



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# SEARCH

SPORT EDUCATION FOR ACTIVE  
AND RESPONSIBLE CITIZENSHIP  
THROUGH HEALTH CARING



# MÓDULO 2

FOMENTAR LA  
PRÁCTICA DEPORTIVA  
PARA EL PROPIO  
BIENESTAR  
PSICOFÍSICO Y  
CONTROLAR LOS  
COSTES NACIONALES  
DE SALUD



# **SEGMENTO 2**

## **Vida y desarrollo humanos**

# **Desarrollo a lo largo de la vida**

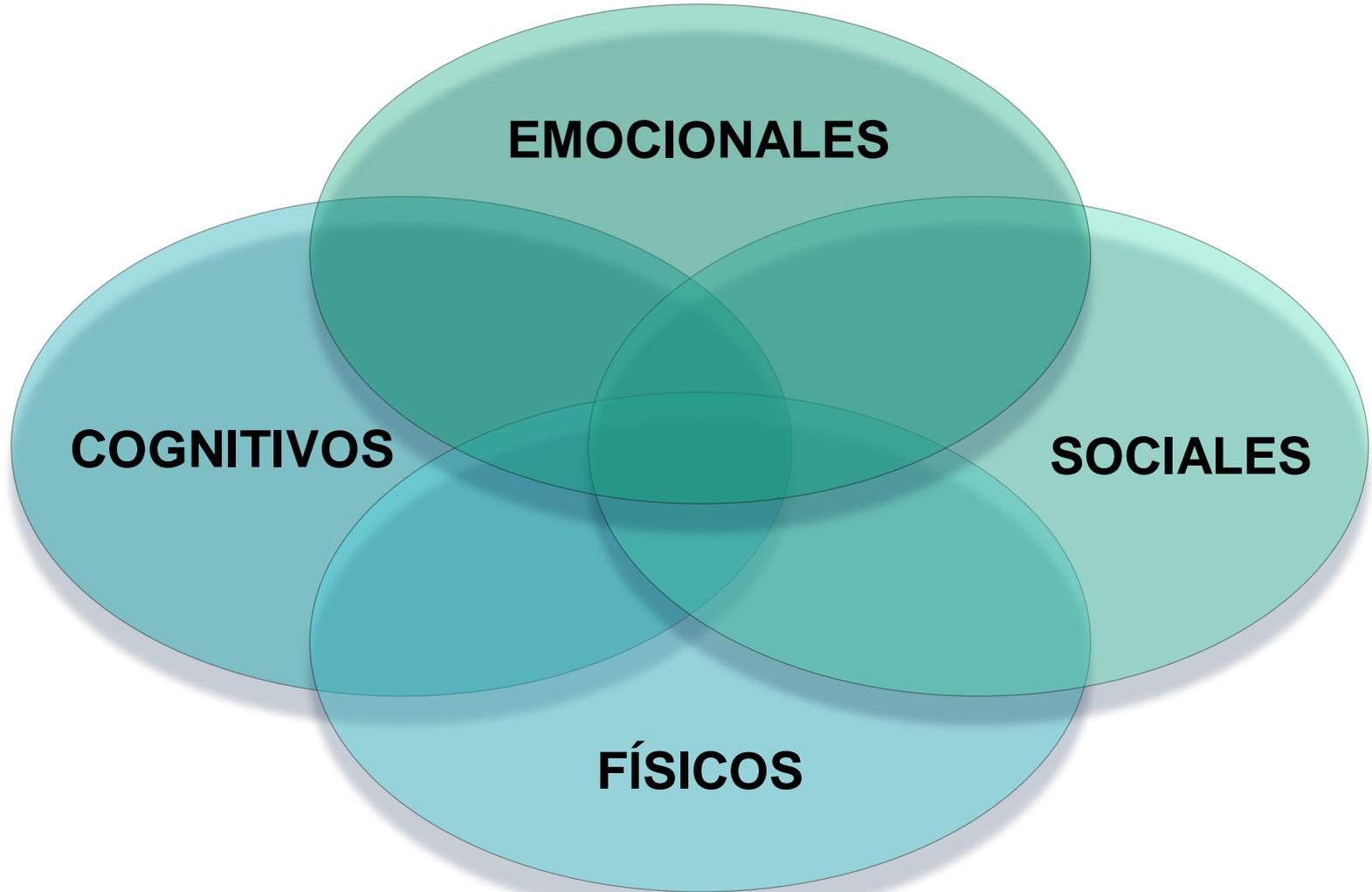
- Cambios relacionados con la edad que se producen desde el nacimiento hasta la vejez.
- Psicología del transcurso vital: destinada a comprender, describir, explicar y predecir nuestros pensamientos, sentimientos y comportamientos.
- Un desarrollo debe ser un cambio de carácter permanente

