

LIC. MARÍA CRISTINA ROMERO

# ESTIMULACIÓN TEMPRANA

SEVERAS DIFICULTADES MOTRICES

EJERCICIOS PARA NIÑOS DE 0 a 5 AÑOS

SEGUNDA PARTE

REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL : EXPTE N° 963457

## ÍNDICE

	PÁGINA
Prólogo.....	9
Introducción.....	11
Ejercicios 211 al 240 : extremidades superiores.....	15
Ejercicios 241 al 270 : gesticulación .....	33
Ejercicios 271 al 300 : coordinación de extremidades superiores.....	51
Ejercicios 301 al 330 : el cuerpo y sus partes .....	69
Ejercicios 331 al 360 : extremidades inferiores ... ..	87
Ejercicios 361 al 390 : desplazamiento .....	105
Ejercicios 391 al 420 : equilibrio .....	123



**Ejercicio N° 211**

## DEDICATORIA

Dedico cada página de este libro a mis nietos, quienes hicieron posible completar tanto el libro anterior como el presente, al prestarse a posar en las fotos incorporadas.

Tal decisión, tanto Laya como Thomas, la tomaron después de que hube de explicarles el motivo por el cual estos libros eran escritos; explicación que evidentemente comprendieron diciéndoles lo siguiente:

“los papás que lean el libro, necesitan entender como hacer cada ejercicio, y así poder ayudar a sus hijos a moverse como ustedes se mueven”

Gracias Layuna

Gracias Thomas Samuel

Gracias pequeño Elián



**Ejercicio N° 326**

## COLABORADOR

LIC. ALICIA VALDÉZ

Psicóloga

A mayores estímulos mayores respuestas. La aplicación del contenido de este libro, facilita el logro de significativos avances en el desarrollo motor de cada niño.

Estos ejercicios habrían de realizarse con los miembros de la familia, con quienes los pequeños tienen un vínculo emocional. La frecuencia y continuidad propiciarían la obtención de resultados satisfactorios los que serían fácilmente observables.

Al aplicar los ejercicios, entran en juego todos los sentidos ( vista, oído, tacto, olfato y gusto ), que son los canales a través de los cuales nos conectamos con el mundo de los objetos materiales; canales que nos permiten pertenecer a la sociedad, con cuyos integrantes establecemos la comunicación de diversas y diferentes maneras.

Puede observarse que los ejercicios son muy sencillos pero no por ello habrían de ser considerados superficiales. Son ejercicios que conducen al niño a la percepción de su propio cuerpo, a la propioceptividad.

La actividad motriz está contemplada en su total intervención en el aprendizaje. Nos encontramos con ejercicios que hacen posible el aprender; ejercicios que al lograr ser ejecutados redundan en avances, haciendo posible la inserción en el ámbito escolar de no pocos niños; ejercicios que ayudan a mejorar el desempeño individual a partir de la superación de las dificultades motrices .

Confiar en las mínimas posibilidades de cada persona, implica saber y reconocer que cada una de ellas puede..... ; no importa cuanto, sólo puede..... La confianza en el otro, es lo que nos permite enriquecer relaciones que enriquecen

El contenido de este libro se caracteriza por su optimismo inteligente sin negar la realidad.

## COLABORADOR

MARÍA JULIA RICETTI

Asistente Social

El contexto social en el cual estamos insertos se complejiza día a día, creando espacios solamente para aquellos que han desarrollado la capacidad de desplazamiento y maneras de comunicarse, siendo ignorados aquellos otros en quienes tal desarrollo no se produjo.

La mayoría de las veces se nos hace difícil, sino imposible, acompañar los cambios que en nombre del progreso, se van dando en distintos ámbitos. Estos cambios generan y/o profundizan cuestiones puntuales en aquellos grupos familiares en los cuales uno de sus miembros necesita imperiosamente una atención inmediata; situaciones éstas, que sólo pueden sobrellevarse con el apoyo de toda la sociedad.

En este libro encontraremos ejercicios sencillamente explicados, lo cual facilita a toda persona que acceda al mismo, la comprensión de cada uno de ellos para luego poder llevarlos a la práctica; y así lograr mejorar la calidad de vida del niño en quien se manifiesta cierto retraso en su desarrollo.

Estos ejercicios pueden ser considerados como un recurso, al cual podemos acudir en nuestro intento de ayudar a los niños a descubrir su propio espacio, permitiéndoles quebrar la inercia y acceder a un mundo de posibilidades al alcance de todos.



## PRÓLOGO

Estimulación temprana, estimulación precoz, atención inmediata o como deseen llamarla, todas estas denominaciones significan lo mismo en el preciso momento en que dejan de ser palabras para convertirse en acción.

Al hablar de estimulación debemos definirla como una constante en la vida de toda persona; los estímulos que incesantemente recibimos de nuestro entorno, son los impulsores de nuestro acceso al conocimiento; son los que despiertan nuestras apetencias; son los que hacen posible establecer relaciones intragrupal, intergrupales e interpersonales.

Desconocer el profundo significado que encierra la palabra estimulación, es contribuir a la no integración social. Hemos de suponer que la mayoría de los niños inician su desarrollo integral recibiendo desde su nacimiento y en forma permanente, diversos y diferentes estímulos que activan sus necesidades, deseos e intereses.

Estos variados estímulos que llegan a cada niño, están constantemente relacionados con los sentidos, la motricidad, los afectos y las emociones; y en la medida que avanza su desarrollo y su forma de comunicación, se abre un panorama de posibilidades, donde cada uno de ellos encontrará por sí mismo aquellos estímulos que satisfagan en un primer momento sus necesidades y posteriormente iniciará la búsqueda de aquellos que satisfagan sus intereses.

La situación se torna diferente cuando en un niño, vemos obstaculizado el avance mencionado, debido a la existencia de una diversidad de causas, ya sean neurológicas, psicológicas, psíquicas u otras; causas diagnosticadas que pronostican el surgimiento de no pocas dificultades para acceder al desarrollo psico-físico esperado.

La sociedad ante estos obstáculos, expresa de manera variable su incapacidad para abordarlos, enfrentarlos o apartarlos del camino; la sociedad se paraliza; la sociedad conoce el “deber hacer”, pero desconoce el “qué hacer”.

Surgidos los obstáculos, se observa que interfieren en el desarrollo motriz esperado ( como ser el sostenimiento de la cabeza, posiciones del cuerpo supina o prona con sus diversas posibilidades de cambios de posturas, movimientos de las extremidades inferiores que hacen posible el desplazamiento, movimientos de las extremidades superiores que hacen posible el sostenimiento y/o el desplazamiento ) .

Las expectativas volcadas en el niño habrán de cambiar, desaparecen los proyectos a largo plazo, sólo es el hoy. El niño con dificultades para avanzar por causas ya mencionadas, no puede acercarse al mundo de los afectos y al mundo de los objetos, luego es imperiosa la presencia de Otro, cuya función será acercar esos mundos a él.

Con la mayor lentitud habremos de ayudar al niño a desarrollar movimientos que le permitan ampliar el panorama de posibilidades de desplazamiento de su cuerpo, con lo cual habrá de lograr cierta independencia, que lo llevará a conectarse con el entorno inmediato.

Quienes asumen la dura tarea de ayudar a estos niños en el inicio y continuidad de esta marcha, necesariamente deberán ser orientados y asesorados por un profesional formado para tal fin, y buscar el soporte teórico y práctico que brinde la información mínima que facilitará la implementación de la estimulación temprana.

Si bien la estimulación precoz está pensada para niños cuya edad oscila entre cero meses a tres años de vida, ello no implica que sea exclusivamente para esa etapa. Es posible organizar rutinas de ejercicios de estimulación con la posibilidad de ser aplicados en diferentes casos con características diferentes y en etapas diferentes.

“Si un niño no puede acercarse al mundo, lleva el mundo hacia él”

El presente libro de ejercicios de estimulación temprana, no debe ser empleado sin conocer el contenido del libro que lo precede, ya que ambos ofrecen conocimientos mínimos, necesarios y suficientes, cuya aplicación guiada por profesionales, contribuye a mejorar la calidad de vida del niño y por ende también de la familia.



**Ejercicio N° 390**

## INTRODUCCIÓN

Durante muchos años se ha observado el comportamiento de niños con dificultades neuro-psico-físicas, consecuentemente a esta observación, ha quedado demostrado o comprobado o manifestado que los niños a los cuales hago referencia, respondieron a los estímulos internos y externos, siempre de acuerdo con sus posibilidades.

Quizás no es la respuesta correcta, o la esperada, pero es sin lugar a dudas, la respuesta válida para todos, y en primer lugar para el niño, ya que a partir de ella podemos elaborar una forma de conexión y de comunicación entre el niño y su entorno, es decir el mundo.

La comunicación a la cual hago referencia depende de diversos factores, como ser 1.- el compromiso de cada una de las personas inmersas en la tarea estimuladora. 2.- la articulación de los objetivos que persigue cada disciplina, las cuales nos aportarán información pertinente ( interdisciplinariedad ).

Desde el comienzo debemos tomar conciencia de que la tarea es agotadora, y en ciertos momentos poco gratificante..

También debemos tomar conocimiento y asumir que los posibles avances se generan muy lentamente y nunca se hacen visibles de manera inmediata; algunos logros se manifiestan a corto plazo, mientras que otros ejercicios son observables después de un tiempo prolongado.

Si bien todos los niños deben ser estimulados, en aquellos en los cuales se presupone la existencia de una inmaduración, el inicio de la estimulación es inmediato, sin dar lugar a la duda.

En estos niños a los cuales hago referencia, la inmaduración se manifiesta acompañada de otras alteraciones asociadas con dificultades motoras, como podrían ser a modo de ejemplo: problemas oculares, dificultades en la audición, etc., cuya existencia alteran de diversas maneras el normal desarrollo de la cognición en cada niño.

No obstante trabajar con todos los niños realizando los mismos ejercicios, sus respuestas son diversas debido a la existencia de diferentes afecciones, las cuales deben ser tenidas en cuenta por el estimulador, quien habrá de adaptar los pasos de cada ejercicio a las posibilidades de cada niño; luego las respuestas nunca habrán de ser iguales.

Es de suma importancia que los padres obtengan una total información, con minuciosos detalles de cada una de las características de la patología existente en sus hijos; ello permitirá la búsqueda de toda nueva información pertinente, y consecuentemente facilitará la selección de ejercicios necesarios para organizar una simple rutina.

La selección del grupo de ejercicios para preparar la rutina, debe partir de la observación del comportamiento del niño, quien a través de sus movimientos nos orientará en cada elección, tomando sólo aquellos que pudieran realizar desde el comienzo; evitaríamos recurrir de este modo a nuestra fantasía de posibles logros, ya sea a corto o a largo plazo, lo cual obstaculizaría los avances del niño.

No obstante conocer la exactitud de un diagnóstico, su pronóstico puede ser mejorado por la temprana aplicación de los estímulos, con la finalidad de lograr la integralidad de su desarrollo.

Cada movimiento implica un desplazamiento del cuerpo o sus extremidades, pero a su vez dichos movimientos generan otros más complejos, de manera tal que llevarán a la persona a no necesitar la intervención del adulto en la realización de algunas actividades; esta situación facilitará al niño el comienzo de su inserción en la vida cotidiana.

Los actos motores dependen de nuestras respuestas a los estímulos internos y externos, siendo estas respuestas las que nos informan sobre los avances de un niño. Debemos siempre tener presente, observar y evaluar, las funciones de maduración, atendiendo a las estrategias que emplea el niño en la solución de un simple problema; a la atención que presta a todo posible estímulo; a la concentración orientada en cada acto; a la memoria que le permite retener las respuesta y poder trasladar o traspolar las mismas a otras saturaciones o simples hechos; y finalmente lograr el desarrollo motriz, cuya existencia es imperiosa para la realización de los actos, desde los más simples a los más complejos.

Todo movimiento requiere la acción conjunta y articulada del cuerpo y las extremidades. Es la función del estimulador, encontrar las diversas e infinitas formas de articular el potencial que cada niño pone de manifiesto; potencial que será diferente en cada uno de ellos, debiendo consecuentemente reflexionar de manera exhaustiva, sobre la selección de estímulos con los que se trabajará en una frecuencia diaria.

Basándonos en el esquema mecánico del movimiento, nuestras manos expresan de manera constante y permanente, lo que nuestro cerebro ordena; sus movimientos comprometen el movimiento de las extremidades, en armonía con el torax y la cadera.

Cotidianamente nos encontramos en una incansable e incesante búsqueda de lo ya pensado, armado y puesto en práctica, que mantenga viva nuestra capacidad de asombro.

Desde un comienzo la comunicación se instala en el solo hecho de hablar, cantar, reír, mirar, tomarse de las manos.....; la ejecución de la rutina da muestra de la existencia de la comunicación entre dos; dicha comunicación puede observarse en el monólogo iniciado por el adulto, el cual emerge del interactuar de las personas.

Posteriormente las palabras que verbalizamos, los gestos que dibujamos en nuestros rostros, se tornan familiares para el niño; a partir de este momento son manifiestos los primeros indicios de comprensión de lo ya comunicado, y es nuestra oportunidad de tomar estos indicios como punto de partida lograr emitir mensajes cada vez más complejos.

Debemos conocer cada paso de cada ejercicio que hemos de llevar a la práctica, ya que no es uno u otro ejercicio el que nos llevará a obtener ( o no ) el resultado esperado, sino el modo de aplicarlos, la repetición de cada uno de ellos y la frecuencia rutinaria, teniendo en cuenta siempre, la poca experiencia que podríamos tener en esta tarea.

En la práctica estimuladora, siempre debemos hacer el intento, y realizar aquello que se nos presenta como difícil, sin llegar a una insistencia abrumadora para el niño, de quien debemos saber que determinados movimientos no puede realizar, no obstante el intento.

En estimulación, no hay nada que cada uno de nosotros no conozca, tan solo debemos observar los movimientos que necesita realizar una persona a cualquier edad, y luego circunscribirse a las posibilidades de ejecución del niño teniendo en cuenta su edad cronológica y sus posibilidades.

El exitoso método o técnica mágica de apoyatura estimuladora no existe. La minuciosa observación de cada movimiento que el niño ejecuta, es la base a partir de la cual podrán formularse los ejercicios que a su vez serán la base de otros, generándose de esta manera series de ejercicios con movimientos articulados, los cuales habrán de favorecer el desplazamiento esperado.

He expresado anteriormente que nuestro cuerpo realiza movimientos simples o complejos, los cuales son transmitidos al cerebro tal cual los ejecutamos. Si estos movimientos son reproducidos en forma reiterada con ciertas alteraciones, éstos son transmitidos con exactitud, fijándose en nuestro cerebro tal cual ejecutamos cada uno de ellos.

Consecuentemente surge la necesidad de iniciar el tratamiento estimulador de manera inmediata; desde su nacimiento, cada niño con o sin dificultades neurológicas, debe ser estimulado.

En no pocos niños la inteligencia está opacada por alteraciones o atrofia de sus movimientos, los cuales se caracterizan por su brusquedad, rigidez, rapidez o por su lentitud, o contrariamente por su no ejecución.

Muchas veces las respuestas que ofrecen a los estímulos son por ellos elaboradas, intentando actuar, según corresponda a la situación.

Cuando el desarrollo psicomotor está obstruido debido a alguna patología de origen neurológico, nos podemos enfrentar a situaciones en las cuales el niño no puede inhibir movimientos involuntarios y se producen alteraciones de la tonicidad muscular, manifestándose en forma parcial o generalizada, una hipotonía o una hipertonía.

Es de suma importancia observar los avances en el sostenimiento de la cabeza; estos avances se producen con mucha lentitud. Cuando esto no se logra, difícilmente el niño encontrará las diferentes posturas que el cuerpo busca para lograr aplicar determinados movimientos.

Consecuentemente el niño habrá de permanecer en la posición supina; partiendo de esta postura inicial, acercaremos el mundo al niño haciendo de cada obstáculo encontrado, un elemento necesario entre otros.

En todos estos intentos estimuladores, no debemos perder de vista los objetivos establecidos previamente, los cuales están orientados a evitar la instalación del carácter irreversible del retraso madurativo diagnosticado con el aval de estudios que determinan cierta patología con las características pertinentes, y el consecuente pronóstico.

La aplicación de la estimulación, dará muy buenos resultados, siempre y cuando, comencemos precozmente o inmediatamente de conocida la patología que el niño padece, y su respectivo pronóstico, sobre el cual se basará la posibilidad de implementar un tratamiento estimulador, paralelo a otros tratamientos.

Los padres deben tener total conocimiento de la situación que la realidad define, de las posibilidades científicas de evolución y de la alternativa no mágica de la aplicación inmediata de ejercicios de estimulación

Si bien es muy difícil aplicar la estimulación en niños con dificultades motrices que tienen pocos meses de vida, nada impide su implementación; sólo debemos estar muy atentos a cada movimiento, y comenzar a articular esos movimientos, en un principio inconexos, organizando de esta manera un ejercicio simple o complejo que ofrezca al niño la posibilidad de lograr el mínimo desplazamiento.

Siempre en el armado de un ejercicio, debemos tener presente, el potencial que el niño posee, lo cual le permitirá la ejecución de cada paso. No organice un ejercicio que el niño no puede realizar, quizá por el momento; cada niño debe darse cuenta de sus avances, así como se da cuenta de sus impedimentos. Los ejercicios podrán ser complejos, a medida que se observan los avances.

Tanto el contenido del primer libro, como el contenido del segundo libro, y posteriormente el que corresponda al tercero, versan sobre ejercicios de estimulación que deberían implementarse tempranamente; cada una de estas pequeñas obras, están orientadas al logro de la formación de los padres como agentes estimuladores de sus propios hijos.

La participación de los progenitores y/o grupo familiar, en la aplicación de ejercicios de estimulación, en absoluto debe ser obviada; los profesionales a cargo de la situación, deberían acordar con cada miembro del grupo familiar, la manera de abordar el tratamiento estimulador.

Debemos tomar conciencia y aceptar que, los padres son los principales actores que deben estar comprometidos con su accionar, y son los que pueden cambiar el final de la historia. El factor cuantitativo de los avances motrices del niño, depende de la constancia y frecuencia diaria empleada en la ejercitación.

No obstante, puntualizo a toda persona cuyo interés en la estimulación es manifiesto, que habrá de solicitar asesoramiento y orientación a los profesionales preparados para tal fin; los profesionales a su vez, guiarán a la familia en la implementación del tratamiento en la propia casa.

Los ejercicios de estimulación intentan desviar el impulso nervioso de patrones de actividad no favorables, de acuerdo a la orientación profesional recibida, siendo los padres los ejecutores del tratamiento; es decir que es un intento de inhibir el movimiento producido sin objetivo final alguno.

