis meses enfocadas en potenciar las habilidades motrices como el equilibrio, flexibilidad, coordinación, lateralidad, rapidez y el esquema corporal.
- Se evaluó la metodología didáctica denominada «Mi cuerpo senti - pensante» mediante la realización de post test en los cuales se midieron las mismas actividades que al inicio, la mejora observada en la respiración consciente y la cooperación está relacionada con la activación de circuitos neuronales asociados con la regulación emocional y la empatía, procesos que se ven favorecidos por experiencias corporales y sociales significativas. Por consiguiente, los hallazgos son congruentes con teorías del aprendizaje constructivista que enfatiza el papel de la lúdica en la construcción del conocimiento y el desarrollo de habilidades sociales.

RECOMENDACIONES

En virtud de los hallazgos obtenidos en el presente estudio se plantean las siguientes recomendaciones para optimizar su aplicación y potenciar el desarrollo integral en la primera infancia: Incorporación sistemática en el currículo, capacitación docente especializada, adaptación contextualizada, participación familiar activa, monitoreo y evaluación constante, promoción del juego libre, atención a la diversidad, fomento de ambientes seguros y estimulantes, interdisciplinariedad, difusión y sensibilización. Así pues, se busca consolidar un enfoque pedagógico que reconozca el cuerpo como eje fundamental del aprendizaje, contribuyendo a la formación de la niñez siendo estos más saludables, autónomos y con habilidades motrices sólidas para enfrentar los retos de desarrollo en postpandemia. Limitaciones: Vale la pena mencionar que se identificaron desafíos logísticos, como la disponibilidad de espacio y materiales. Para los docentes que quieran aplicar la metodología, es necesario actualizar conocimiento y desarrollar habilidades blandas como los son empatía, comunicación asertiva, creatividad y trabajo en equipo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Chero, D.** (marzo de 2022). Limitaciones en la psicomotricidad en la etapa preescolar durante covid - 19. *Revista de investigación en educación*, 6. doi:<https://doi.org/10.33996/revis-tahorizontes.v6i22.326>
- Criollo, D.** (9 de febrero de 2023). Análisis del impacto de la educación virtual implementada por la pandemia de COVID - 19 en el desarrollo la psicomotricidad en niños y niñas de 5 a 6 años en un centro de educación inicial de la ciudad de Quito en el período lectivo 2022 - 2023. Quito, Ecuador: Universidad Politécnica Salesiana Ecuador. Obtenido de efaidnbmnnnibpcajpegclefindmkaj/https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/24235/1/TTQ993.pdf

- Da Fonseca, V.** (1998). Manual de observación psicomotriz: significación psiconeurológica de los factores psicomotores. Barcelona, España. Obtenido de https://books.google.com.co/books?id=kNrRlgjAoYEC&pg=PA63&source=gbs_selected_pages&cad=1#v=one-page&q&f=false
- Gesell, A.** (1947). Development diagnosis: A practical approach to the appraisal of normal and exceptional child development. New York, E.E.U.U: Paul Hoeber.
- Gualdrón, J.** (24 de 03 de 2022). La pandemia COVID 19 y su impacto en los niños: perspectiva desde un punto holístico. 24, 334 - 339. Medellín, Colombia: UNAB. doi:doi:<https://doi.org/10.29375/01237047.4307>
- Martorell, P.** (2017). Desarrollo Humano. México: Mc. Graw Hill.
- McClenaghan, B.** (2001). Movimientos fundamentales: su desarrollo y rehabilitación. Movimientos fundamentales: su desarrollo y rehabilitación, 3. (D. A. Marcelo, Ed.) México: Médica Panamericana. Recuperado el 21 de enero de 2025, de <https://books.google.com.co/books?id=Tu2HsfvflooC&printsec=front-cover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Naciones Unidas.** (25 de septiembre de 2015). Objetivos de desarrollo sostenible.
- Papalia, D. W.** (1975). Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia. In D. Papalia, S. Wendkos, R. Duskin, & M. G. S.A (Ed.), Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia (S. M. Olivares, & G. E. Padil. Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (1975). Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia. In D. Papalia, S. Wendkos, R. Psicología del desarrollo. De la infancia a la adolescencia. Paidós.
- Philips, S.** (01 de 06 de 2003). Desarrollo infantil temprano: Lecciones de los programas no formales. 1, 28. Manizales, Colombia: Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales. Recuperado el 06 de 11 de 2024, de extensión:<https://efaidnbmnnnibpcajpegglefindmkaj/https://www.redalyc.org/pdf/773/77310102.pdf>
- Pimentel, K.** (2021). juegos tradicionales para desarrollar la psicomotricidad en niños de preescolar. Revisión Sistemática. Universidad César Vallejo. Lima, Perú. Obtenido de efaidnbmnnnibpcajpegglefindmkaj/https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/57961/Pimentel_HK-SD.pdf?sequence=1
- Shumway-Cook, A. W.** (1995). Control motor. Teoría y aplicaciones prácticas. Control motor. Teoría y aplicaciones prácticas. Williams & Wilkins.
- Solano, K.** (2021). Estrategia pedagógica basadas en expresión corporal y movimiento para potenciar el desarrollo integral de los y las estudiantes de grado preescolar del colegio Montsand. Fundación Universitaria los Libertadores. Obtenido de <http://hdl.handle.net/11371/4369>
- Wallon, H.** (1941/2008). La evolución psicológica del niño. Barcelona, España: Crítica. España crítica.
- Zamora, E.** (01 de 09 de 2022). Aprendizaje y desarrollo motor. Recuperado el 06 de 11 de 2024, de <http://aprendizajeydesarrollomotor.blogspot.com/2015/10/modelos-del-desarrollo-motor.html>