

MOVIMIENTO LIBRE.

¿Qué es el movimiento libre?

Movimiento Libre consiste en dejar que el bebé se mueva libremente y sin intervención del adulto.

El movimiento se da de forma espontánea y autónoma, al bebé no se le coloca en ninguna posición a la que no haya llegado por sí mismo/a (salvo la inicial boca arriba) y en ningún caso se le exige, anima o incentiva a que realice ningún movimiento ni logre ninguna posición.

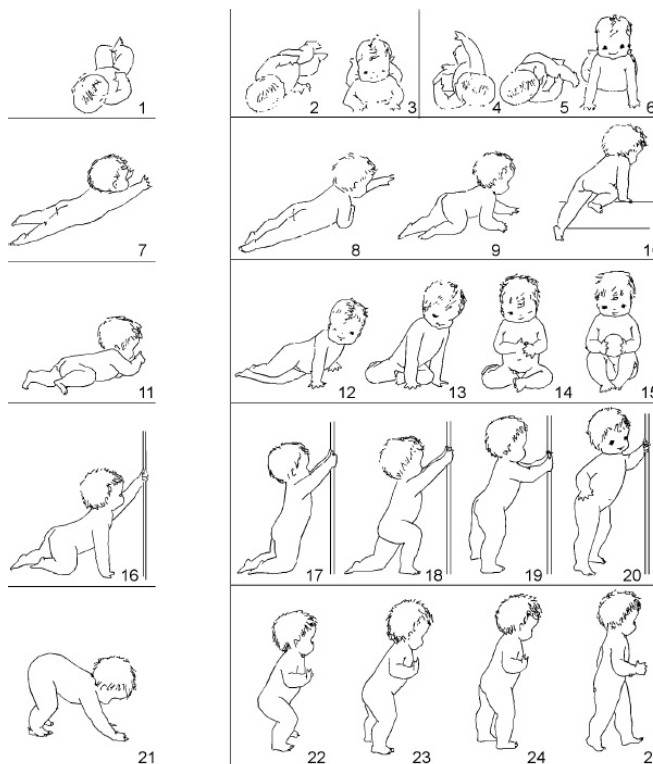
El movimiento del bebé es libre y está liberado de cualquier voluntad ajena a sí mismo (movimiento autónomo).

¿En qué se basa?

- Confianza plena en la iniciativa del niño y en su capacidad para moverse y relacionarse con el mundo que le rodea, objetos y seres, así como su capacidad para la autonomía y la comunicación.
- El desarrollo psicomotor es un proceso madurativo que no necesita de enseñanza.
- Un desarrollo armónico de la lateralidad, el equilibrio y el movimiento solo puede estar asegurado cuando dejamos que estos maduren y se desarrollen a su propio ritmo, un ritmo que debe estar marcado por la iniciativa del niño y no por la del adulto.

Las principales etapas del desarrollo motor, según las describió Emmi Pikler, son las siguientes:

- En un principio, le niño está echado boca arriba y sus movimientos van haciéndose cada vez más vigorosos.
- Luego sube un hombro, levanta la pelvis, gira el tronco y se pone de costado.
- Más tarde aprende a girar para quedar boca abajo. En esta posición puede levantar la cabeza por un tiempo prolongado.
- Se sostiene con los brazos y más adelante sobre los cuatro miembros. Puede desplazarse rodando y reptando. Por último, aprende a gatear.
- Es capaz de adoptar una posición semisentado, con una mano apoyada en el suelo. Luego puede mantenerse sentado.
- Se pone de rodillas con el tronco erguido y luego comienza a ponerse de pie sosteniéndose con algún objeto.
- Por último, puede permanecer de pie sin sostén, para finalmente aprender a caminar.





¿Qué es el juego libre?

Los niños pequeños utilizan el juego libre y espontáneo para asimilar todo aquello que les rodea, depositan sobre él las experiencias que han vivido, a través de él son capaces de expresar cómo se sienten o cómo se han sentido con una situación concreta, experimentan, crean, imitan, repiten el comportamiento de los adultos y las personas que le acompañan, cambian de rol para comprender el comportamiento de unos y otros...

En definitiva, es una herramienta para entender el mundo.

Ahora bien, el juego, para que cumpla realmente con su propósito, ha de ser libre, no directivo y sin interferencias.

Tipo de juego según la edad.

- Entre los 0 y los 2 años, predomina el juego funcional o de ejercicio. Al principio el niño solamente reacciona con reflejos frente a los estímulos, pero poco a poco va desarrollando un mayor sentido de acción-reacción y su juego se vuelve algo más complejo.
- Entre los 2 y los 6 años es cuando aparece el juego simbólico. Le niño juega a imitar: juega a que cocina, a mamá y papá, a que es conductor de coches...
- A partir de los 6 años es cuando se desarrolla el juego de reglas.

El juego no es algo secundario. **Es un derecho de los niños que se sitúa al mismo nivel que otras necesidades o derechos como la educación o el cuidado de su salud.** Al menos así es como lo recoge Naciones Unidas en el artículo 31 de la Convención Sobre los Derechos del niño *“el niño tiene derecho al **esparcimiento, al juego** y a participar en las actividades artísticas y culturales”*.

Beneficios del juego libre

- Satisface las necesidades básicas de ejercicio físico, desarrollando así su psicomotricidad.
- Es una vía excelente para expresar y realizar sus deseos. Los instrumentos que necesiten y no estén a su alcance podrán ser reales mediante la imaginación.
- A su vez, La imaginación del juego facilita el posicionamiento moral y maduración de ideas.
- Es un canal de expresión y descarga de sentimientos, positivos y negativos, ayudando al equilibrio emocional.
- Con los juegos de imitación está ensayando y ejercitándose para la vida de adulto.
- Cuando juega con otros niños se socializa y gesta sus futuras habilidades sociales.

Documentación interesante.

“MOVERSE EN LIBERTAD” Emmi Pikler.

“ENSEÑAME A HACERLO SIN TU AYUDA” Maja Pitamic y Nora Steinbrun

“IMAGINE ELEPHANTS” Documental