Todos los ejercicios de estimulación temprana, que pudieran seleccionarse para ser aplicados en el tratamiento, habrán de guiar al niño a:

- Lograr la simetría de movimientos.
- Controlar los movimientos de la cabeza.
- Lograr la disociación de movimientos.
- Lograr la articulación entre lo que ve y lo que toca.
- Controlar sus propios movimientos.
- Establecer formas de comunicación.

Hemos de reconocer la existencia de profesionales quienes realmente poseen el conocimiento y la experiencia pertinente a las alteraciones de la motricidad; luego basándonos en la información científica sobre la cual se apoya un diagnóstico y su respectivo pronóstico, un niño podrá iniciar la práctica de una serie de ejercicios destinados a inhibir movimientos involuntarios, facilitando el desarrollo de otros movimientos necesarios y funcionales..

Se evitará en lo posible que el niño realice movimientos sin finalidad alguna; el esfuerzo que él experimenta en cada ejercicio, está estrechamente relacionado con su capacidad de resistencia. Consecuentemente se prestará total atención a esta relación, durante el tiempo que el niño emplea en la realización de cada paso en cada ejercicio, pudiendo así tomar la decisión de continuar con la práctica o detenerse momentáneamente.

La práctica de la estimulación temprana, habrá de ser guiada y controlada por un estimulador formado profesionalmente para tal fin, quien a su vez guiará y controlará la rutina que realizan los padres en sus hogares, quienes estarán comprometidos en el intento de mejorar la calidad de vida de sus hijos y por ende de toda la familia.

Repitiendo lo ya expresado anteriormente, la finalidad de la estimulación siempre será controlar los movimientos de la cabeza, lograr el desarrollo de la simetría de movimientos de las extremidades superiores e inferiores ( brazos y piernas ), y establecer relaciones entre los movimientos voluntarios, los sentidos ( vista-oído-tacto-gusto-olfato ) y los estímulos externos, como así también los estímulos internos.

La estimulación física debe siempre ir acompañada de la estimulación verbal, auditiva, táctil, gustativa y olfativa. Mientras estimula al niño, hable, cante y ría ; escuche diferentes ritmos musicales; acerque al niño el aroma de diversas sustancias agradables o no tan agradables; enseñe a tocar, acariciar, golpear, apretar y rasguñar todo objeto visible en su entorno.

La estimulación temprana o precoz debe entenderse como un todo articulado, que contempla aspectos motrices, lingüísticos, sensoriales y emocionales. Debe comenzar a aplicarse en los primeros meses de vida tendiendo a posibilitar el desarrollo de diferentes funciones inherentes a su maduración intelectual.

Es de suma importancia que los padres concurren a un centro de estimulación o institución que haya incorporado la mencionada tarea, donde habrán de recibir los conocimientos básicos y necesarios, que ayudarán a comprender el cómo y cuándo, el por qué y para qué de la implementación de la serie de ejercicios que conformarán una rutina de acuerdo a las posibilidades de ejecución del niño.

Cuando el niño descubre su propio cuerpo, posteriormente comienza a conocer su entorno a través de los sentidos, y la coordinación motora comienza a ser cada vez más compleja; los movimientos pueden tornarse más lentos o más bruscos. Aparecen ante los ojos del niño, otros rostros, sus propias manos moviéndose, y aferrando diferentes partes de su cuerpo.

Para llevar a cabo el tratamiento de estimulación, deberán ser analizadas las necesidades del niño y la familia, lo cual llevaría al encuentro de soluciones a posibles surgimiento de obstáculos que conlleven a la interrupción de la acción estimuladora; paralelamente habrá de incorporarse el aporte del:

- Médico neurólogo ( diagnóstico y pronóstico ).
- Médico Kinesiólogo.
- Fonoaudiólogo.
- Psicólogo.
- Psicopedagogo.
- Trabajador social.

EJERCICIOS DESDE EL N° 211 HASTA EL N° 240

POSICIÓN INICIAL SENTADO

Extremidades superiores  
Asociación de movimientos  
Disociación de movimientos  
Conocimiento del rostro

Comunica el que tiene intención de hacerlo,  
Comunica el que tiene algo que decir,  
Comunica el que dispone de un medio de expresión,  
Comunica el que cuenta con un interlocutor válido.

Dr. A. García Prieto  
Psiquiatra



**Ejercicio N° 216**



**Ejercicio N° 220**



- Para realizar los ejercicios, siempre consulte con un profesional.

#### EJERCICIO N° 211

- Posición inicial, sentado (acostado).
- Tomar la mano derecha y cierre el puño.
- Con su dedo pulgar empuje el dedo pulgar del niño hacia afuera.
- Enganchar ambos pulgares y tire suavemente.
- Realizar los mismos movimientos con la mano izquierda.
- Acercar las manos del niño e intente que los pulgares presionen sus yemas entre sí.
- Luego intentar enganchar los pulgares entre sí.
- Repetir muchas veces.



- Observe sus manos con el puño cerrado y descubra cuantos movimientos puede hacer con ellas.

#### EJERCICIO N° 212

- Posición inicial sentado ( acostado ).
- Con el puño cerrado y el pulgar libre, acerque la mano del niño a la cara.
- Apoyar el dedo en los labios y deslícelo sobre ellos.
- Realizar este movimiento con la boca cerrada y /o abierta.
- Introducir el dedo en la boca para descubrir los dientes, la lengua.....
- Intentar que el niño juegue con su pulgar y su lengua.
- Intentar que el niño juegue con los dientes y el pulgar.
- Trabajar con ambas manos en forma alternada o simultánea.
- Repetir muchas veces.



- Todo movimiento que haya descubierto enséñelo.

- Siempre, antes de cada ejercicio, masajear la zona a trabajar.

#### EJERCICIO N° 213

- Posición inicial sentados frente a frente. ( acostado )
- Tomar la mano derecha del niño, acariciarla hasta relajar los dedos.
- Asir el dedo índice, y masajearlo suavemente.
- Flexionar los dedos restantes, cerrando lentamente el puño.
- Posteriormente realizar los mismos movimientos en la otra mano.
- Enganchar su índice con el índice del niño.
- Intentar unir las puntas de los dedos índice y pulgar formando pinza.
- Intentar asir con ambos dedos, elementos muy pequeños.
- Estimular la mano izquierda.



- Enseñar al niño a asir con los dos dedos de las dos manos, diferentes objetos pequeños.

#### EJERCICIO N° 214

- Posición inicial, sentados frente a frente. (acostado )
- Tomar la mano derecha del niño, cierre el puño y libere el dedo índice.
- Llevar la mano hacia su cara y ubique el dedo sobre un ojo luego el otro.
- Posteriormente llevar la mano hacia la cara del niño y haga lo mismo.
- Llevar el dedo índice de la mano derecha hacia la mejilla.
- Deslizarlo hacia la oreja del mismo lado.
- Recorrer toda la oreja con el dedo.
- Estimular el lado contrario.
- Llevar los dos dedos hacia la nariz, y apriete la punta.
- Aplicar el mismo movimiento sobre los labios



- Ayude al niño a recorrer con los dedos otros rostros, y poder descubrir las mismas partes en el propio rostro.

- Recuerde, siempre inicie los movimientos de un ejercicio, en el rostro del estimulador y luego en el rostro del niño.

#### EJERCICIO N° 215

- Posición inicial, sentados frente a frente. ( acostado )
- Tomar la mano del niño y lentamente liberar los dedos: pulgar, índice y mayor.
- Masajear suavemente cada dedo.
- Acercar ambas manos, y recorrer con los dedos la mano contraria.
- Pinzar suavemente los dedos sobre la piel de la mano contraria
- Con los tres dedos en pinza, enseñar a pellizcar suavemente.
- Ejercer en este movimiento un poco de presión al pinzar.
- Al pinzar, levante levemente la piel.



- Use los dedos como pinza para reconocer otras partes del rostro como por ejemplo, las mejillas.

#### EJERCICIO N° 216

- Posición inicial, sentados frente a frente. ( acostado )
- Tomar la mano del niño liberar los dedos pulgar, índice y mayor.
- Intentar unir la yema del dedo pulgar con la yema del dedo mayor.
- Realizar el mismo movimiento ente el pulgar y el índice.
- Posteriormente, unir las yemas de los tres dedos.
- Intentar unir la punta de los tres dedos flexionando los mismos.
- En lo posible, lograr que el niño observe los movimientos.
- Trabajar con la mano contraria.

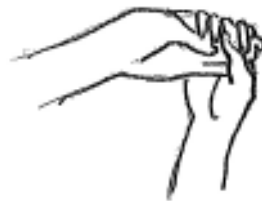


- Acaricie las mejillas del niño.

- Intente apoyar las manos del niño hacia el rostro del estimulador.

#### EJERCICIO N° 217

- Posición inicial, sentados frente a frente. ( acostado )
- Tomar la mano izquierda del niño, acariciarla; lograr mano abierta.
- Luego el dedo pulgar flexionado sujetará al dedo meñique.
- Liberar los otros tres dedos
- Flexionar y extender los otros tres dedos.
- Masajear cada dedo, juntarlos, separarlos.
- Aferrar los dedos libres con los dedos de la mano derecha.
- Cerrar el puño y trabajar con la otra mano.



- Acaricie la cabeza del niño, y que él lo haga con otros.

#### EJERCICIO N° 218

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Puño cerrado; tomar dedo meñique.
- Elevar solamente el dedo meñique y volver a cerrar.
- Realizar los mismos movimientos con el dedo de la otra mano.
- Enganchar entre sí ambos meñiques.
- Puños cerrados en ambas manos; unir puños y separar.
- Repetir.

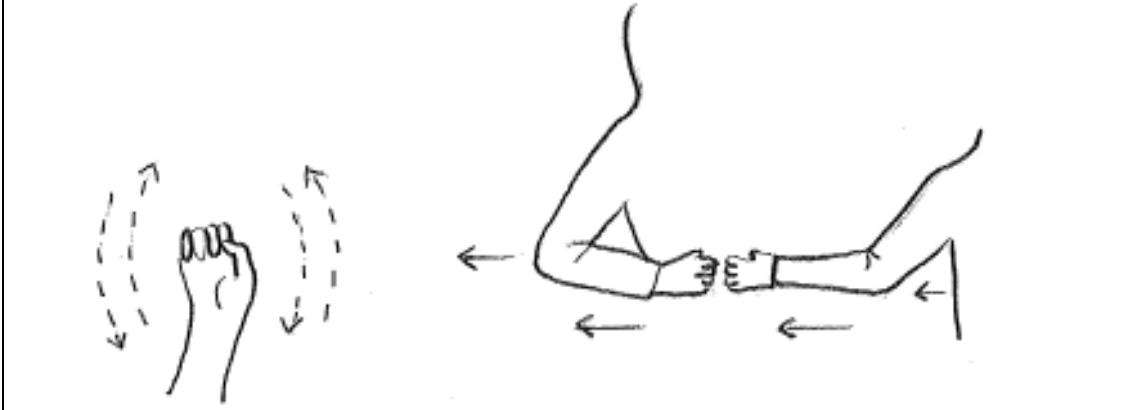


- Ayude al niño a acariciar sus propias mejillas.

- Con los puños cerrados, intente golpear suavemente superficies duras y blandas.

#### EJERCICIO N° 219

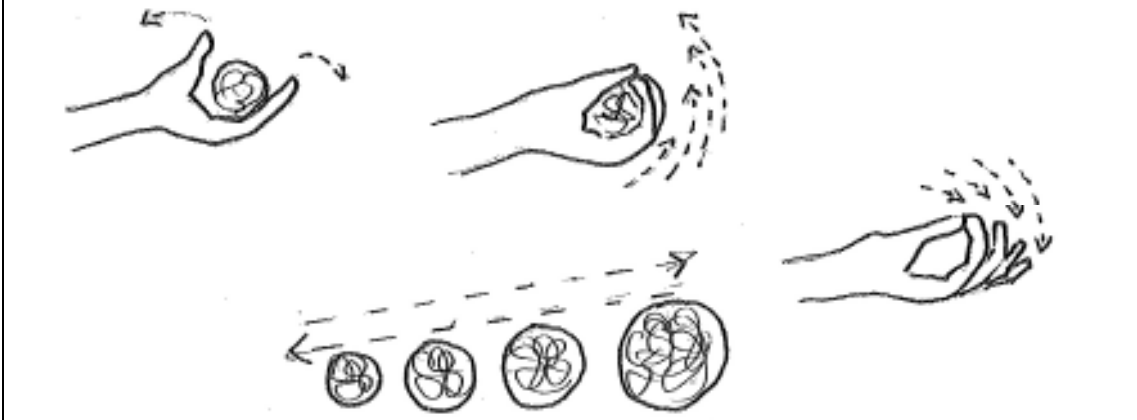
- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Puños cerrados; ayudar a girar los puños en diferentes direcciones.
- Con sus puños cerrados, ejercer presión sobre los puños del niño.
- Intentar en lo posible que el niño también ejerza presión.
- Brazos extendidos con puños cerrados.
- Empujar ambos puños intentando flexionar los brazos.
- Llevar los brazos flexionados hacia los costados y atrás.



- Recuerde que debe realizar los ejercicios con las extremidades del lado derecho e izquierdo.

#### EJERCICIO N° 220

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Manos abiertas, colocar en la palma de la mano una esfera pequeña.
- Tomar la punta de cada dedo y flexionarlo sobre el objeto.
- Posteriormente despegar cada dedo del objeto y dejarlo caer sobre las piernas.
- Realizar el ejercicio aumentando el tamaño del objeto.
- Volver lentamente disminuyendo el tamaño del objeto.
- Trabajar la mano del lado contrario.



- Deslice las manos con los puños cerrados, sobre superficies lisas y/o rugosas.

- Siempre se intentará que el niño observe los movimientos que las manos realizan.

#### EJERCICIO N° 221

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Se trabajará con todos los dedos, comenzando por masajearlos.
- Luego flexionar y extender cada dedo.
- Unir la yema del dedo pulgar con la yema del dedo anular.
- Unir la yema del dedo pulgar con la yema de cada dedo de la misma mano.
- Posteriormente unir las yemas de los cinco dedos.
- Trabajar con la mano del lado opuesto.
- Repetir varias veces.



- Si el niño no puede observar los movimientos de las manos, ayúdelo a sentirlos.

#### EJERCICIO N° 222

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Trabajar ambas manos a la vez.
- Unir las palmas de ambas manos.
- Apoyar las yemas de los dedos de una mano con las yemas de la otra.
- Hacer presión entre las puntas los dedos.
- Lentamente despegar las palmas entre sí.
- Permanecer unos segundos con las manos unidas sólo en la punta de los dedos.
- Volver y repetir varias veces.



- Ayude al niño a devolver las caricias que recibe, en el mismo momento.

- Guíe al niño a descubrir su mentón.

#### EJERCICIO N° 223

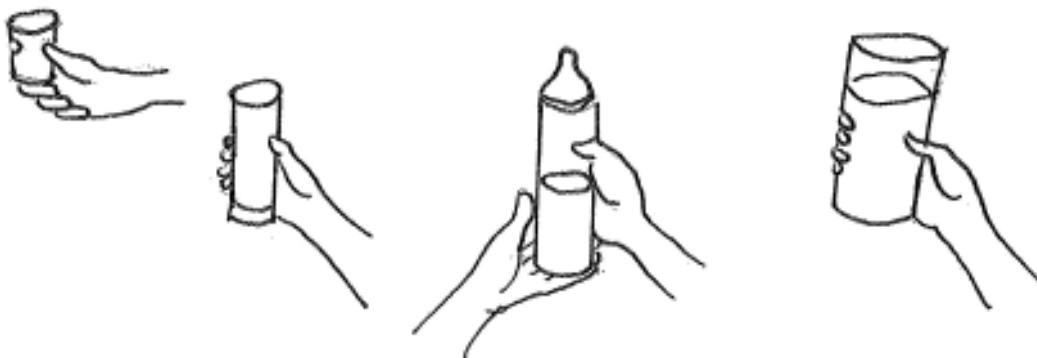
- Posición inicial, sentados frente a frente (o al costado).
- Brazos hacia adelante con la manos apoyadas sobre las piernas.
- Juntar las palmas; entrelazar los dedos.
- Dedos flexionados (posición de rezo).
- Intentar elevar el dedo índice de cada mano.
- Elevar ambos índices a la vez y/o de manera alternada.
- Realizar los mismos movimientos con cada dedo de cada mano.
- Volver a la posición inicial, y separar las manos.
- Repetir.



- Ayude al niño a asir otras manos.

#### EJERCICIO N° 224

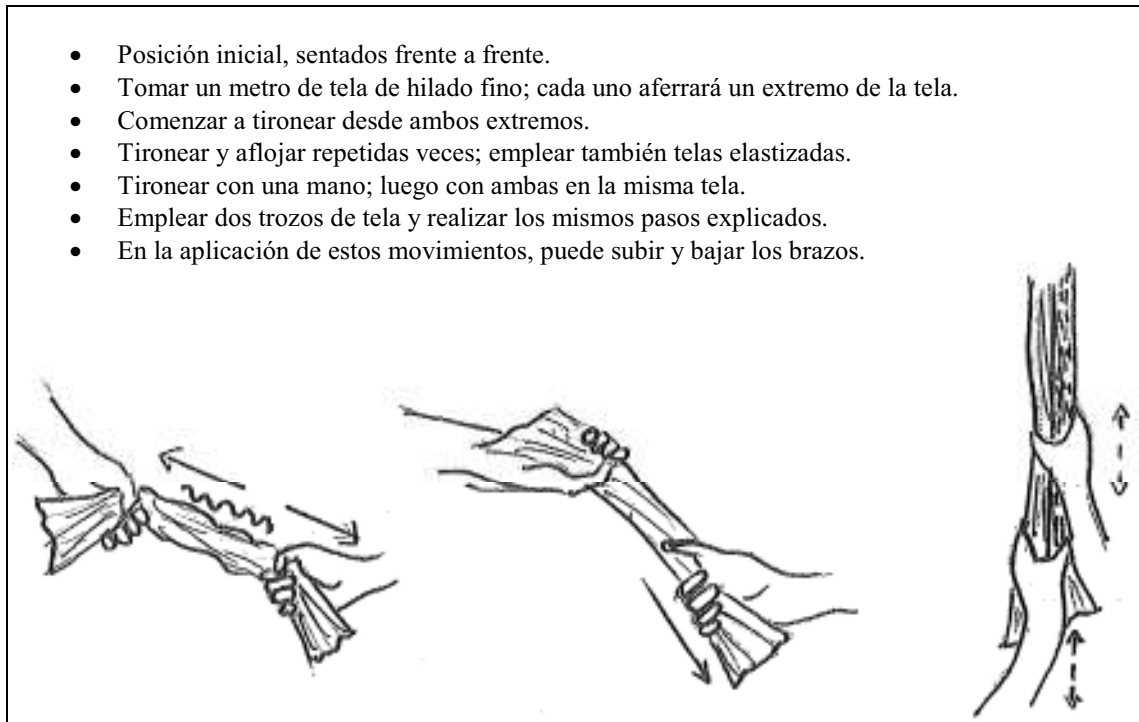
- Posición inicial sentados uno al lado del otro.
- Asir un pequeño vaso con dos dedos en pinza.
- Asir un vaso de mayor tamaño con todos los dedos.
- Asir el mismo vaso con toda la mano.
- Realizar los mismos movimientos con la mano opuesta.
- Realizar los mismos movimientos con ambas manos a la vez.
- Puede cambiar el objeto sin desviar las consignas.
- Puede variar los objetos a utilizar.
- Siempre tener en cuenta igual forma, igual color y diferente tamaño.