# Etapas:

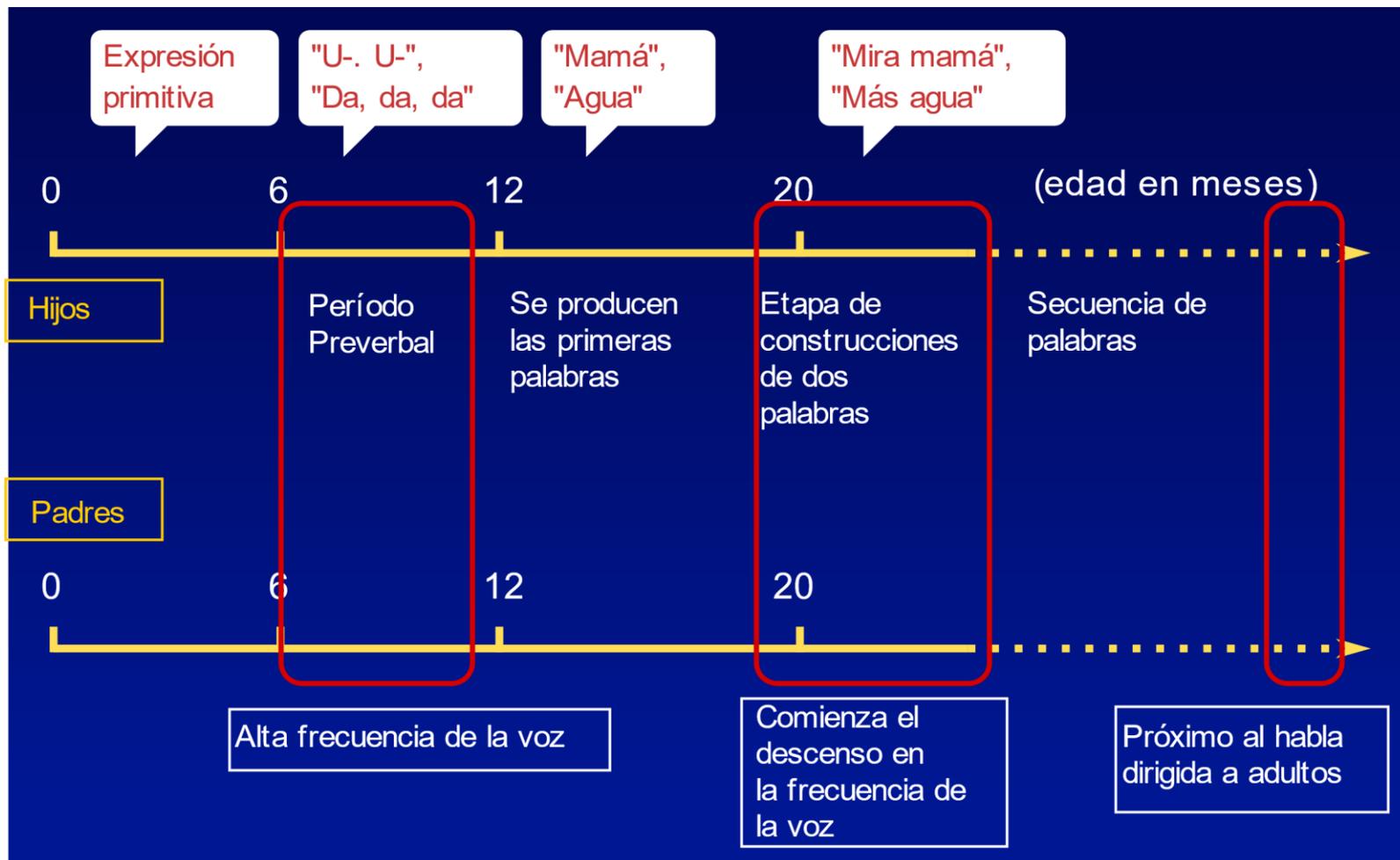
- Primera infancia – Desde el nacimiento hasta los 2 años
- Infancia – De 2 a 10 años
- Adolescencia – De 10 a 20 años
- Adulthood temprana – De 20 a 40 años
- Adulthood media – De 40 a 65 años
- Adulthood tardía – De 65 años en adelante



