

Artes Marciales y Educación Infantil



Las Artes Marciales se ven a menudo como un mero instrumento de defensa personal y aunque es cierto que en muchas de ellas se cumple ese objetivo, cualquier especialista marcial nos hablará de la importancia que tiene en su práctica el desarrollo del “Do” (la vía o camino). En otras palabras, como uno de los objetivos más importantes y comunes en muchas de estas Artes para el desarrollo y formación del individuo dentro de unos principios y valores que nos ayuden a convertirnos día a día, a través de su práctica, en mejores personas. Con esta premisa, sí podemos entender el motivo de practicar algunas de estas Artes, que por sus características, hoy en día, han perdido ese sentido de autodefensa.

Basándonos en su aspecto formativo como mejora del propio desarrollo del individuo, es de entender los muchos refuerzos positivos que puede aportar a la educación del niño. Sabemos que en Japón las Artes Marciales son un elemento muy arraigado en su cultura pero no todo el mundo conoce que la práctica de alguna de ellas, como el Ken-do, es obligatoria en escuelas primarias e institutos y que su práctica se extiende hasta la Universidad. Esto es prueba fehaciente de lo convencido que está el pueblo nipón sobre los beneficios formativos y educacionales que proporciona su práctica al niño.

Pilar González Agudín

Diplomada en Magisterio por la especialidad de Educación Infantil

Los primeros años de vida son determinantes para el desarrollo del niño tanto en lo que se refiere a la constitución del psiquismo como a la construcción de su personalidad. Es por tanto fundamental que el niño empiece a conocer patrones de conducta adecuados que obtendrá de la mera imitación y posterior instrucción de sus padres y educadores. Su educación, por tanto, es una gran responsabilidad que, como dicho colectivo, no tenemos ni debemos ignorar, siendo de ello conscientes en todo momento los instructores marciales, que junto a sus padres y educadores, somos un reflejo importante de esta educación y posterior formación de su personalidad.

La educación en la infancia no sólo debe ser “instrucción” sino que es básicamente formación de la voluntad, el carácter y la actitud moral, paralelismos que reconoce-

remos en el aprendizaje de cualquier Arte Marcial ligado al “Do” antes mencionado. (Karate-do, Ju-do, Aiki-do, Ken-do, Iai-do, Jo-do etc...) Esta educación ha de ser:

- Compensatoria
- Equilibrada
- Individualizada
- Potenciadora de las capacidades creativas
- Activadora de la conducta social y de las relaciones afectivas
- Fomentadora de la independencia y la capacidad crítica

Es decir, persigue el desarrollo de forma armónica e integral, el conjunto de capacidades cognitivas motrices, de equilibrio personal, relación interpersonal y de actuación e inserción social del niño.

Cuando como padres o tutores de un niño o niña tenemos claros los beneficios que



conllevará para él o ella la práctica de un Arte Marcial, las primeras respuestas que buscamos obtener suelen ser, ¿qué Arte Marcial será el más adecuado para mi hijo o hija? ¿a qué edad será oportuno que comience?

La elección de un Arte Marcial, como cualquier actividad que esperemos realicen nuestros hijos con éxito y lo más importante, con su disfrute personal, debe de ser elección del propio niño o niña. Si bien, es nuestra obligación como educadores mostrarle un abanico de posibilidades que previamente hayamos cribado con los criterios de educación previamente expuestos.

Es aconsejable que nos informemos primero, aunque sea de una forma superficial, sobre las características básicas de los distintos Artes Marciales que vamos a proponerle, conocer al instructor encargado de guiarle por ese aprendizaje y conocer su forma de enfocar la enseñanza, para que sus valores y objetivos coincidan con los nuestros y así poder coordinar nuestra educación en un mismo camino.

Respecto a la edad, no podemos ser categóricos sin riesgo a equivocarnos. Personalmente soy de la opinión de que la práctica a partir de los cuatro años, es aconsejable para el niño, siempre y cuan-

do se respeten las necesidades psíquicas y físicas del niño en cada momento de su etapa evolutiva.