- Entrelace los dedos del niño con los dedos de otras manos.

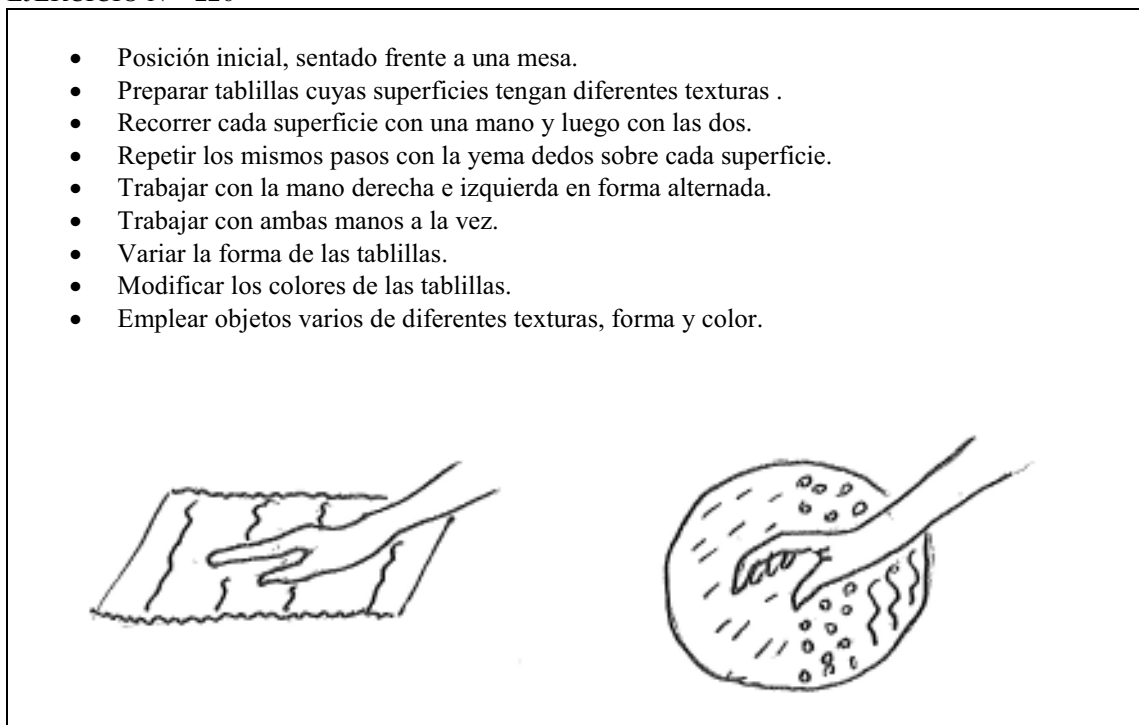
- Siempre intente enganchar los dedos de una mano con los dedos de la otra.

#### EJERCICIO N° 225



- Intente aferrar un dedo de la mano izquierda con todos los dedos de la mano derecha o viceversa.

#### EJERCICIO N° 226



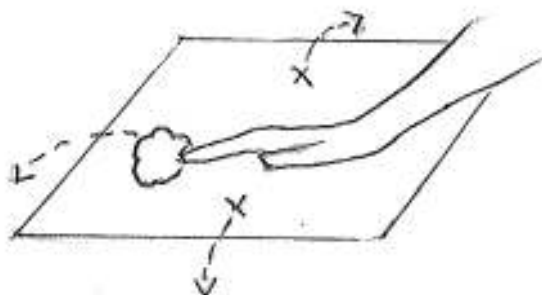
- Practique la sugerencia anterior aferrando cada dedo de cada mano.



- Enseñar a aferrar mas de un dedo en forma gradual.

#### EJERCICIO N° 227

- Posición inicial, sentado frente a una mesa.
- Manos abiertas con las palmas apoyadas sobre la mesa.
- Colocar un objeto pequeño cerca de las manos.
- Deslizar las manos hacia el objeto y empujarlo hasta el borde delantero.
- Dejar caer el objeto, y hacer que el niño observe estos movimientos.
- Colocar el objeto de frente, a la izquierda y/o a la derecha.
- Empujar el objeto con una mano o con ambas.
- Repetir varias veces variando los objetos.



- Los objetos empleados en los ejercicios, en un comienzo deben ser de igual forma, igual tamaño pero de diferente color.

#### EJERCICIO N° 228

- Posición inicial, sentado frente a una mesa.
- Manos abiertas, con las palmas apoyadas sobre la superficie.
- Comenzar a golpear la superficie muy suavemente con ambas manos a la vez.
- Aplicar el mismo movimiento con la mano derecha.
- Mantener la mano izquierda fuera de la mesa.
- Trabajar con la mano izquierda; mano derecha fuera de la mesa.
- Repetir los mismos pasos golpeando con mayor fuerza.
- Hacer notar el aumento del sonido.
- Establezca relación entre el golpe y el sonido.
- Aumente la velocidad de los movimientos

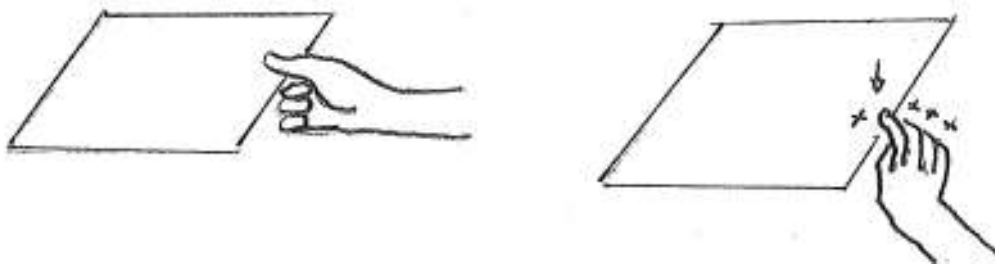


- Posteriormente puede emplear objetos de igual forma, diferente tamaño e igual color.

- Emplee elementos de igual forma, diferente tamaño y diferente color.

#### EJERCICIO N° 229

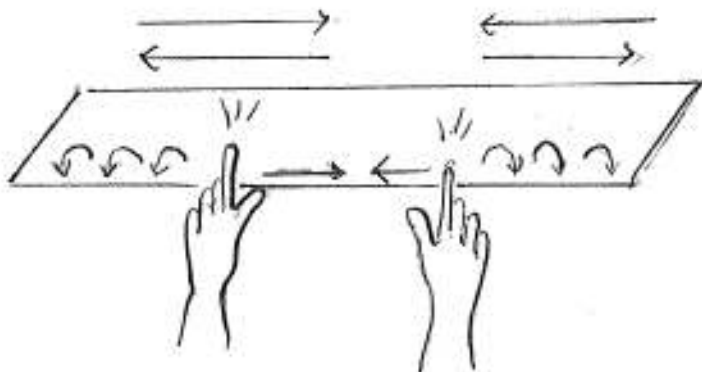
- Posición inicial sentado frente a una mesa.
- Apoyar la palma de la mano derecha sobre la mesa.
- La mano izquierda permanecerá apoyada sobre la pierna.
- Deslizar la mano hacia el pecho, hasta llegar al borde.
- Retirar la mano de la mesa.
- Cerrar el puño dejando el dedo pulgar liberado.
- Apoyar el pulgar sobre el borde de la mesa y ejercer leve presión.
- Posteriormente estirar el dedo índice y flexionar el pulgar.
- Apoyar el índice sobre el borde y presionar.
- Repetir los mismos movimientos con cada dedo.
- Realizar los mismos pasos con la mano contraria.



- Emplee elementos de diferente forma, igual tamaño y diferente color.

#### EJERCICIO N° 230

- Posición inicial, sentado frente a la mesa.
- Retomar el ejercicio anterior, y apoyar ambos índices sobre el borde de la mesa.
- Aplicar con los dos dedos, suaves golpes sobre la mesa.
- Reproducir el sonido en forma alternada o simultánea.
- Realizar los movimientos separando y acercando las manos.
- Realizar los mismos movimientos con cada dedo de cada mano.
- Repetir marcando ritmos si es posible.
- Aplicar las variables que considere viable.

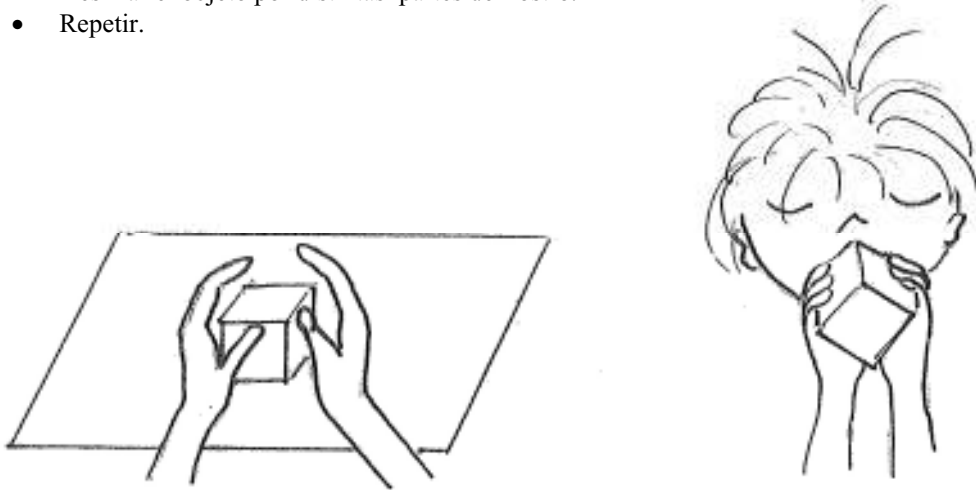


- Emplee objetos de diferente forma, igual tamaño e igual color.

- Enseñe a rascar suavemente la piel con las uñas.

#### EJERCICIO N° 231

- Posición inicial, sentado frente a la mesa.
- Ubicar sobre la mesa dos o tres objetos de diferentes texturas y formas.
- Aplicar movimientos aprendidos en ejercicios anteriores.
- Tomar cada objeto con ambas manos.
- Llevar el objeto hacia la cara.
- Deslizar el objeto por distintas partes del rostro.
- Repetir.



- Realice sobre cada superficie, movimientos ascendentes, descendentes y circulares.

#### EJERCICIO N° 232

- Posición inicial, sentado frente a la mesa.
- Colocar sobre la mesa una porción de masa.
- Preparar con harina una masa de textura pegajosa.
- Ayudar al niño a jugar con la masa.
- Juntar las manos y entrelazar los dedos.
- Llevar las manos embadurnadas a la boca.
- Apoyar las manos embadurnadas sobre diferentes partes del rostro.
- No deslizar las manos



- Deslice las uñas del niño sobre superficies de diferentes texturas.

- Siempre trabajar lado izquierdo y derecho.

#### EJERCICIO N° 233

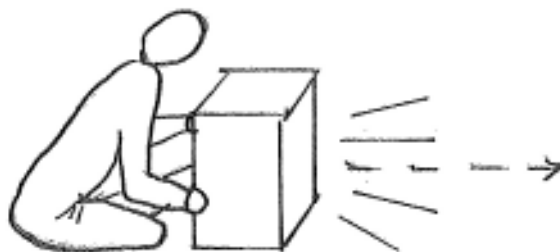
- Posición inicial, Sentados en el suelo frente a frente.
- Colocar alrededor del cuerpo tres objetos.
- Enseñar a empujar cada uno de los elementos.
- Quedará el área despejada, pero los objetos a la vista.
- Estirar los brazos hacia los objetos y agarrarlos.
- Acercar los objetos al lugar de inicio.
- Repetir muchas veces.



- En lo posible, para realizar la rutina, emplear objetos de la casa.

#### EJERCICIO N° 234

- Posición inicial, sentados en el suelo.
- Colocar en el espacio cercano al cuerpo una caja grande.
- Este elemento no debe ser pesados en un comienzo.
- Debe estar ubicada de manera que obstruya el movimiento hacia adelante.
- Ayudar a retirar el obstáculo con ambas manos.
- Puede despejar la zona empujando o aferrando el obstáculo.
- En lo posible aumentar el tamaño y el peso del objeto.
- Repetir muchas veces.

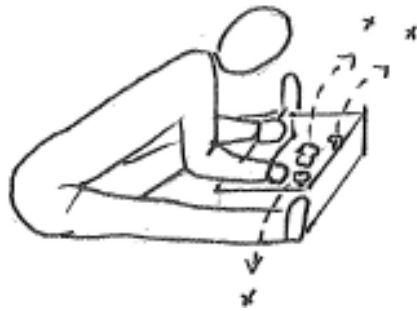


- A medida que se avanza, variar los objetos y su cantidad.

- Intentar empujar objetos variados con una mano.

#### EJERCICIO N° 235

- Posición inicial, sentado en el suelo con las piernas abiertas.
- Acercar al niño una caja con tres objetos en su interior.
- Colocar la caja entre las piernas.
- Apoyar una mano en uno de los bordes de la caja.
- Introducir la otra mano en la caja hasta tocar los objetos.
- Tomar uno de ellos y sacarlo de la caja.
- Colocarlo en el piso a un costado del cuerpo.
- Proceder de igual modo con los otros objetos.
- Posteriormente incorporar a la caja cada uno de los objetos.
- Repetir.



- Establecer relación entre objetos iguales: a mayor tamaño, mayor peso.

#### EJERCICIO N° 236

- Posición inicial, sentado en el suelo con las piernas abiertas.
- Colocar una pelota entre las piernas.
- Tomar la pelota con ambas manos y ubicarla en un costado del cuerpo.
- Luego tomar nuevamente la pelota y desplazarla hacia el costado contrario.
- Volver a la posición inicial.
- Repetir varias veces.
- Variar el tamaño del objeto.
- El objeto a utilizar debe ser liviano.



- No colocar muchos objetos delante del niño.

- No utilizar elementos muy pesados, pues el niño no podrá levantarlos.

#### EJERCICIO N° 237

- Posición inicial sentado en el suelo con las piernas abiertas.
- Colocar entre las piernas un plato plástico lleno de agua.
- Lentamente introducir y sacar ambas manos en el plato.
- Posteriormente acelerar el movimiento.
- Provocar que el agua salpique.
- Con el plato lleno de agua, ayude al niño a tocar la superficie.
- No sumergir la mano en el agua, sólo apoye la palma.
- Deslice la mano sobre la superficie.
- Lleve la palma humedecida a la cara.



- Enseñe a tironear objetos enganchados.

#### EJERCICIO N° 238

- Posición inicial sentado en el piso con las piernas abiertas.
- Colocar entre las piernas una fuente llena de agua.
- Ayudar al niño a jugar con sus manos en el agua.
- Lograr salpicar todo el entorno golpeando la superficie.
- Enseñar a juntar agua con ambas manos; deslizar el agua entre los dedos.
- Posteriormente tomar la fuente y volcar el agua sobre el piso.
- Deslizar ambas manos sobre el piso mojado.
- Llevar las manos mojadas a la cara.
- Repetir aplicando variables.
- Cambiar la temperatura del agua.



- Intente empujar sillas con ambas manos.
- Enseñe al niño a volcar un vaso de agua sobre el piso.

#### EJERCICIO N° 239

- Posición inicial, sentados en el suelo frente e frente.
- Colocar un pequeño objeto en la mano derecha del niño.
- Ayudar a pasar el objeto a la mano izquierda.
- Pasar repetidas veces el objeto de una mano a la otra.
- Enseñar a dar y recibir el objeto.
- Aplicar el movimiento con una u otra mano.
- Aplicar el movimiento con ambas manos.
- Repetir muchas veces.
- Utilizar en lo posible elementos de características diferentes.



- Enseñe al niño a volcar agua sobre diferentes partes del cuerpo.

#### EJERCICIO N° 240

- Posición inicial, sentados en el suelo frente a frente.
- Piernas abiertas, manos apoyadas en las rodillas.
- Ubicar entre las piernas un trozo de papel.
- Tomar el papel y arrugarlo lentamente mientras el niño observa.
- Estirar nuevamente el papel y colocarlo en el suelo.
- Ayudar al niño a realizar los mismos pasos.
- Repetir varias veces.
- Variar el grosor y el tamaño del papel.



- Permita que el niño disfrute en el agua.



**Ejercicio N° 221**



**Ejercicio N° 224**



EJERCICIOS DESDE EL N° 241 al 270

POSICIÓN INICIAL SENTADO

Gesticulación  
Actividad senso-motriz

“ Nuestro objetivo debe ser desmedicalizar al niño y a su familia, integrarlo en la sociedad, no segregarlo como paciente permanente y hacer todo lo posible para permitirle ingresar en la comunidad.”

Bleck, E. “ Orthopedic Management of Cerebral Palsy ”



**Ejercicio N° 244**



**Ejercicio N° 247**

- No olvide consultar con un profesional frente a esta tarea.

#### EJERCICIO N° 241

- Posición inicial, todas las posiciones posibles.
- Uno frente al otro.
- Posar una mano en el rostro del estimulador.
- Recorrer con la palma todo el rostro.
- Deslizar la mano hacia la cabeza y las orejas.
- Posteriormente guiar la mano del niño hasta tocar su rostro.
- Realizar en el propio rostro, los mismos movimientos.
- Realizar el estímulo con la mano contraria.
- Repetir.



- El niño intentará realizar el ejercicio, en la posición que le sea más cómoda.

#### EJERCICIO N° 242

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Cerrar el puño y liberar el dedo índice.
- Con dicho dedo recorrer todo el rostro.
- Detenerse en un ojo y reconocer su forma con el dedo.
- Ejercer leve presión sobre el ojo, con los párpados cerrados.
- Sin despegar el dedo del rostro, pasar al otro ojo.
- Haga este movimiento deslizando el dedo por la nariz.
- Trabajar de igual manera para reconocer otras partes del rostro.
- Puede aplicar el ejercicio, utilizando cada dedo por vez.
- Repita cada paso del ejercicio con la mano contraria.



- En lo posible, aplicar los ejercicios sobre el lado derecho e izquierdo.