# Tipos de cambios



# Cognitivos, p. ej.: lenguaje



# Sociales y emocionales

## Etapas del desarrollo psicológico

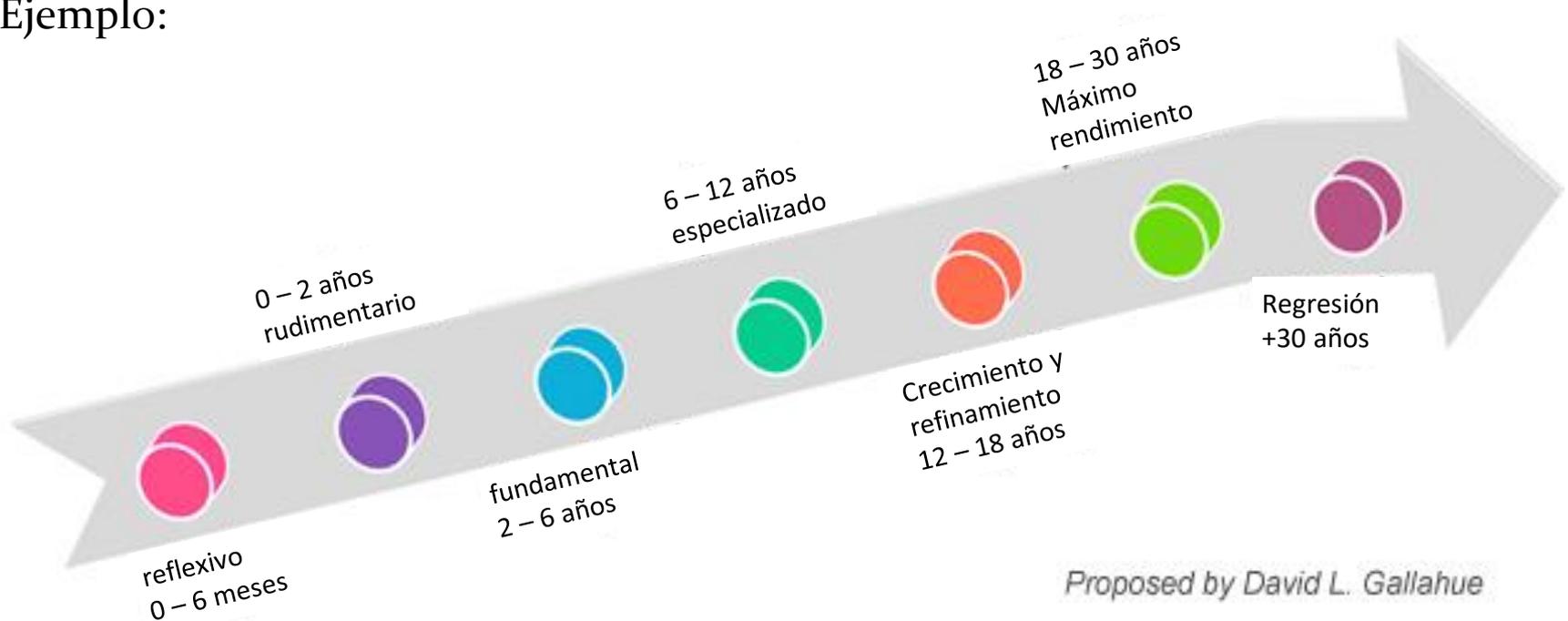


Proposed by Erik Erikson

# Movimiento y coordinación

## Etapas del desarrollo físico

Ejemplo:



*Proposed by David L. Gallahue*

Un resumen  
del desarrollo  
de los niños



**Desarrollo  
cognitivo**



**Desarrollo  
socioemocional**



**Desarrollo  
físico**

<b>Lactantes</b>	Siento y pruebo todo lo que toco... ya que mis sentidos me ayudan a aprender mucho.	Balbuceo... pero grito y lloro si no te conozco.	Pataleo y agito mis brazos.
<b>Niño pequeño</b>	Hablo 300 palabras con fluidez, y soy capaz de identificar las partes del cuerpo.	Cambio las reglas de los juegos para poder ganar siempre.	Corro, salto, me tropiezo y me caigo sin ser consciente de los peligros.
<b>En edad preescolar</b>	Me gusta hablar mucho y las rimas me resultan divertidas.	Soy independiente y no necesito ayuda, así que: ¡déjame que yo lo haga!	Me gusta imitar a los adultos y repetir lo que ellos hacen.
<b>En edad escolar</b>	Sé hacer operaciones aritméticas básicas.	Me gusta jugar con mis mejores amigos, pero me pongo triste cuando se termina una relación.	Puedo correr y saltar con mayor estabilidad, y también bailar como mis estrellas favoritas.

