

0 a 2 años**SEMANA 2**

La importancia del movimiento libre en el desarrollo de las niñas y los niños

Desde que nacen, las niñas y los niños son seres de acción. Por ello, durante sus primeros años van desarrollando y conquistando progresivamente diversos movimientos, a su propio ritmo y de acuerdo a su proceso de maduración. Al inicio, la postura más cómoda y segura para hacerlo es echados boca arriba, sobre su espalda.



A partir de esa postura, estando sobre una superficie firme y segura, empiezan a explorar su cuerpo, mover sus manos, sus brazos y piernas, así como su cabeza de un lado a otro para, luego de unos pocos meses, aventurarse a descubrir qué pasa si abandonan esa posición, segura y conocida, para girarse de lado y después boca abajo.

El ensayo y dominio de estos primeros movimientos y desplazamientos, desde su propia iniciativa, a su ritmo y sin ser forzados, constituyen la base para conquistar nuevas posturas y explorar nuevos movimientos. Para ello, no necesitan de la intervención directa del adulto. Es decir, no necesitan que les enseñemos cómo moverse o colocar su cuerpo en una postura que aún no dominan (echados boca abajo, sentados, de pie sin apoyo, entre otras). Lo que necesitan es libertad de movimiento, además de un adulto que los acompañe con una actitud atenta, respetuosa, serena y llena de confianza en sus capacidades.

Cuando permitimos que las niñas y los niños se muevan libremente, tenemos la oportunidad de ver con qué voluntad despliegan sus capacidades y cómo disfrutan de sus pequeños logros. Al observarlos de manera cercana, con atención y complicidad, les devolvemos una imagen fortalecida de sí mismos, como seres autónomos y capaces. Saber que pueden cambiar de posturas, desde su iniciativa, y realizar los movimientos que necesitan y desean, les brinda una sensación de bienestar y confianza en su cuerpo y en sus posibilidades de acción.

El movimiento es de gran importancia en el desarrollo infantil. Por ello, es necesario generar las condiciones físicas y afectivas adecuadas para que las niñas y los niños se muevan con libertad y seguridad, y desarrollen todo el potencial que tienen para expresarse, relacionarse con otros y aprender con placer.