- Siempre trabaje ambos lados del cuerpo.

#### EJERCICIO N° 243

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Acariciar con ambas manos las cejas.
- Extender la caricia hacia la frente, ojos y sienes.
- Ejercer una leve presión en cada parte del rostro que toca.
- Detenerse en las cejas con los dedos pulgares apoyados en ellas.
- Presionando suavemente, intente fruncir el ceño del niño.
- Repetir.
- Sin despegar los dedos de la zona, mueva hacia el centro una ceja.
- Trabaje el lado opuesto.
- Ayude al niño a realizar los mismos movimientos en otro rostro.



- Ayude al niño a acariciar sus propios ojos.

#### EJERCICIO N° 244

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Tapar con la mano los ojos del niño, y destapar al instante.
- Aumente el tiempo de permanencia de la mano sobre los ojos.
- Realizar los mismos pasos tapando uno u otro ojo.
- Tome la mano del niño y repita el ejercicio.
- Ayúdelo a conocer el propio rostro.
- Guíe la mano del niño a aplicar el ejercicio en otros rostros.
- Repetir muchas veces.

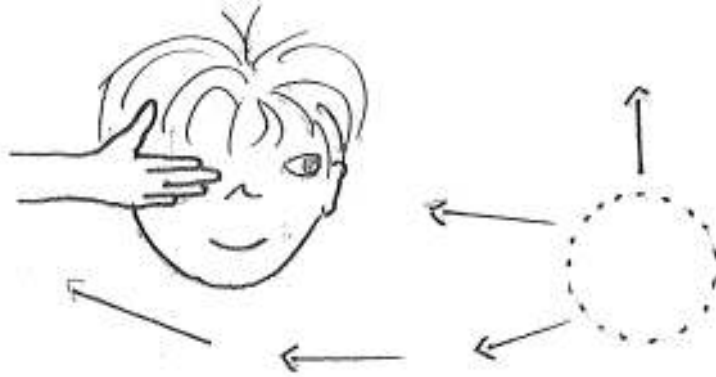


- Ayude al niño a acariciar otros rostros.

- Apoye los dedos en diferentes partes de las cejas, y muévalas en distintas direcciones.

#### EJERCICIO N° 245

- Posición inicial, sentados uno al lado del otro.
- Tape con su mano uno de los ojos del niño.
- Hacer que observe un objeto llamativo, por su forma, tamaño o color.
- Acercar y alejar el objeto ante la mirada del niño.
- Mover el objeto en diferentes direcciones.
- Lograr que el niño lo siga con la mirada.
- Repetir incorporando variables.
- Aplicar el ejercicio estimulando el lado contrario.



- Intente que el niño juegue con las cejas de la misma manera.

#### EJERCICIO N° 246

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Acariciar con los dedos la nariz, recorriéndola totalmente.
- Luego realice los mismos movimientos con el dedo índice.
- Repita los pasos anteriores guiando la mano del niño.
- Recorra con el dedo el contorno de las fosas nasales.
- Introduzca levemente el dedo en cada una de las fosas.
- Aplique el ejercicio empleando la mano del lado contrario.
- Introducir variables si surgieran.
- Repetir.



- Juegue a tapar el rostro con la ropa, mientras lo cambia.

- Ayude al niño a jugar con la nariz de otros rostros.

#### EJERCICIO N° 247

- Posición inicial, sentados frente afrente.
- Hacer pinza con los dedos índice y pulgar.
- Tomar la punta de la nariz del niño.
- Mover la punta de la nariz hacia la derecha e izquierda.
- Tapar y destapar cada fosa nasal.
- Tomar los dos dedos del niño y formar la pinza.
- Realizar los mismos movimientos en su propia nariz.
- Aplicar el ejercicio en la nariz de otros rostros.
- Repetir muchas veces.
- Trabajar con la mano contraria.



- Guíe al niño a jugar con los ojos de otros rostros.

#### EJERCICIO N° 248

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Colocar el dedo índice debajo de las fosas nasales.
- Aplicar suavemente presión contra la encía.
- Ejercer una leve presión hacia arriba.
- Seguir presionando hasta despegar el labio de la encía.
- Este movimiento elevará la punta de la nariz.
- Ayude al niño a utilizar sus propias manos en este ejercicio.
- Emplee en forma alternada la derecha e izquierda.
- Repetir varias veces.
- Aplicar el ejercicio en otros rostros.

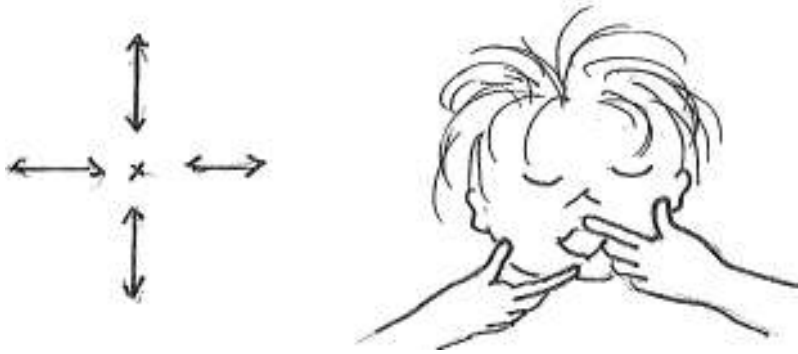


- Organice el juego que el niño pueda jugar.

- Tape y destape las fosas nasales con los dedos.

#### EJERCICIO N° 249

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Ubicar el dedo índice por encima del labio superior.
- Ejercer leve presión, y recorrer con el dedo el contorno labial.
- Con el dedo apoyado sobre el labio superior, moverlo hacia uno y otro lado.
- Realizar el ejercicio con los dedos del niño.
- Aplicar los mismos pasos en el labio inferior.
- Apoyar el índice de la otra mano sobre el labio inferior.
- Mover ambos labios en direcciones contrarias.
- Realizar cada paso con los dedos del niño.



- Tape y destape una fosa nasal en forma alternada.

#### EJERCICIO N° 250

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Colocar los dedos sobre los labios del niño.
- Mantener la boca cerrada; deslizar los dedos sobre los labios.
- Apretar suavemente los labios con los dedos en pinza.
- Apretar en forma vertical y horizontal.
- Repetir varias veces.
- Realizar el ejercicio con los dedos del niño.



- Recuerde, siempre se tenderá a realizar el ejercicio con las manos del niño.

- Recorra con sus mejillas el rostro del niño.

#### EJERCICIO N° 251

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Colocar los dedos sobre los labios del niño.
- Mantener la boca abierta y recorrerla con los dedos.
- Aplicar estos pasos con los dedos del niño.
- Ubicar el dedo índice del niño en la comisura derecha del labio.
- Introducir el dedo en la boca y recorrer la encía.
- Continuar recorriendo la ubicación de los dientes.
- Estimular el lado contrario.



- Apoye su mano sobre la mano del niño, y así guíe sus movimientos.

#### EJERCICIO N° 252

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Mantener la boca abierta con el dedo en la boca.
- Apoyar el dedo en la lengua y recorrerla.
- Hacer lo mismo en el paladar.
- Recorrer con el dedo el lado interno de la mejilla.
- Aplicar el ejercicio con varios dedos a la vez.
- Trabajar el lado contrario con la otra mano.
- Repetir muchas veces.



- Apoye su cuerpo en el cuerpo del niño, y así guíe sus movimientos.



- Los movimientos de las manos deben realizarse lentamente.

#### EJERCICIO N° 253

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Ubicar su dedo índice en la comisura de la boca del niño.
- Introducir el dedo en la boca y enganchar el dedo en la comisura.
- Estirar suavemente el labio hacia el costado y hacia afuera, volver.
- Aplicar el mismo movimiento en el lado contrario.
- Actuar de igual manera en ambas comisuras a la vez.
- Realizar todos los pasos con los dedos del niño.
- Aplicar el ejercicio en caras que el niño observa.



- El recorrido que realizan los dedos debe realizarse muy lentamente.

#### EJERCICIO N° 254

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Acariciar las mejillas del niño; extender el movimiento hacia las orejas.
- Tomar las manos del pequeño y llevarlas a sus propias mejillas.
- Deslizar las manos hacia las orejas y volver.
- No despegar las manos del rostro.
- Deslizar las manos hacia diferentes direcciones.
- Aplicar el ejercicio en otros rostros.
- Repetir reiteradas veces.



- Sin modificar el ejercicio, agregue cualquier variable que pueda enriquecer el ejercicio.

- Puede realizar los ejercicios con otros dedos.

#### EJERCICIO N° 255

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Colocar su mano en una mejilla y deslícela hacia el mentón.
- Detenerse y tomar el mentón con sus dedos.
- En esa posición intentar girar la cabeza hacia la derecha e izquierda.
- Posteriormente intentar llevar la cabeza hacia atrás y volver.
- Continuar bajando y subiendo la cabeza.
- Aplicar repetidas veces.
- Enseñar a descubrir el mentón en otros rostros.



- Ayude al niño a reconocer los labios en otros rostros.

#### EJERCICIO N° 256

- Posición inicial: ubicarse detrás del niño.
- Llevar una mano del niño a la nuca, apóyela y ayude a masajear.
- Deslizar la mano hacia la cabeza y de allí a la cara.
- Volver a la posición inicial de la misma manera.
- Aplicar el ejercicio con la otra mano.
- Aplicar el ejercicio con ambas manos.
- Enseñar a realizar estos movimientos en otras cabezas.



- Enseñe a tapar el propio rostro con ambas manos.

- Produzca sonidos suaves con objetos pequeños.

#### EJERCICIO N° 257

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Colocar las manos en las orejas del niño.
- Acariciar lentamente ambas orejas a la vez.
- Con sus dedos recorra el interior.
- Repetir estos pasos en una oreja.
- Repetir estos pasos en la oreja contraria.
- Tomar las manos del niño, acarícielas.
- Ayudar al niño a realizar el ejercicio.



- No permanezca mucho tiempo en silencio.

#### EJERCICIO N° 258

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Acariciar las orejas mientras escucha una melodía.
- Tapar con las palmas de su mano las orejas obstruyendo la audición.
- Intente que el niño lleve las propias manos a las orejas.
- Acercar la melodía al oído derecho y alejarla.
- Repetir la acción en el oído izquierdo.
- Aplicar muchas veces.



- Escuchar música debe ser una acción constante.

- En lo posible tararee la melodía que escucha.

#### EJERCICIO N° 259

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Acariciar el rostro del niño y detenerse en los ojos.
- Suavemente bajar los párpados del niño.
- Acariciar los ojos en esa posición.
- Levantar los párpados.
- Intentar que el niño realice estos movimientos.
- Aplicar los mismos pasos tapando un ojo.
- Trabajar el lado contrario.



- En lo posible baile con el niño la melodía.

#### EJERCICIO N° 260

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Mostrar al niño un objeto llamativo de material semiduro.
- Colocar el objeto en la mano derecha del niño.
- Conocer y reconocer el objeto.
- Acercar el objeto a la cara.
- Llevar el objeto a la boca y enseñar a lamerlo.
- Repetir los pasos utilizando otros objetos llamativos.
- Aplicar los mismos pasos con la mano izquierda.



- Escuche diferentes ritmos.

- Encuentre las posibilidades que su hijo tiene para lograr comunicarse.

#### EJERCICIO N° 261

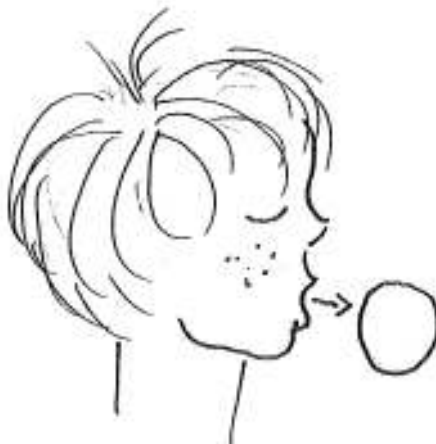
- Posición inicial sentados frente a frente.
- Ubicar en las manos del niño un objeto de tamaño mediano.
- El objeto deberá ser de material blando
- Llevar el objeto a la boca; apoyar los dientes sobre el objeto e intentar morder.
- Sostener el objeto con los dientes.
- Retirar el objeto de la boca con la mano.
- Volver a la posición inicial y repetir.
- Usar otros objetos con diferentes características.



- Existen diversas y diferentes formas de comunicarnos.

#### EJERCICIO N° 262

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Colocar en las manos del niño un objeto de material blando.
- Llevar el objeto a la boca y sostenerlo entre los dientes.
- Separar los maxilares y dejar caer el objeto.
- No sostener el objeto con las manos.
- Repetir muchas veces.
- Variar el material del objeto.



- Cada niño tiene una manera particular de comunicarse.

- Guiar la mirada del niño hacia diferentes direcciones, sin mover la cabeza.

#### EJERCICIO N° 263

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Ayudar al niño a aferrar un trozo de papel.
- Acercar el trozo a la boca y muerda suavemente.
- Ayudar a apartar el objeto de los dientes.
- Tironear suavemente sin desgarrar.
- Repetir muchas veces.
- Emplear objetos de distintas características.
- Culminar el ejercicio desgarrando el trozo del objeto.



- Guiar la mirada del niño hacia diferentes direcciones, con movimiento de cabeza.

#### EJERCICIO N° 264

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Colocar en una mano del niño pequeños trozos de alimentos.
- Estos alimentos se habrán de caracterizar por sus distintos gustos.
- Acercar la mano a los labios y apoyar sobre ellos el alimento.
- Ayudar a separar los labios y los dientes.
- Ayudar a conectar el objeto con la punta de la lengua.
- Incorporar toda variedad de sabores para un niño.
- Repetir siempre.

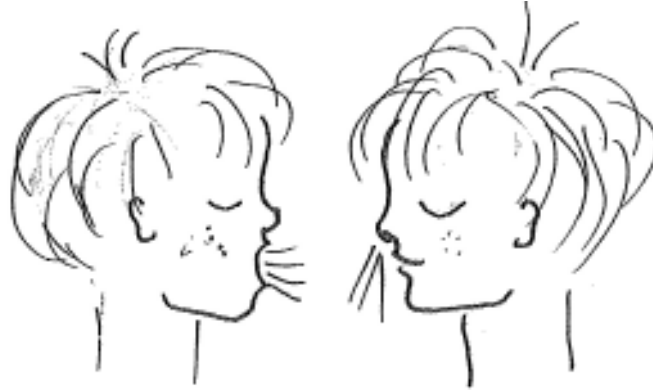


- En un primer momento emplear objetos de superficie lisa.

- Ejercitar la mirada de reojo.

#### EJERCICIO N° 265

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Acercar ambos rostros; intentar cerrar la boca o taparla.
- Respirar por la nariz, exhalando el aire sobre la cara del niño.
- Repetir el movimiento sobre distintas partes del rostro.
- Tapar las fosas nasales del niño.
- Inmediatamente abrir la boca.
- Exhalar el aire sobre diferentes partes del rostro
- Aplicar repetidas veces alternando boca, nariz.
- Repetir ; intentar soplido.



- Reconocer diversos objetos a través del tacto labial.

#### EJERCICIO N° 266

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Tomar las manos del niño y llevarlas a la boca.
- Separar los labios y entreabrir la boca.
- Apoyar las puntas de los dedos sobre el labio inferior.
- Con la punta de los dedos empujar el labio hacia arriba.
- Posteriormente empujar el labio hacia el interior de la boca.
- Presionar suavemente el labio sobre los dientes.
- Permanecer en esta postura unos instantes.
- Volver y repetir.



- Antes de llevar un objeto a la boca, reconocerlo con la mirada.

- Antes de llevar un objeto a la boca, tocarlo.

#### EJERCICIO N° 267

- Posición inicial sentados frente a frente.
- Colocar en las manos del niño objetos con distintos aromas.
- Acercar el objeto al rostro y ubicarlo debajo de la nariz.
- Estimular el olfato del niño.
- Familiarizar al niño con los aromas de la vida cotidiana.
- Introducir variables.
- Aplicar el ejercicio con todo elemento aromático.



- Antes de llevar un objeto a la boca, jugar con el objeto

#### EJERCICIO N° 268

- Posición inicial sentado frente a frente.
- Colocar una almohadilla en la nuca (o elemento similar).
- Mover suavemente la cabeza hacia atrás hasta topar con la almohadilla.
- Volver muy lentamente.
- Posteriormente colocar la almohadilla debajo del mentón.
- Llevar la cabeza hacia adelante hasta topar con la almohadilla.
- Todos los movimientos deben realizarse de manera suave y lenta.
- Repetir en todo momento posible.



- Antes de llevar un objeto a la boca, sostenerlo varios instantes con ambas manos.



- Antes de aplicar cada ejercicio, siempre tener presente las posibles reacciones del niño.

#### EJERCICIO N° 269

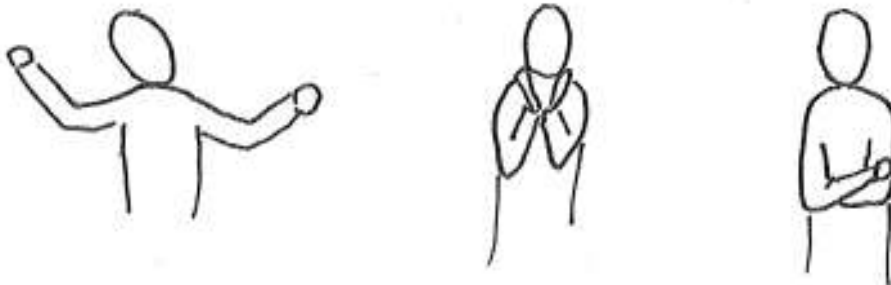
- Posición inicial sentados frente a frente.
- Con la mirada puesta en los rostros.
- Comenzar a reír ante el niño.
- Modelar en él la misma expresión.
- Volver a la expresión inicial.
- Asómbrese ante el niño.
- Modelar en el rostro del niño la misma expresión.
- Volver a la expresión inicial.
- Estimular el rostro con otras expresiones.



- Antes de aplicar un ejercicio, siempre tener en cuenta la posibilidad de lentitud en las respuestas.

#### EJERCICIO N° 270

- Posición inicial frente a frente.
- Repetir los pasos del ejercicio anterior.
- Acompañar cada paso con movimientos de brazos.
- Acompañar cada paso con movimientos de manos.
- Siempre volver a la posición inicial.
- Repetir en diversos momentos de la vida cotidiana.



- Antes de aplicar un ejercicio, prevea qué hacer frente a una respuesta inmediata.