Un resumen  
del desarrollo  
de los niños



**Desarrollo  
cognitivo**



**Desarrollo  
socioemocional**



**Desarrollo  
físico**

**Preadolescente**

La vida es más rara y cambiante de lo que yo esperaba.

Me pregunto si les gusto a mis compañeros.

He crecido muy rápido en los últimos años, y cambio mucho conforme me acerco a la pubertad.

**Adolescente**

Puedo mirar la vida de forma abstracta, pero no me creo lo que dicen mis padres.

Quiero pasar más tiempo contigo, dime si te caigo bien.

Mi cuerpo ha alcanzado la madurez y soy más alto/a que nunca.

**Joven**

Ya lo dijeron mis padres... debí haberles hecho caso.

No veo demasiado a mis amigos, todos estamos muy ocupados con nuestras cosas

Mi cuerpo ha vuelto a cambiar, he ganado unos kilos.

# Cómo nos desarrollamos

## De forma continua

- Gradual
- Desarrollo de habilidades básicas

o

## De forma discontinua

- En etapas diferenciadas e independientes
- Las maneras de pensar, sentir e interactuar pueden tener un comienzo y un final

## De forma secuencial

- La capacidad de pensar, sentir e interactuar tiende a desarrollarse en un orden establecido, de más simple a más complejo.

# Diferencias individuales en el desarrollo

- No hay dos personas que se desarrollen al mismo ritmo o de forma exactamente igual, incluso si son gemelos.



¿Qué nos dice eso sobre el debate entre «Naturaleza vs. crianza»?

# Características hereditarias y entorno

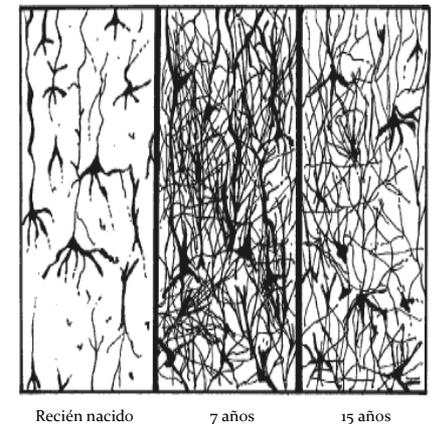
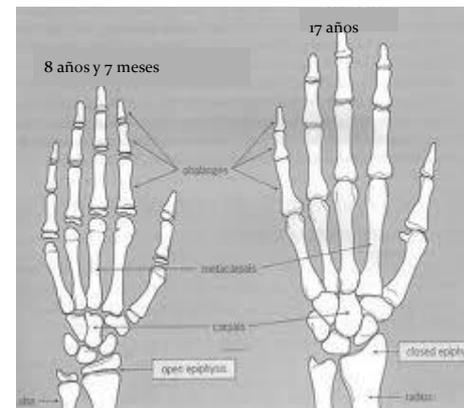
- Las características hereditarias se transmiten de padres a hijos a través de los genes.
- El entorno lo conforman todas las experiencias, objetos y eventos a los que estamos expuestos a lo largo de nuestra vida.
- ¿Características hereditarias? ¿Entorno?  
¿Combinación de ambas?



# Maduración

- Cambios secuenciales en el sistema nervioso y en otras estructuras corporales.
- Automática, interna
- Controlada por nuestros genes
- «Principio de la disposición»
- Los nervios, los músculos y los huesos deben desarrollarse lo suficiente para que el comportamiento se produzca.

Ejemplos de maduración:



# Ejemplos de desarrollo madurativo

- Sentarse antes de ponerse en pie
- Emitir sonidos antes de pronunciar palabras
- Aprender a sumar antes de realizar operaciones matemáticas abstractas
- ¿Cuándo debería empezar un niño a ir al colegio?

• [www.theage.com.au/articles/2002/05/29/1022569786596.html](http://www.theage.com.au/articles/2002/05/29/1022569786596.html)

# Períodos sensibles

- Períodos de cambio rápido en los que la persona es más vulnerable ante el entorno.
- P. ej.: De 6 a 12 meses, el niño es sensible al apego
- P. ej.: De 18 meses a 3 años, el niño es sensible a la adquisición del lenguaje.

# **Palabras clave**

**Vida**

**Emocional**

**Cognitivo**

**Físico**

**Social**

**Naturaleza**

**Características hereditarias**

**Entorno**

**Maduración**

**Períodos sensibles**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# SEARCH

SPORT EDUCATION FOR ACTIVE  
AND RESPONSIBLE CITIZENSHIP  
THROUGH HEALTH CARING