Por desgracia, no en todos los *dojos* se tiene la formación o los requisitos necesarios para atender correctamente estas necesidades y han de limitar a una edad concreta el inicio de esta práctica.

Si queremos orientarnos dentro del patrón evolutivo y desarrollo psicomotriz del niño, podemos decir:

HASTA LOS 3 AÑOS su motricidad se desarrolla de forma concéntrica desde las zonas más cercanas del cerebro a las más periféricas (extremidades). Conseguirá caminar y después correr para ir consiguiendo un control voluntario y progresivo de su motricidad.

DE 3 A 4 AÑOS su motricidad es gruesa, progresa en cuanto al equilibrio, puede posarse sobre un pie y luego saltar sobre el.

A LOS 4 AÑOS el niño comienza una etapa de pensamiento intuitivo y una fase en la que se estabilizan las relaciones espacio-temporales. Después de haber logrado una maduración del esquema cor-

poral comenzará a trabajar su organización espacial. El niño podrá a través del Arte Marcial mejorar su conocimiento de la distancia, (delante-detrás, arriba-abajo, a un lado-al otro, grande-pequeño, dentro-fuera, largo- corto) distintas formas de desplazarse, mejorará su esquema corporal y se relacionará con otros niños. Siempre enfocando estos aprendizajes a través del juego, así conseguirá mejorar su desarrollo mental, estabilidad emocional, integración social y conciencia de sí mismo. Toda actividad aparentemente motriz o sensorial tiene siempre una vertiente emocional e intelectual, el niño es un todo global, aunque no debemos olvidar que cada uno de ellos tiene un modo y un ritmo de aprendizaje al que es necesario adaptarse y conocer.

A LOS 5 AÑOS sus movimientos corporales están asociados y en conjunto consigue hacer las cosas controlando bien y relacionando en su cabeza lo que tiene que hacer y con qué parte del cuerpo. Será el momento de siempre a través del juego, dirigirle hacia movimientos técnicos específicos del Arte Marcial.

A LOS 6 AÑOS incrementa su agilidad y equilibrio y se establece prácticamente la lateralidad. Las Artes Marciales, en su mayoría, desarrollan movimientos con muchas partes del cuerpo lo que ayudará al niño al conocimiento y toma de conciencia del suyo propio y de su desplazamiento. Así mismo potenciará su habilidad manual y coordinación motriz general, la capacidad de tensionar y relajar partes de su cuerpo, factor fundamental para el desarrollo del equilibrio. Además ayudará a la inhibición de movimientos parásitos (gestos que se producen involuntariamente al realizar un movimiento determinado)

Los ejercicios de coordinación de movimientos, tan característicos en las Artes Marciales, son básicos en el desarrollo del niño y favorecen la maduración de otros aspectos psicomotores. Más tarde ya como adolescente, el Arte Marcial le ayudará a sobrellevar las agresiones propias de la vida cotidiana y del medio, y a afrontar el presente y el futuro con una actitud positiva.

No me cansaré de recalcar la importancia de dirigir el aprendizaje del niño a través del juego. Si queremos que la práctica del Arte Marcial sea una práctica duradera y satisfactoria para él mismo, debemos procurar desarrollar un concepto de juego y deporte donde el principio de la victoria a cualquier costo no sea el objetivo a seguir. Tenemos que conseguir que el niño entienda el competir como una posibilidad para superarse y evaluarse, y que la situación de competir sea una manera de superarse a uno mismo y no al adversario.

El ambiente de libertad y espontaneidad que existe en el juego al no tener reglas prefijadas, la posibilidad de creación, exploración y búsqueda de soluciones, le brinda la oportunidad al niño de relacionarse con los demás con alegría y satisfacción.



El niño es un todo global, aunque no debemos olvidar que cada uno de ellos tiene un modo y un ritmo de aprendizaje al que es necesario adaptarse y conocer.