**Ejercicio N° 257**



**Ejercicio N° 263**

EJERCICIOS DESDE EL N° 271 HASTA EL N° 300

POSICIÓN INICIAL : TODAS LAS POSICIONES POSIBLES

Actividad : coordinación brazos manos

“ Llamamos imagen corporal a la representación mental del propio cuerpo. Esta imagen, según Schilder, se adquiere, se constituye y se forma merced a un continuo contacto con el mundo. No se trata de algo fijo, sino de una estructura sujeta a cambios permanentes, todos los cuales guardan relación con la motilidad y con las acciones en el mundo externo. ”

D.Feldfogel - A. Zimermean  
Compiladores



**Ejercicio N° 275**

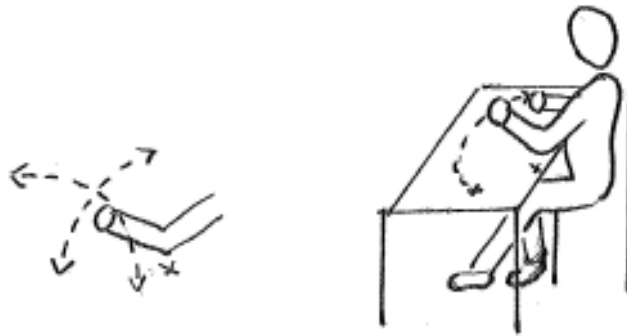


**Ejercicio N° 282**

- Recuerde que debe consultar con un profesional.

#### EJERCICIO N° 271

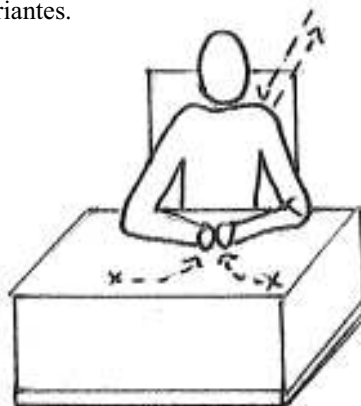
- Posición inicial, sentado frente a una mesa, con los codos apoyados en ella.
- Sin despegar los codos, apoyar las palmas sobre la mesa.
- Deslizar una mano sobre la superficie, de izquierda a derecha.
- Realizar igual movimiento con la mano opuesta.
- Juntar las manos; volver al inicio y repetir.
- Sin despegar el codo, levantar una mano.
- Realizar movimientos hacia diversas direcciones.
- Luego trabajar con la mano opuesta.
- Trabajar ambas manos a la vez; juntar las manos en el aire.
- Volver al inicio y repetir.



- Avance, muy lentamente..... pero avance.

#### EJERCICIO N° 272

- Posición inicial, sentado frente a una mesa.
- Torso inclinado hacia adelante.
- Brazos abiertos, codos y manos apoyados sobre la mesa.
- Doblar lentamente un brazo y luego el otro.
- Apoyar una mano sobre la otra.
- Realizar suave desplazamiento hacia atrás.
- Los brazos quedarán estirados y los codos fuera de la mesa.
- Volver al inicio.
- Repetir e incorporar variantes.



- La palabra, es una de las tantas pequeñas grandes cosas de la vida.

- No idealice una rutina.

#### EJERCICIO N° 273

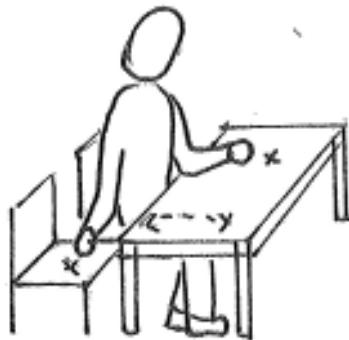
- Posición inicial, sentado frente a la mesa.
- Brazos extendidos hacia adelante; palmas sobre la mesa.
- Deslizar una mano hacia el borde de la mesa cercano al pecho.
- Guiar la mano lentamente hasta apoyarla en la pierna del mismo lado.
- Volver a la posición inicial.
- Aplicar el ejercicio sobre el lado contrario volver al inicio.
- Aplicar el ejercicio con ambas manos a la vez.
- Repetir en cualquier momento.
- Incorporar variables.



- Haga lectura de su propia realidad

#### EJERCICIO N° 274

- Posición inicial, sentado frente a una mesa.
- Ubicar una silla en el costado derecho.
- Manos apoyadas en el borde de la mesa.
- Bajar la mano derecha; apoyarla en la pierna del mismo lado.
- Posteriormente desplace la mano hasta el centro de la silla contigua.
- Vuelva del mismo modo a la posición inicial.
- Realice el ejercicio con la mano izquierda.
- Repetir.

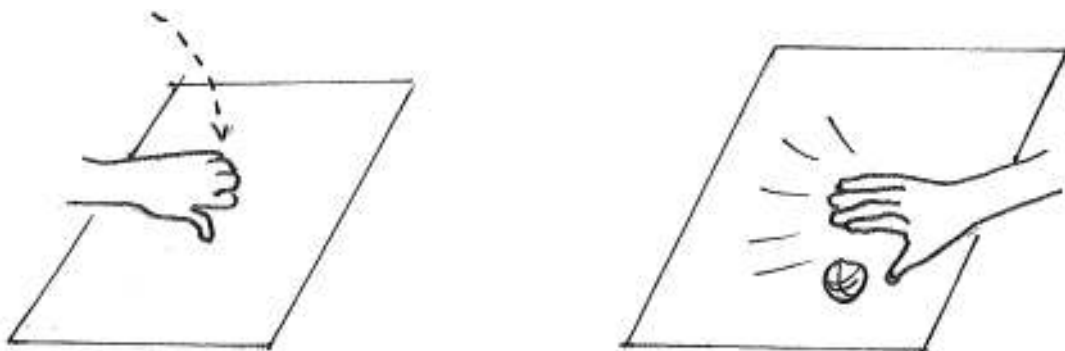


- Cada obstáculo que encuentra en la práctica de la rutina, deberá ser analizado antes de apartarlo.

- En ocasiones los obstáculos pueden ser incorporados a la rutina.

#### EJERCICIO N° 275

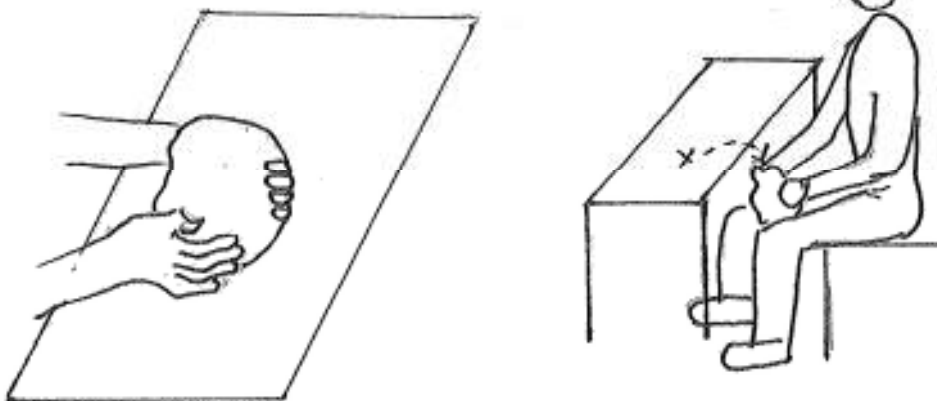
- Posición inicial, sentado frente a una mesa.
- Brazos a los costados del cuerpo; puños cerrados aferrando un pequeño objeto.
- Elevar un brazo hasta la altura del hombro y orientarlo hacia adelante.
- Bajar el brazo, apoyar el puño sobre la mesa y abrirlo.
- Dejar caer el objeto sobre la mesa; apoyar la palma.
- Volver del igual modo al inicio.
- Trabajar el lado contrario.
- Incorporar variables, como ser golpear la superficie de la mesa.



- No rechace un obstáculo, por el contrario, encuentre su utilidad.

#### EJERCICIO N° 276

- Posición inicial, sentado frente a una mesa.
- Colocar un objeto liviano sobre la superficie del mueble.
- Llevar los brazos del niño hacia adelante.
- Tomar el objeto con ambas manos y deslizarlo hacia el pecho y sostenerlo.
- Continuar deslizando por el cuerpo hasta ubicarlo sobre las piernas.
- Posteriormente ayudar al niño a regresar el objeto sobre la mesa.
- Repetir. Agregar variables.

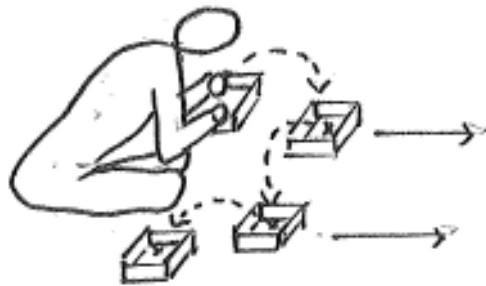


- Persevere siempre.

- Si el entorno no comprende lo que intenta hacer, comprenda usted al entorno.

#### EJERCICIO N° 277

- Posición inicial, sentado en el piso o en una silla.
- Ubicar en círculo cajas de igual o diferente formato o tamaño.
- Colocar dentro de la caja un objeto liviano.
- Acercar las manos del niño al objeto y tomarlo.
- Posteriormente pasarlo de caja en caja hasta el otro extremo.
- Retirar una caja , repetir los pasos, luego retirar otra caja.
- Repetir los mismos movimientos con las cajas de los extremos.
- Regresar de igual forma al inicio. Incorporar variables.



- Observe y analice diariamente su propia realidad.

#### EJERCICIO N° 278

- Posición inicial, sentado frente a una mesa.
- Apoyar el brazo izquierdo flexionado sobre la mesa.
- Apoyar mano derecha sobre la pierna del mismo lado.
- Ubicar en el costado derecho una silla o elemento similar.
- Colocar sobre este elemento dos o tres objetos pequeños.
- Tomar con la mano derecha uno de los objetos y colocarlo sobre la mesa.
- Hacer lo mismo con los otros objetos.
- Regresar cada objeto a su lugar.
- Aplicar el ejercicio en el lado contrario.



- No importa la dimensión de un obstáculo, lo que importa es la manera de abordarlo.



- Observe que el niño mantenga la estabilidad en la posición requerida.

#### EJERCICIO N° 279

- Posición inicial, sentado frente a una mesa.
- Brazos estirados hacia delante, con las palmas sobre la mesa.
- Flexionar un brazo deslizando la mano hacia el borde.
- Elevar el brazo hasta apoyar la mano en la cabeza.
- Deslizar la mano hacia la nuca y presionar levemente.
- Volver de igual manera y repetir.
- Aplicar el ejercicio con el lado contrario.
- Agregue variantes si fuera posible.



- Antes de incorporar una variable, analice la misma muy detalladamente.

#### EJERCICIO N° 280

- Posición inicial, sentado frente a una mesa.
- Brazo izquierdo apoyado en la mesa.
- Brazo derecho estirado al costado del cuerpo.
- La mano derecha apoyada en la silla.
- Elevar el brazo derecho y posar la mano en la nuca.
- El movimiento se hará sin pasar por la cabeza.
- Con la mano en la nuca mover lentamente la cabeza hacia atrás.
- Volver y repetir.
- Aplicar el ejercicio en el lado contrario.

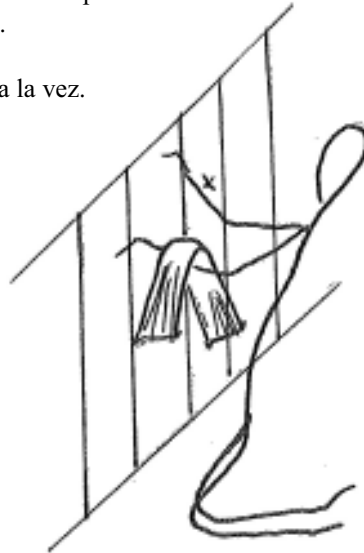


- Recuerde: en cada ejercicio y en cada paso del mismo, permanezca algunos instantes.

- Trabaje con muy pocos objetos a la vista.

#### EJERCICIO N° 281

- Posición inicial, cualquiera que facilite el ejercicio.
- Aferrar con ambas manos una barra fija o elemento similar.
- Colocar en uno de los brazos una prenda de tela.
- Aumentar un poco la cantidad de prendas, hacer sentir el peso.
- Volver al inicio retirando las prendas una por una.
- Aplicar estos pasos en el otro brazo.
- Posteriormente colocar prendas en ambos brazos a la vez.
- No colocar todas las prendas a la vez.
- Repetir e implementar variantes.



- Muchos objetos en el entorno no facilita la concentración.

#### EJERCICIO N° 282

- Posición inicial sentado.
- Un brazo extendido aferrando con la mano la barra.
- Sobre ese brazo colgar una prenda liviana.
- Llevar la mano contraria hacia la prenda y aferrarla.
- Tironear de la prenda con movimientos muy cortos.
- Lograr retirar la prenda del brazo.
- Repetir.
- Aplicar el ejercicio en el lado contrario.
- Si es factible implementar variables.



- La atención del niño pequeño está dirigida a un objeto por vez.

- Si encuentra en el camino un gran obstáculo, no lo enfrente.

#### EJERCICIO N° 283

- Posición inicial: supina ( boca arriba ). Brazos a los costados del cuerpo.
- Piernas estiradas, juntas o separadas.
- Arrodillarse frente al niño, tomarlo de las manos y extenderlos brazos hacia arriba.
- Realizar balanceo con los hombros, aplicando movimientos muy cortos y lentos.
- Intentar elevar los hombros del piso.
- Aplique el movimiento en un brazo, luego en el otro o en ambos a la vez.
- Produzca el meneo de los hombros hasta quedar el niño sentado.
- Volver de igual manera a la posición inicial.
- Repetir con frecuencia.



- Intente colgar prendas en los brazos sin estar aferrado a la barra o similar.

#### EJERCICIO N° 284

- Posición inicial: supina.
- Brazos a los costados del cuerpo, piernas flexionadas y separadas.
- Tomar una barra, acercarla al niño y ayudar a aferrarse a ella.
- Empujar la barra permitiendo que el niño flexione sus brazos.
- Luego tironear de la barra y hacer que el niño estire sus brazos.
- Estire y flexione suave y lentamente varias veces.
- Tironear cada vez un poco más.
- Lograr despegar la espalda del piso.
- Permanecer unos instantes en esta postura.



- Intentar practicar este último ejercicio con uno u otro brazo.

- Mover los brazos hacia distintas direcciones.

#### EJERCICIO N° 285

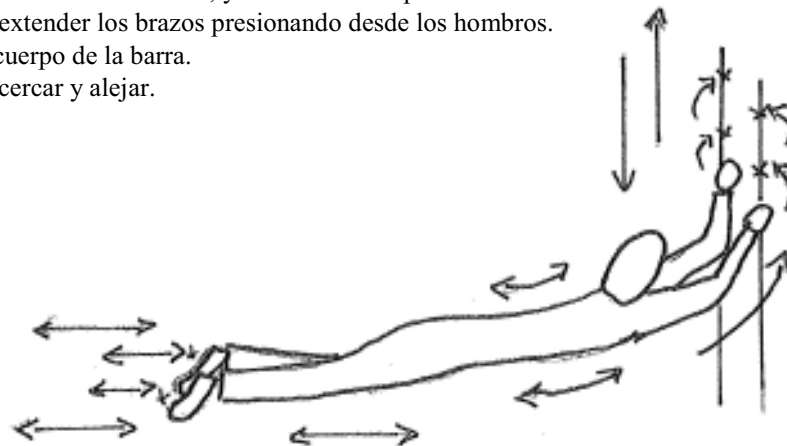
- Posición inicial: supina.
- Brazos a los costados del cuerpo, piernas estiradas y separadas.
- Acercar una barra al vientre del niño para aferrarse con ambas manos.
- Tironear suavemente de la barra, no realizar balanceo.
- Intentar despegar lentamente la espalda del piso.
- Continuar tironeando lentamente, hasta quedar el niño sentado.
- Volver lentamente y repetir.
- Aplicar el ejercicio aferrado de una mano.



- Flexionar y estirar los brazos en las diferentes posiciones en que se encuentren.

#### EJERCICIO N° 286

- Posición inicial : prona
- Brazos hacia adelante, piernas juntas y estiradas.
- Ayudar al niño a aferrarse a una barra fija o similar.
- Arrodillarse frente a los pies del niño.
- Apoyar las palmas en las plantas del pie del niño, y empujar.
- Evitar que el niño flexione las piernas.
- Ayudar a flexionar los brazos, y deslizar el cuerpo hacia la barra..
- Ayudar a extender los brazos presionando desde los hombros.
- Alejar el cuerpo de la barra.
- Repetir: acercar y alejar.

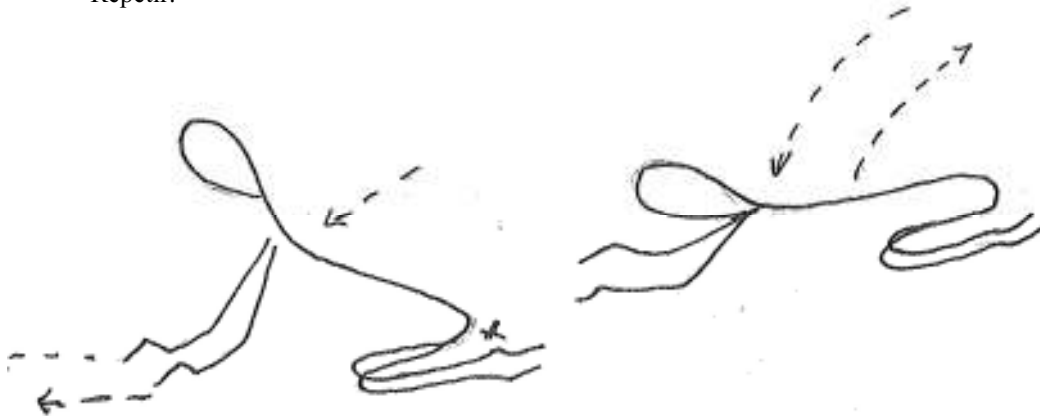


- Intentar cruzar los brazos en las diferentes posiciones en que se encuentren.

- Si las respuestas del niño son favorables, aumentar poco a poco la rapidez de los movimientos.

#### EJERCICIO N° 287

- Posición inicial, arrodillado; glúteos apoyados en los talones.
- Cuerpo inclinado hacia adelante.
- Brazos hacia el frente con las palmas apoyadas en el piso.
- Deslizar lentamente las manos cada vez más adelante.
- No despegar los glúteos de los talones.
- Lograr inclinar el torso; permanecer unos instantes.
- Volver muy lentamente al inicio.
- Repetir.



- Llevar a la práctica ejercicios que puedan realizarse con un brazo.

#### EJERCICIO N° 288

- Posición inicial, arrodillado en el piso con los glúteos apoyados en los talones.
- Palmas apoyadas en el piso con los brazos extendidos.
- Ayudar a elevar los glúteos, muy pocos centímetros.
- Volver y repetir; elevarse cada vez más.
- Quedar en posición de ganeo.
- Volver al inicio y repetir.
- Aplicar rapidez.



- Ayude a cruzar los brazos en cualquier posición en la que ello fuera posible.

- Realice el ejercicio opuesto: arrodillado intente apoyar los glúteos en los pies.

#### EJERCICIO N° 289

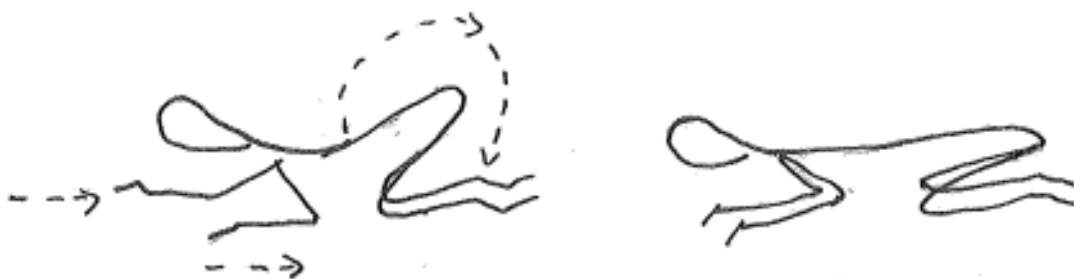
- Posición inicial, arrodillado en el piso.
- Torso inclinado hacia delante; manos apoyadas en el piso.
- Mover el cuerpo levemente en diferentes direcciones.
- Balanceo sin despegar las manos, hacia atrás y hacia adelante.
- Posteriormente balanceo hacia los costados.
- Despegar las manos del piso en forma alternada.
- Repetir.



- Use almohadillas en las rodillas; así las protege de posibles lastimaduras y dolor.

#### EJERCICIO N° 290

- Posición inicial, arrodillado en el piso.
- Inclinarse el torso hacia adelante; acercar el pecho al piso.
- Extender los brazos al frente deslizando las manos por el piso.
- Posteriormente intentar flexionar levemente un brazo luego el otro.
- Deslizar las manos hacia las rodillas.
- Intentar mover el cuerpo hacia atrás.
- Continuar hasta apoyar los glúteos sobre los talones.

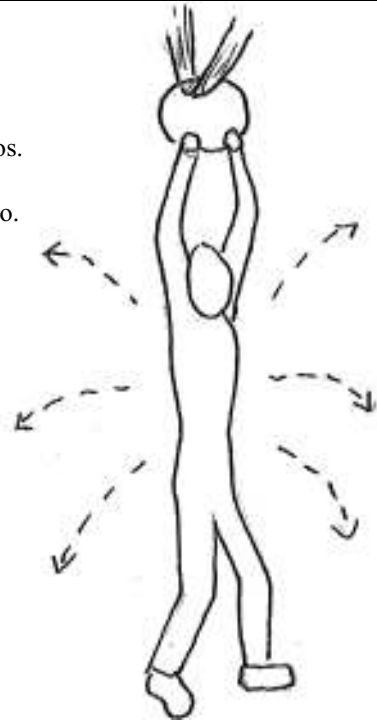


- Practique el balanceo en cualquier ejercicio que lo permita.

- Si el niño puede pararse contra la en la pared, golpee suavemente los glúteos en ella.

#### EJERCICIO N° 291

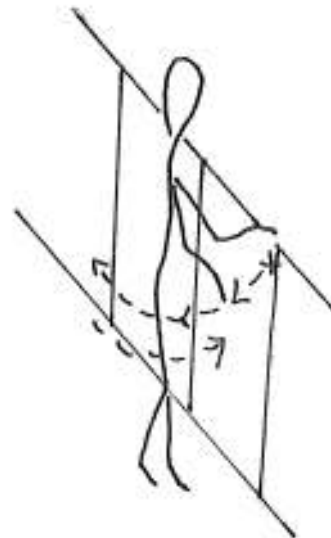
- Posición inicial parado y/o sentado.
- Piernas abiertas, brazos a los costados.
- Ubicarse debajo de un aro colgando de una cuerda.
- Elevar los brazos e intentar aferrar el aro con ambas manos.
- Comenzar un leve balanceo sin cambiar de posición.
- Intentar realizar estos movimientos aferrado con una mano.
- Trabajar ambos lados.
- Repetir.



- Practique el suave golpe de los glúteos, en la posición que el niño pueda lograr.

#### EJERCICIO N° 292

- Posición inicial, parado frente a una barra fija o similar.
- Aferrar la barra con ambas manos.
- Extender los brazos; soltar la mano izquierda.
- Bajar el brazo izquierdo; así sostenido balancear el brazo.
- Volver al inicio; trabajar el lado derecho
- Repetir.

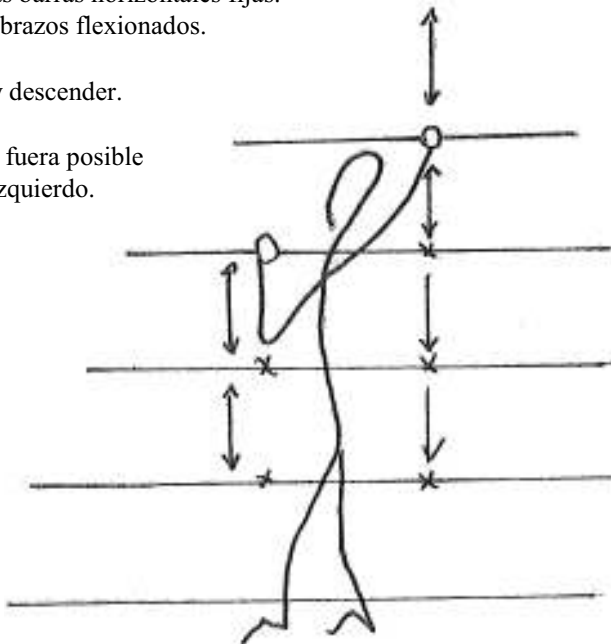


- Intente realizar el ejercicio aferrando solamente una mano.

- Algunas veces deberá adaptar el entorno al ejercicio.

#### EJERCICIO N° 293

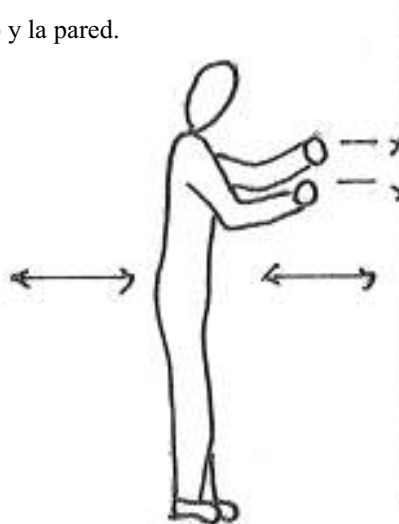
- Posición inicial, parado frente a varias barras horizontales fijas.
- Ambas manos aferradas a una barra; brazos flexionados.
- Soltar la mano derecha de la barra.
- Aferrar la barra que está por debajo y descender.
- Descender hasta donde fuera posible.
- Posteriormente ascender hasta donde fuera posible
- Repetir el movimiento con el brazo izquierdo.
- Volver a la posición inicial.



- Varias veces deberá adaptar el ejercicio al entorno.

#### EJERCICIO N° 294

- Posición inicial, parado frente a una pared, separado de ella unos centímetros.
- Brazos extendidos sin tocar la pared con las manos.
- Ayudar a mover el cuerpo hacia adelante hasta tocar la pared con las manos.
- No flexionar los brazos.
- Aumentar progresivamente la distancia entre el cuerpo y la pared.
- Repetir el ejercicio de espaldas a la pared.
- Empujar suavemente el cuerpo contra la pared.
- Usar los glúteos como tope.



- Muchas veces deberá adaptar el entorno y el ejercicio a las posibilidades del niño.



- Relacione abrazo con alegría.

#### EJERCICIO N° 295

- Posición inicial, sentados frente a frente.
- Extender los brazos hacia adelante y elevar a la altura de los hombros
- Colocar sus manos en los hombros del niño.
- Acercar las cabezas hasta tocar ambas frentes..
- Ayudar al niño hacer lo mismo.
- Deslizar las manos hacia la nuca; enlazar el cuello.
- Presionar levemente; permanecer unos instantes.
- Volver a la posición inicial.
- Repetir.



- Ayude al niño a abrazar a otros.

#### EJERCICIO N° 296

- Posición inicial, sentados frente a frente o en la posición posible.
- Colocar los brazos sobre los hombros; deslizar las manos por la espalda.
- Volver y repetir el movimiento.
- Avanzar cada vez más sobre la espalda.
- Enlazar la espalda presionando suavemente.
- Repetir en cualquier momento del día.
- Abrazar con un brazo u otro.
- Lograr el abrazo en diferentes posiciones.



- Relacione el abrazo con la danza.

- En distintas posiciones ayude al niño a mantener el equilibrio aferrado a las piernas del otro.

#### EJERCICIO N° 297

- Posición inicial, sentados frente a frente o en toda posición posible.
- Acortar todo lo posible la distancia entre ambos.
- Colocar las manos sobre la cintura del otro.
- Deslizar lentamente las manos hacia atrás.
- Intentar unir las manos por la espalda.
- Regresar muy lentamente a la posición inicial.
- Repetir en cualquier momento del día.



- Intente mantener el equilibrio del cuerpo aferrado con uno u otro brazo.

#### EJERCICIO N° 298

- Posición inicial, parado detrás del estimulador.
- Permanecer de espaldas al niño, logrando que quede aferrado a la ropa.
- Desplace su cuerpo apenas unos centímetros, dando un paso hacia adelante.
- Continúe realizando breves desplazamientos hacia uno y otro costado.
- Permanecer con las manos aferrando la ropa para mantener el equilibrio.
- El niño moverá el cuerpo sin desplazamiento de los pies y sin soltarse.
- Volver a la posición inicial. Repetir.
- Incorporar todas las variables posibles.

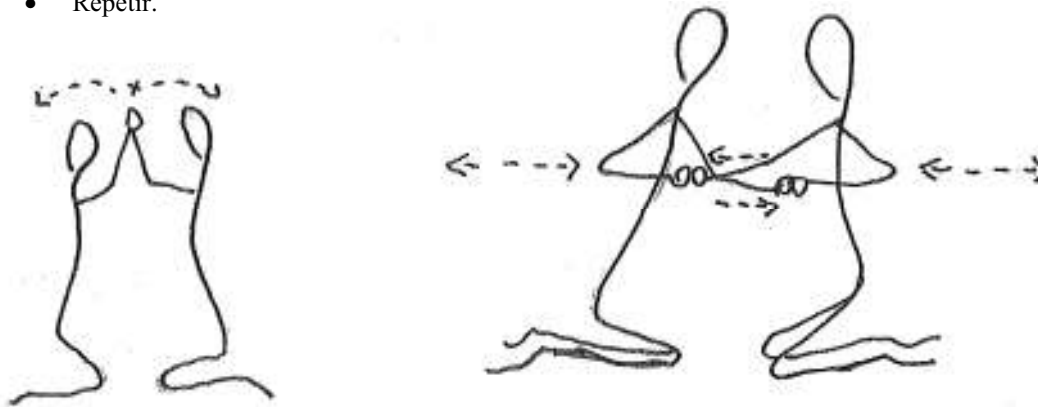


- Relacione el abrazo con una manifestación de cariño.

- Intente el desplazamiento tomados del brazo.

#### EJERCICIO N° 299

- Posición inicial todas las que fueran posibles.
- Frente a frente tomar las manos y entrelazar los dedos.
- Comenzar a mover los brazos hacia adelante y atrás.
- Realizarlos de manera simultánea y/o alternada.
- Posteriormente eleve los brazos y repita los pasos anteriores.
- Volver a la posición inicial y bajar los brazos a los costados del cuerpo.
- Volver a tomarse de las manos.
- Mover los brazos hacia adelante y atrás de manera simultánea o alternada.
- Repetir.



- Recuerde, puede realizar los movimientos marcando el ritmo de una melodía.

#### EJERCICIO N° 300

- Posición inicial, sentado en el suelo con las piernas abiertas.
- Colocar entre las piernas una caja de tamaño mediano, de material semiduro.
- Brazos flexionados, con las manos apoyadas en los bordes de la caja.
- Ayudar a introducir una mano en la caja hasta tocar el fondo.
- Dejar la mano apoyada en el fondo, si es posible con la palma.
- Hacer lo mismo con la mano contraria.
- Quedarán ambas manos o palmas apoyadas en el fondo de la caja.
- Volver a la posición inicial, ubicando en los bordes una mano por vez.



- Cualquiera sea la posición de los brazos, junte las manos y sepárelas, realizando movimientos hacia fuera y hacia adentro.



**Ejercicio N° 284**



**Ejercicio N° 286**

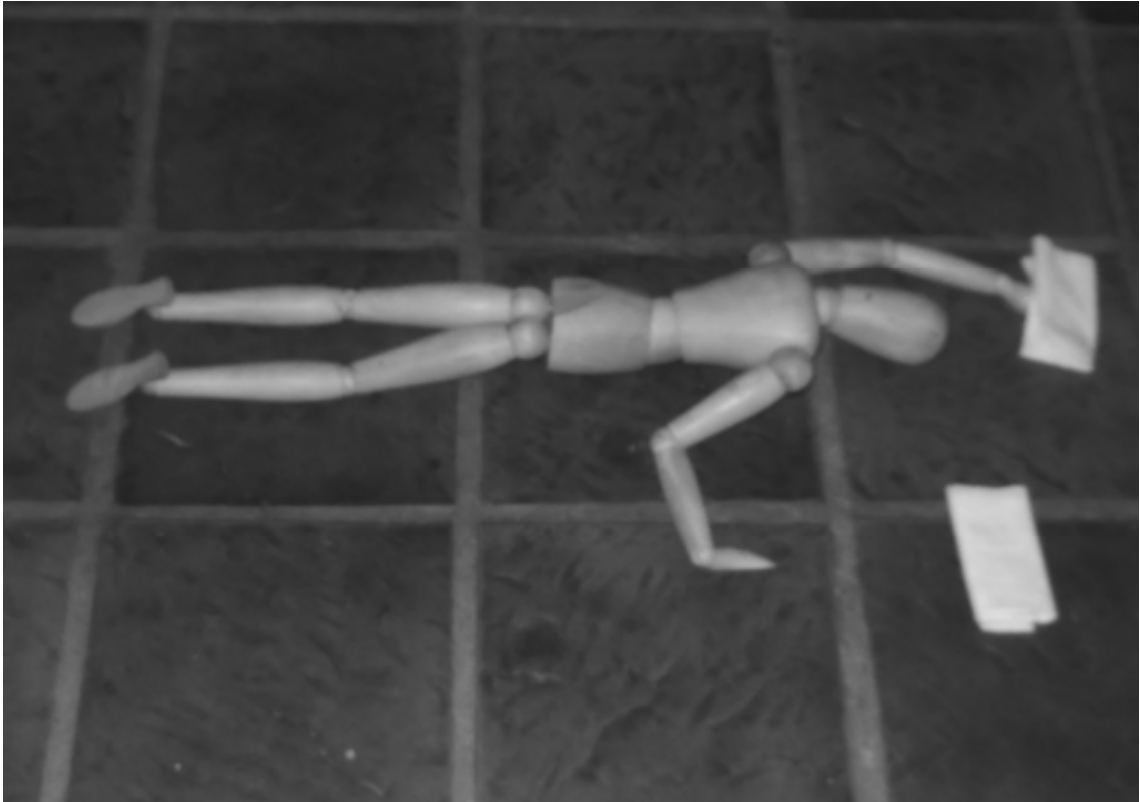
EJERCICIOS DESDE EL N° 301 HASTA EL N° 330

POSICIÓN INICIAL : TODAS LAS POSICIONES POSIBLES

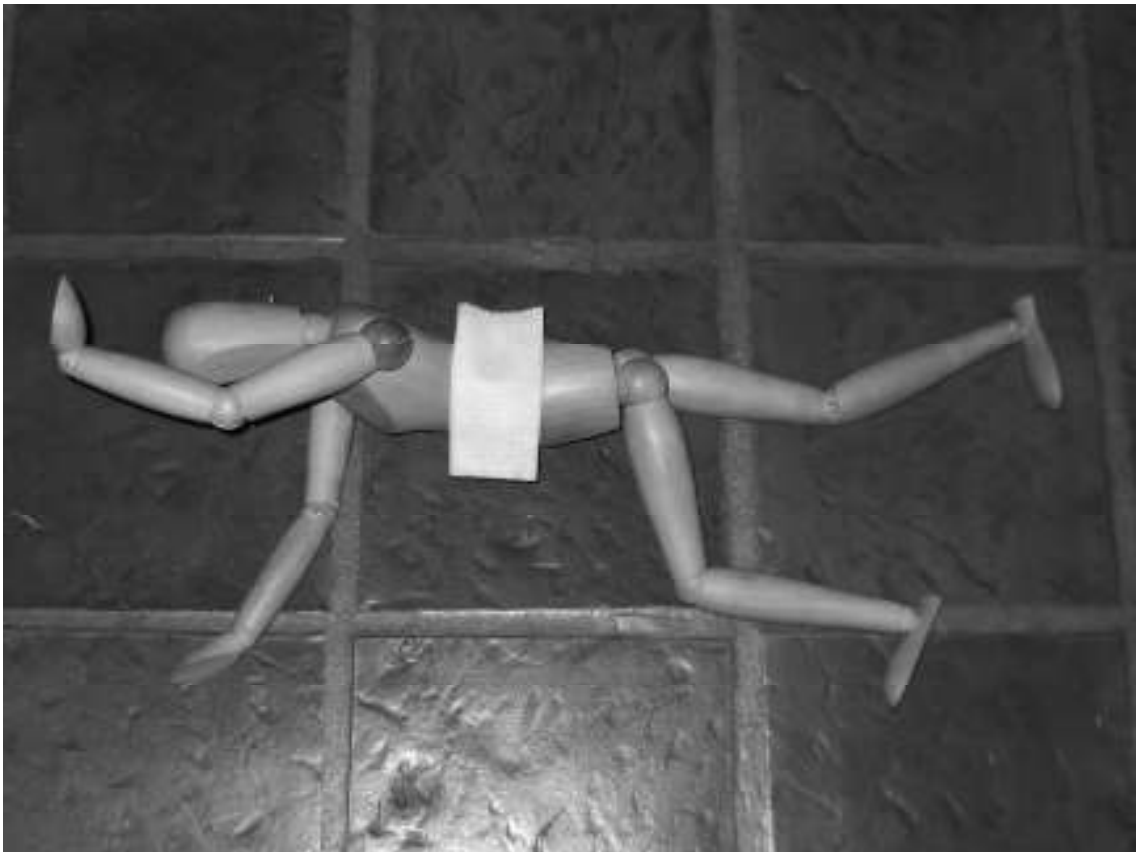
El cuerpo y sus partes

“ Todo niño tiene derecho a la protección de su salud física y mental, antes, durante y después de su nacimiento ”

Principio enunciado por la  
Organización Mundial de la Salud ( O.M.S )



**Ejercicio N° 301**

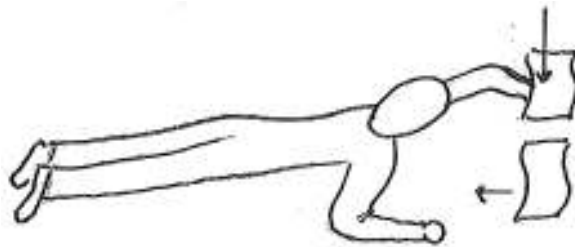


**Ejercicio N° 313**

- La guía de un profesional ayuda a no cometer errores lamentables.