El aprendizaje prematuro, que produce rápidos aumentos del rendimiento, suele traer como consecuencia posteriores estancamientos y desarrollos insuficientes para etapas posteriores. El aprendizaje debe ser pedagógico, progresivo, sistemático y variable. No siempre la madurez necesaria para iniciar una disciplina deportiva sólo depende de la madurez biológica sino también de la psicológica y éstas no siempre coinciden totalmente en la edad evolutiva.

No podemos tener normas de conducta inflexibles, sólo criterios claros que se aplicarán en cada caso concreto. No debemos tener prisa y preocupación en conseguir ejecuciones correctas y resultados deportivos, sino que es preciso permitir al niño que se enfrente a sus propias dificultades y descubra, ayudado por nosotros, las mejores soluciones para él, lo cual redundará en beneficio de su autoafirmación e independencia.

Es necesario crear una metodología del entrenamiento del niño, para el niño, es decir, un entrenamiento de adquisición y de desarrollo de aptitudes motrices que se diferencie del de alto rendimiento.

En las Artes Marciales tanto el niño como el adulto se enfrentarán a un nuevo mundo de desplazamientos y coordinaciones a los que no están habituados en su mundo natural y descubrirán gestos nuevos que deberán ir asimilando y ejecutando con naturalidad. Pero es en el niño donde la necesidad de reconocimiento afectivo condicionará no sólo su aprendizaje sino también su posterior personalidad, la evolución y el desarrollo de su inteligencia y autoestima. Es dentro de esta evolución de su personalidad donde el Arte Marcial orientará al niño en el camino del respeto a los demás, del afán de superación, del rechazo a la violencia, y fomentará la seguridad en sí mismo al ir alcanzando progresivamente metas que anteriormente le parecían difíciles o insalvables.

Existen una serie de variables en el niño determinantes para todo aquel que tenga relación con su educación.

BIOLÓGICAS: el niño tiene un potencial hereditario que hay que estimular

APRENDIZAJE PASADO: basándose en los aprendizajes que el propio niño ha ido construyendo, el educador debe conseguir una actitud de continua motivación para que el niño vaya desarrollando un aprendizaje más abstracto y más complejo.

AMBIENTE: el niño debe encontrarse siempre en un ambiente afectivo de seguridad y bienestar, nunca ha de temer al contrario como alguien que intenta agredirle sino como un compañero del cual puede aprender y al que también puede ayudar. No olvidemos que los niños reproducen actitudes y comportamientos.

MEDIO SOCIAL Y CULTURAL: los niños que nos encontraremos serán un reflejo de lo que demanda la sociedad, habrá que estimular en ellos las ideas positivas como los beneficios de practicar deporte, los principios y valores que debe seguir una persona íntegra y eliminar los sentimientos de violencia, rencor, envidia... rechazados por la sociedad. También tendrán la oportunidad de conocer y diferenciar otra cultura de la suya propia.

En resumen, podemos decir que el niño que practica un Arte Marcial no adquiere solamente unos conocimientos de auto-defensa que le puedan servir en un futuro ante una agresión, sino que su práctica:

- Ayudará a la constitución de una personalidad básica, estable y equilibrada
- Colaborará en el logro de una adaptación personal-social
- Estimulará el desarrollo de aptitudes
- Fomentará la formación de hábitos corporales sanos
- Desarrollará sus habilidades motrices y capacidades físicas básicas
- Canalizará su energía
- Facilitará su autonomía, autoestima y responsabilidad personal.



Bibliografía

- LAWTHER, J.A.** (1983) Aprendizaje de las habilidades motrices Edit.Paidós. Barcelona
- APOLONAIRE, R.**(1986) El niño y la actividad física -2-10 años- Barcelona
- Mª JESÚS COMELLAS Y ANNA PERPINYA** (1984) La psicomotricidad en preescolar Edit.CEAC
- SILVESTRE N. Y MARÍA R. SOLÉ** psicología evolutiva Edit.CEAC

ASESORAMIENTO

GERARDO FIDALGO VÁZQUEZ

Diplomado en Magisterio por la especialidad de Educación Física

3º Dan de Kendo

2º Dan de Karate

1º Dan de Iaido