#### EJERCICIO N° 301

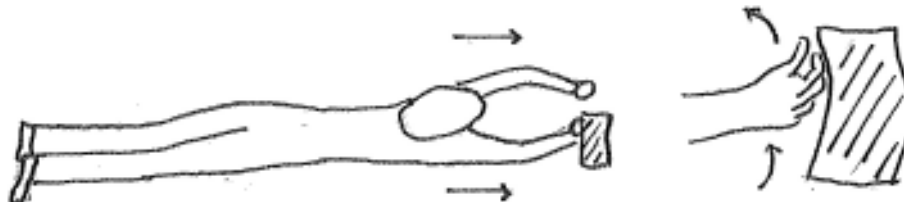
- Posición inicial, acostado boca abajo ( prona ).
- Brazos hacia delante, piernas juntas o separadas.
- Colocar sobre una mano, una almohadilla de poco peso.
- Hacer sentir el peso presionando sobre la almohadilla y esperar unos segundos.
- Flexionar un brazo lentamente.
- Enseñar al niño a retirar la mano lentamente hasta liberarla del obstáculo.
- Repetir muchas veces.
- Aplique el ejercicio con la mano del lado contrario.
- Si es posible, aplique el ejercicio con ambas manos a la vez.



- Puede organizar ejercicios en los cuales deba tomar al niño por las axilas.

#### EJERCICIO N° 302

- Posición inicial acostado boca abajo, piernas juntas o separadas.
- Brazos hacia adelante, manos abiertas.
- Colocar sobre los dedos de una mano, una almohadilla liviana.
- Enseñar a liberar los dedos flexionándolos; ayudar y dar tiempo de espera.
- No flexionar los brazos
- Repetir aumentando el peso de la almohadilla.
- Aplicar el ejercicio en la mano contraria.
- Repetir aumentando el tiempo de espera.

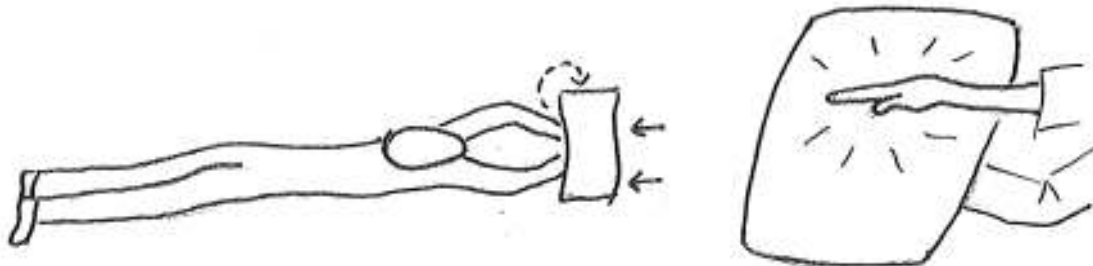


- Coloque la mano derecha en la axila del lado izquierdo, luego a la inversa.

- Emplear almohadillas de igual forma y diferente peso.

#### EJERCICIO N° 303

- Posición inicial prona, brazos extendidos hacia adelante.
- Tapar las manos con una almohadilla no muy liviana.
- Jugar con la mano debajo de la almohadilla.
- Mover una u otra mano.
- Aumentar el peso de la almohadilla.
- Ayudar a retirar una mano y ubicarla sobre la almohadilla.
- Ayudar a deslizar la mano sobre la almohadilla.
- Volver al inicio.
- Aplicar los mismos pasos con la mano contraria.



- Emplear almohadillas diferentes formas e igual peso.

#### EJERCICIO N° 304

- Posición inicial prona; piernas juntas o separadas.
- Brazos hacia adelante separados, extendidos o flexionados.
- Colocar en cada mano una almohadilla con pesos diferentes.
- Cambiar de mano las almohadillas.
- Deslizar las almohadillas hacia las muñecas.
- Presionar levemente; permanecer unos instantes.
- Cambiar de mano las almohadillas.
- Deslizar las almohadillas hacia los codos.
- Presionar levemente; permanecer unos instantes.
- Trabajar con ambas manos a la vez.

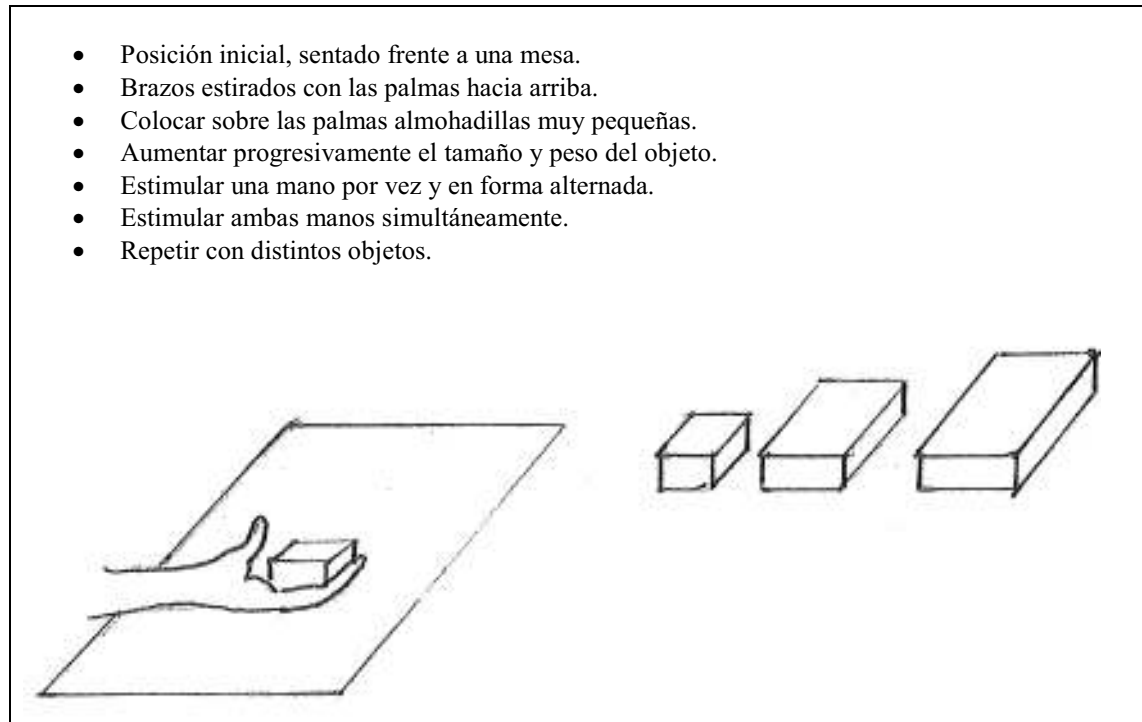


- Emplear almohadillas que cubran toda la mano.



- Siempre que fuera posible implemente variables en cada ejercicio.

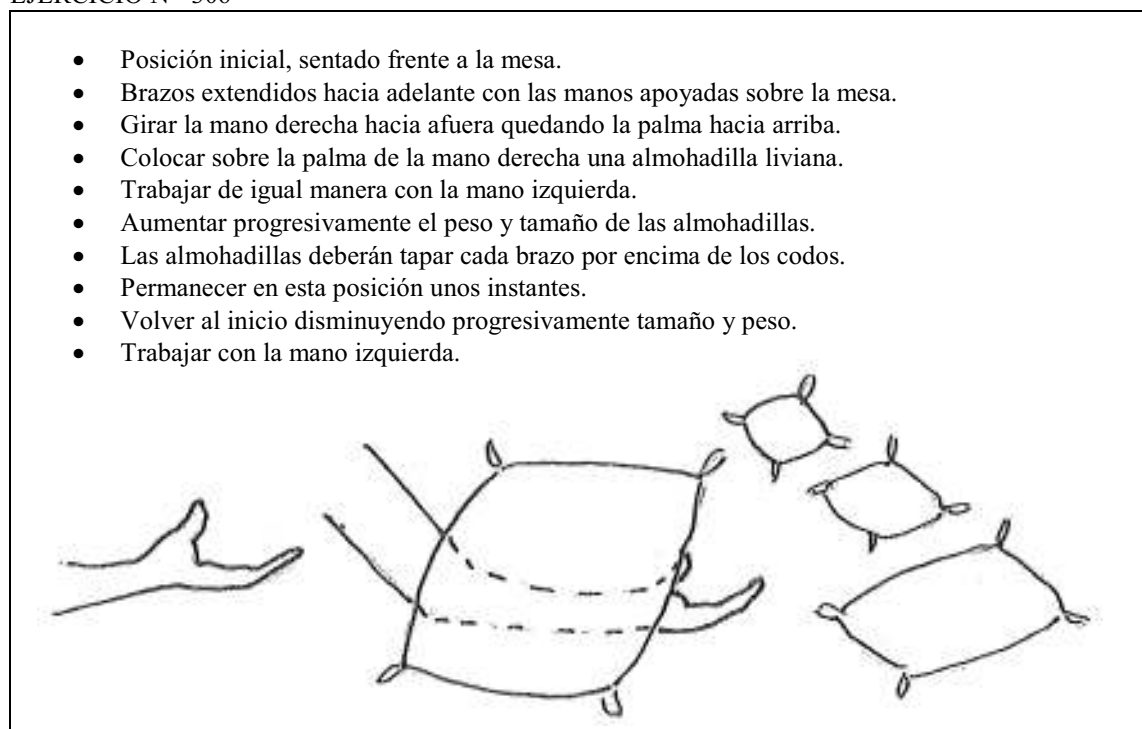
#### EJERCICIO N° 305



- Posición inicial, sentado frente a una mesa.
- Brazos estirados con las palmas hacia arriba.
- Colocar sobre las palmas almohadillas muy pequeñas.
- Aumentar progresivamente el tamaño y peso del objeto.
- Estimular una mano por vez y en forma alternada.
- Estimular ambas manos simultáneamente.
- Repetir con distintos objetos.

- Separar los brazos del cuerpo de diversas maneras y moverlos en diferentes direcciones.

#### EJERCICIO N° 306



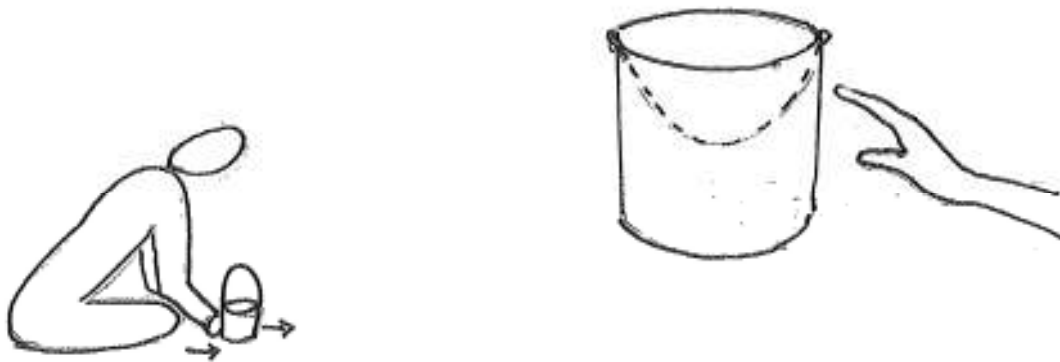
- Posición inicial, sentado frente a la mesa.
- Brazos extendidos hacia adelante con las manos apoyadas sobre la mesa.
- Girar la mano derecha hacia afuera quedando la palma hacia arriba.
- Colocar sobre la palma de la mano derecha una almohadilla liviana.
- Trabajar de igual manera con la mano izquierda.
- Aumentar progresivamente el peso y tamaño de las almohadillas.
- Las almohadillas deberán tapar cada brazo por encima de los codos.
- Permanecer en esta posición unos instantes.
- Volver al inicio disminuyendo progresivamente tamaño y peso.
- Trabajar con la mano izquierda.

- Puede flexionar los brazos y moverlos hacia atrás y hacia adelante.

- Intente suavemente desplazar objetos con los puños.

#### EJERCICIO N° 307

- Posición inicial, sentado en el piso.
- Piernas abiertas, flexionadas o extendidas.
- Brazos hacia adelante, manos abiertas.
- Ubicar entre las piernas un objeto liviano.
- Intentar desplazar el objeto con un dedo de una mano.
- Luego intentar desplazar el objeto con más de un dedo.
- Realizar los movimientos con lentitud.



- Intente lentamente acercar objetos con los puños.

#### EJERCICIO N° 308

- Posición inicial, sentado en el piso con las piernas abiertas.
- Manos apoyadas en la rodilla con los brazos extendidos.
- Ubicar una almohadilla liviana sobre el piso, en el costado derecho.
- Llevar la mano derecha hacia el objeto y aferrarlo.
- Deslizarlo lentamente hacia la pierna, pasar sobre ella.
- Colocar el objeto entre las piernas.
- Repetir el ejercicio en el lado izquierdo.



- Progresivamente puede aumentar la velocidad de los movimientos.

- Conocer y reconocer un objeto antes de incorporarlo a un ejercicio.

#### EJERCICIO N° 309

- Posición inicial, sentado con las piernas separadas.
- Brazos extendidos hacia adelante y abajo.
- Manos apoyadas en las rodillas.
- Colocar en cada hombro una almohadilla liviana.
- Tomar la mano derecha y llevarla al hombro izquierdo.
- Recorrer con los dedos la almohadilla; volver.
- Hacer lo mismo con la mano izquierda.
- Repetir aumentando el peso de las almohadillas.



- Ayude a quitar las almohadillas de los hombros.

#### EJERCICIO N° 310

- Posición inicial, sentado piernas separadas; pies apoyados en el piso.
- Brazos extendidos hacia adelante con las manos apoyadas en las rodillas.
- Bajar levemente la cabeza y colocar en la nuca una almohadilla liviana.
- Elevar la mano izquierda y apoyarla sobre el hombro derecho.
- Tomar la punta de la almohadilla y tironear hasta quitarla de la nuca.
- Repetir el ejercicio con la mano izquierda.
- Posteriormente erguir el cuerpo y elevar la cabeza.
- Dejar caer la almohadilla.

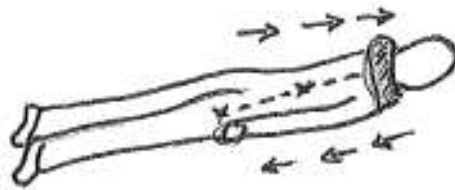


- Si no puede quitar las almohadillas con las manos, enseñe a lograrlo moviendo el cuerpo.

- Observe las diferentes posturas de los brazos del niño, y descubra qué movimientos puede hacer con ellos.

#### EJERCICIO ° N 311

- Posición inicial prona ( boca abajo ), piernas juntas o separadas.
- Brazos a los costados del cuerpo o en diferentes posiciones.
- Colocar en la nuca una almohadilla no muy liviana.
- Deslizar el objeto hacia el centro de la espalda.
- Seguir hasta la cintura, continuar deslizando hacia los glúteos.
- Volver igual modo y lentamente a la nuca y repetir.
- Aumentar tamaño y peso del objeto.
- En cada paso permanecer unos instantes.



- Observe las piernas del niño y descubra que movimientos puede hacer con ellas.

#### EJERCICIO N° 312

- Posición fetal inicial, acostado sobre el lado derecho.
- Brazos flexionados, o extendidos en diversas direcciones.
- Colocar en la cintura una almohadilla no liviana.
- Ayudar a regresar el brazo izquierdo al lado izquierdo.
- Girar el cuerpo hasta quedar boca arriba.
- Volver al inicio, nuevamente colocar la almohadilla y repetir.
- Aplicar en el lado contrario.
- Hacer notar que el movimiento del cuerpo desplaza al objeto.

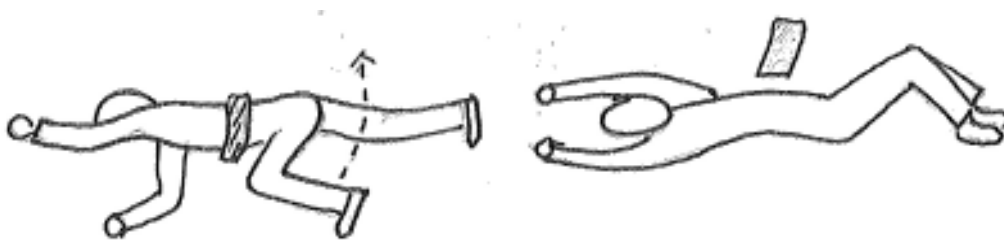


- Descubra todos los movimientos que el niño puede hacer con sus dedos.

- A mayor cantidad de movimientos logrados, menor será la dependencia.

#### EJERCICIO N° 313

- Posición fetal inicial, acostado sobre el costado derecho.
- Brazos juntos flexionados o extendidos.
- Pierna izquierda flexionada.
- Colocar una almohadilla no liviana en la cintura.
- Ayudar a mover la pierna izquierda flexionada, hacia el lado izquierdo.
- Lograr girar el cuerpo hacia la izquierda hasta quedar boca arriba.
- Permanecer con las piernas flexionadas en la nueva postura.
- Sin modificar regresar lentamente al inicio.
- Aplicar el ejercicio acostado sobre el lado derecho.
- Nuevamente sobre la cintura colocar la almohadilla no liviana.



- Muchos ejercicios pueden realizarse en diferentes posiciones.

#### EJERCICIO N° 314

- Posición inicial supina.
- Piernas extendidas o flexionadas, juntas o separadas.
- Brazos a los costados del cuerpo.
- Colocar sobre el vientre una almohadilla no liviana.
- Tomar las manos del niño y apoyarlas sobre la almohadilla.
- En esta posición deslizar la almohadilla hacia arriba.
- Detenerse segundos al pasar por la cintura; intentar levantar el objeto.
- Regresar el objeto a la cintura y continuar ascendiendo.
- Accione de igual modo al pasar por el estómago, el pecho y el cuello.
- Volver al inicio.

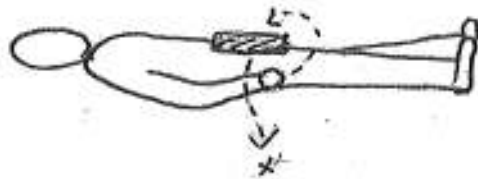


- El movimiento de brazos facilita el cambio de postura del cuerpo.

- No busque la exactitud en la ejecución de un ejercicio.

#### EJERCICIO N° 315

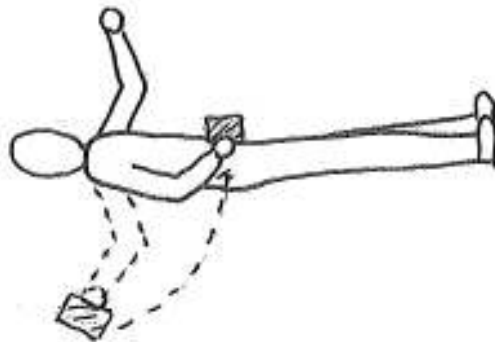
- Posición inicial acostado boca arriba.
- Piernas extendidas juntas o separadas; brazos a los costados del cuerpo.
- Colocar sobre el vientre dos o tres almohadillas de igual peso.
- Deslizar la mano derecha por el cuerpo hasta encontrar las almohadillas.
- Aferrar una de ellas e intentar sacarla hacia fuera.
- Sacar primero una luego otra.
- Proceder de igual manera con la mano izquierda.
- Aumentar levemente el peso de las almohadillas.



- Su atención debe centrarse en los intentos que el niño realiza.

#### EJERCICIO N° 316

- Posición inicial, acostado boca arriba.
- Piernas extendidas, juntas o separadas.
- Brazos abiertos a la altura de los hombros.
- Aferrar con la mano derecha una almohadilla liviana.
- Deslizar la mano por el piso hasta chocar con el cuerpo.
- Ascender sobre el cuerpo hasta el estómago.
- Soltar la almohadilla sobre esta zona corporal.
- Trabajar el lado contrario.

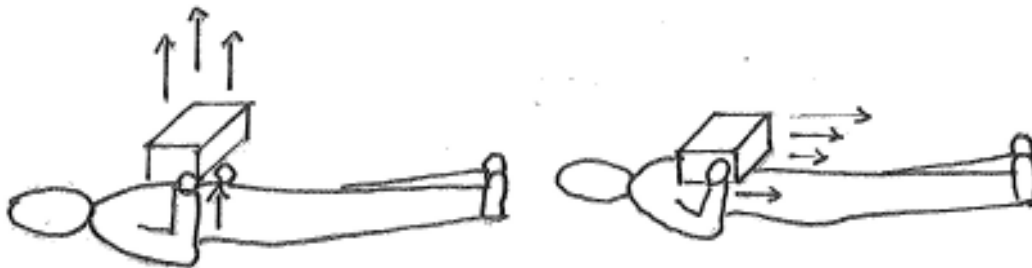


- Cada movimiento requiere mucho tiempo.

- Recuerde, no aplique ejercicios que el niño por el momento no puede realizar.

#### EJERCICIO N° 317

- Posición inicial acostado o en diversas posiciones.
- Piernas estiradas, juntas o separadas.
- Brazos flexionados con las manos apoyadas en el pecho.
- Colocar sobre las manos un objeto grande y liviano.
- Ayudar a empujar hacia arriba el objeto y retirarlo del cuerpo.
- Repetir.
- Colocar el objeto entre las manos, empujar hacia abajo desplazándolo.
- Incorporar variables.



- Nunca determine el tiempo que el niño emplea en aprender un ejercicio.

#### EJERCICIO N° 318

- Posición inicial, sentado o diferentes posiciones.
- Piernas separadas con las manos apoyadas en ellas.
- Atravesar por la nuca un lazo largo cuyos extremos lleguen a las manos.
- Aferrar fuertemente los extremos del lazo.
- Mover el lazo tironeando en forma alternada los extremos.
- Ayude a tironear con ambas manos un extremo del lazo.
- Tironear hasta sacarlo de la nuca.
- Posteriormente trabaje con la mano derecha y luego la izquierda.
- Repetir.

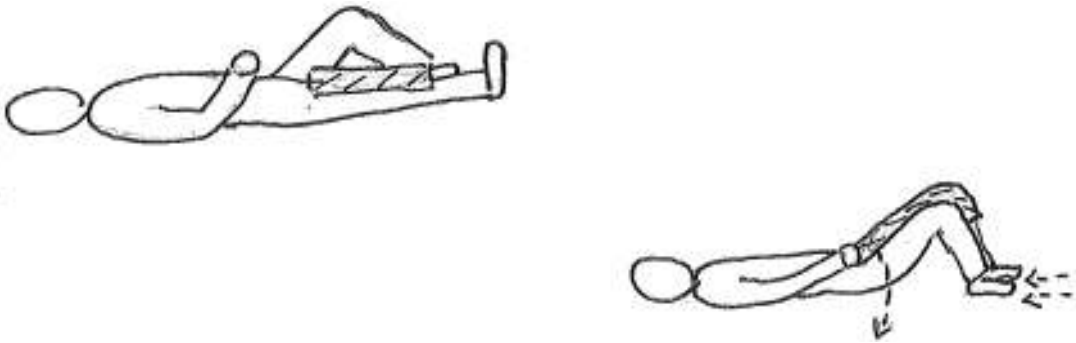


- Festeje con el niño cada avance.

- Trabaje las diferentes maneras de articular movimientos entre brazos y piernas.

#### EJERCICIO N° 319

- Posición inicial, acostado boca arriba (supina).
- Piernas extendidas y separadas; brazos apoyados sobre el vientre.
- Emplear almohadillas no pequeñas, alargadas y pesadas.
- Colocar una almohadilla sobre la rodilla derecha.
- Flexionar y estirar la pierna izquierda varias veces.
- Trabajar de igual modo con la almohadilla en la rodilla izquierda.
- Colocar una almohadilla en ambas rodillas.
- Flexionar las piernas y ayudar a quitar las almohadillas de las rodillas
- Repetir.



- Descubra las diversas maneras de articular movimientos entre las manos y los pies.

#### EJERCICIO N° 320

- Posición inicial, sentado con los pies apoyados en el piso.
- Piernas separadas, brazos extendidos, manos apoyadas en las piernas.
- Colocar una almohadilla pequeña sobre la pierna derecha.
- Intentar sacarla de la forma que haya aprendido o que pueda.
- Aumentar el tamaño y peso de la almohadilla.
- Intentar sacarla, aguarde unos segundos y retírela.
- Trabajar sobre la pierna izquierda.
- Repetir.
- Trabajar sobre ambas piernas a la vez.



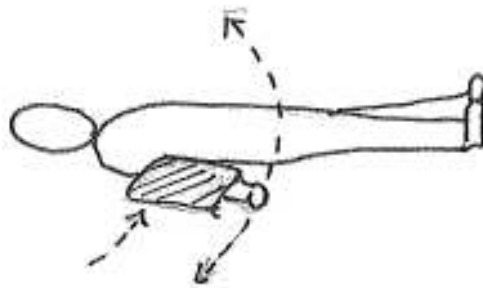
- Antes de utilizar un objeto en un ejercicio, el niño debe conocerlo de la manera que pueda.



- Intente todas las formas posibles que ayuden al niño a mover los brazos.

#### EJERCICIO N° 321

- Posición inicial prona ( acostado ).
- Piernas extendidas o flexionadas; juntas o separadas.
- Brazos a los costados separados del cuerpo.
- Colocar la almohadilla grande sobre el brazo derecho.
- Intentar liberar el brazo, realizando diversos movimientos.
- Trabajar el lado contrario.
- Trabajar ambos brazos a la vez.
- Modificar el tamaño y peso de las almohadillas.



- Intente todas las formas posibles que ayuden al niño a mover las piernas.

#### EJERCICIO N° 322

- Posición inicial, sentado con los pies apoyados en el piso.
- Piernas juntas; brazos aferrados a los costados de la silla.
- Colocar sobre la cabeza, una pequeña almohadilla.
- Mantener la cabeza en equilibrio unos segundos.
- Inclinar lentamente la cabeza hacia adelante.
- Dejar caer el objeto sobre las piernas.
- Repetir con otros objetos livianos.



- Ayude a mantener las manos apoyadas sobre el propio cuerpo.

- Trabajar con las almohadillas en juegos organizados.

#### EJERCICIO N° 323

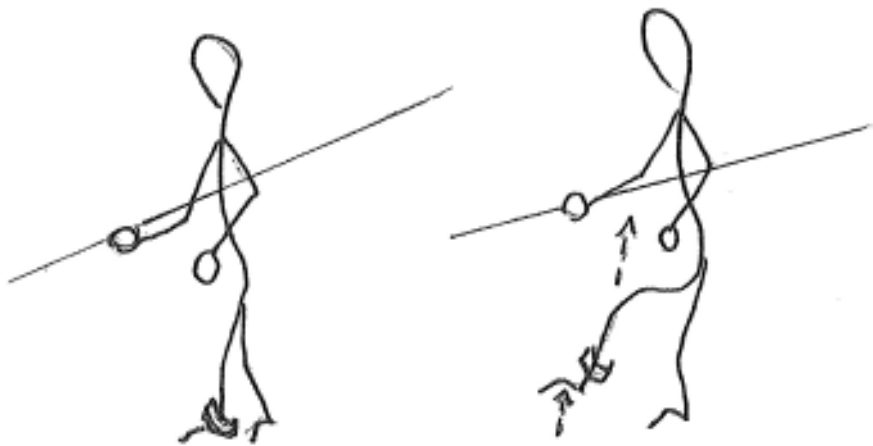
- Posición inicial, sentado con los pies apoyados en el piso.
- Piernas separadas, brazos a los costados.
- Manos apoyadas en los bordes laterales de la silla.
- Colocar sobre la rodilla derecha una almohadilla pesada.
- Deslizar lentamente el pie derecho hacia adelante.
- Mantener la almohadilla en equilibrio, evitando su caída.
- La pierna quedará estirada, apoyando el talón.
- Volver al inicio y repetir.
- Trabajar pierna izquierda.



- Aplique el balanceo como forma de quitar las almohadillas.

#### EJERCICIO N° 324

- Posición inicial: parado; piernas separadas.
- Aferrar una barra ( o similar ) con la mano derecha.
- Rodear el tobillo izquierdo con una almohadilla.
- Deslizar el pie hacia diferentes direcciones.
- Intentar elevar lentamente la pierna.
- Volver a la posición inicial y repetir.
- Aplicar estos movimientos en el lado derecho.

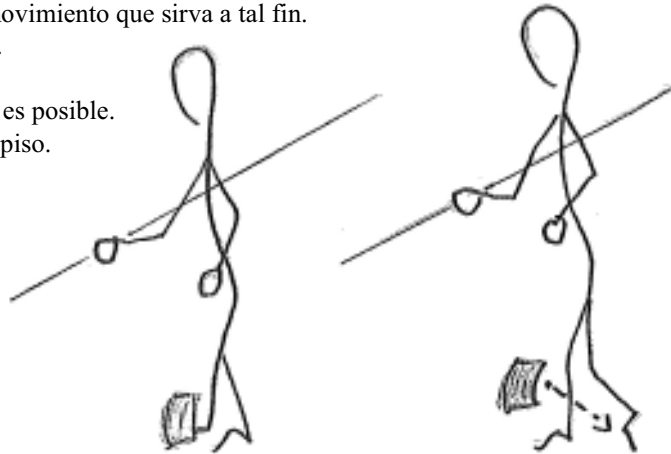


- Practique balanceo en cualquier posición.

- Encuentre maneras de aplicar variables relacionadas con ejercicios anteriores.

#### EJERCICIO N° 325

- Posición inicial, sentado en una silla ( parado o acostado ).
- Piernas separadas con los pies apoyados en el piso.
- Brazos a los costados del cuerpo; manos aferrando los bordes de la silla.
- Si está parado, también podrá aferrarse un mueble o similar.
- Colocar sobre el pie derecho una almohadilla no liviana.
- Hacer sentir molestia por el peso en el pie, retirando y colocando el objeto.
- Enseñar a liberarse del objeto deslizando el pie hacia atrás.
- Aplique cualquier otro movimiento que sirva a tal fin.
- Volver al inicio y repetir.
- Trabajar lado izquierdo.
- Implementar variables si es posible.
- No despegar los pies del piso.



- Enseñe a aplicar cualquier movimiento con las piernas para quitar obstáculos.

#### EJERCICIO N° 326

- Posición inicial, sentado en una silla, con las piernas separadas.
- Brazos a los costados aferrando los bordes de la silla.
- Colocar en ambos pies almohadillas no livianas.
- Enseñar a levantar la pierna derecha y dar un pequeño paso hacia adelante.
- La almohadilla deberá permanecer en el pie.
- Regresar de igual manera y repetir.
- Trabajar el lado contrario.



- Enseñe a aplicar cualquier movimiento con los brazos para quitar objeto del cuerpo.

- Cualquier movimiento es válido si con ello el niño logra el objetivo propuesto.

#### EJERCICIO N° 327

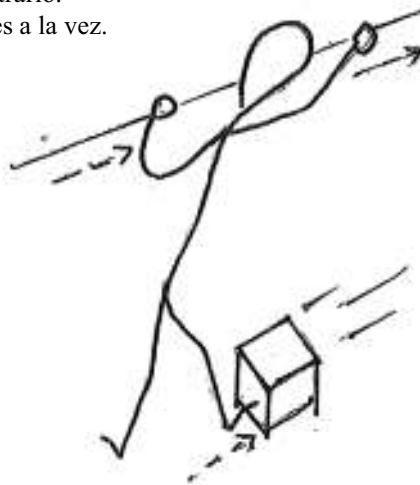
- Posición inicial supina, acostado en el piso con las piernas separadas.
- Flexionar la pierna izquierda y acercar las manos al pie.
- Aferrar con la mano derecha el pie izquierdo.
- La pierna derecha permanecerá extendida.
- Ayudar a conectar los dedos de los pies con los dedos de las manos.
- Recorrer con los dedos todo el pie.
- Trabajar de igual manera con la pierna derecha.
- Aferrar con la mano izquierda el pie derecho.



- Al realizar un ejercicio, después de cada paso deténgase, y espere la respuesta motora del niño.

#### EJERCICIO N° 328

- Posición inicial, todas las posiciones posibles.
- Colocar delante de un pie un objeto no rodante.
- Enseñar a empujar el objeto lentamente y sin dificultad.
- Aumente progresivamente el tamaño y peso del objeto.
- Ayudar a aplicar cada vez mayor fuerza al empujar ( patear )
- Trabajar con el pie contrario.
- Trabajar con ambos pies a la vez.

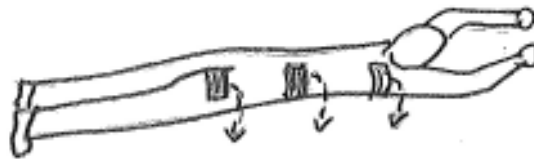


- Si observa que el niño no responde, ayúdelo a realizar el movimiento.

- No tenga en cuenta cuantos movimientos realiza el niño para completar un ejercicio.

#### EJERCICIO N° 329

- Posición inicial, prona ( boca abajo).
- Brazos hacia adelante palmas apoyadas en el piso.
- Colocar una almohadilla en el lado derecho de la espalda.
- Mover el cuerpo hacia uno y otro costado hasta la caída de la almohadilla.
- Colocar una almohadilla en el glúteo derecho, e intentar sacarla con balanceo.
- Aplicar este paso en la cintura ( siempre boca abajo).
- Trabajar una zona por vez y lentamente
- Trabajar el lado izquierdo. Incorporar variables.



- Otorgue mucha importancia a cada movimiento que el niño puede realizar.

#### EJERCICIO N° 330

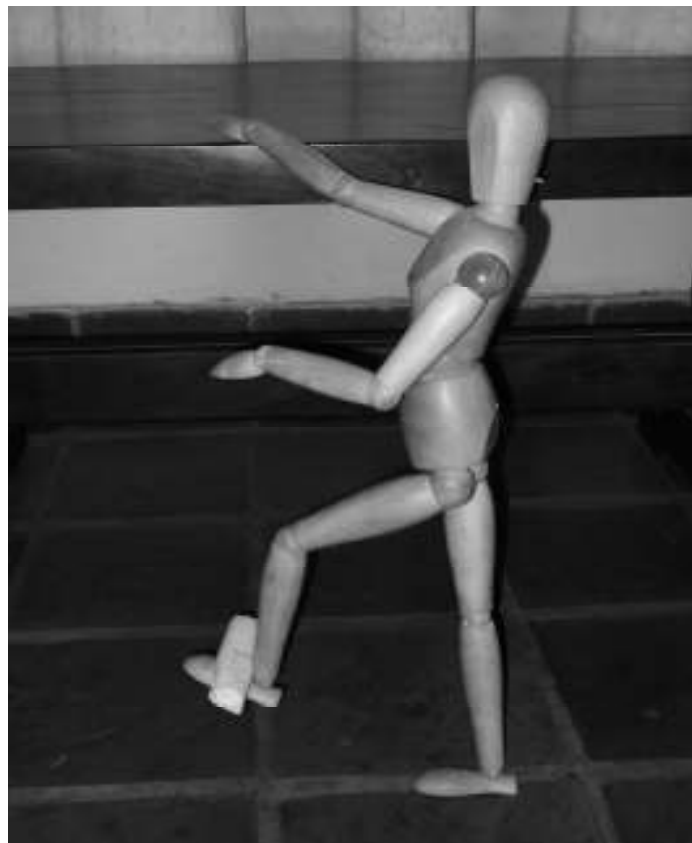
- Posición inicial prona, piernas juntas, brazos hacia adelante.
- Colocar sobre el pie derecho una almohadilla no liviana y muy grande.
- Enseñar al niño a mover la pierna para quitar el objeto de ella.
- Enseñe a elevar el pie derecho y provocar la caída del objeto sobre el cuerpo.
- Trabajar con la pierna izquierda.
- Elevar un pie flexionando la pierna hacia arriba.
- Colocar la almohadilla en la planta del pie.
- Ayudar a mantener la almohadilla en equilibrio en esa posición.
- Trabajar sobre el pie opuesto.



- Tenga siempre presente cuales son los movimientos que el niño hace.



**Ejercicio N° 318**



**Ejercicio N° 324**

EJERCICIOS DESDE EL N° 331 HASTA EL N° 360

POSICIÓN INICIAL : TODAS LAS POSICIONES POSIBLES

Movimientos coordinados de las extremidades inferiores

“ Las manifestaciones de la acción motriz, varían de un medio a otro. Los elementos naturales ( el agua, la tierra, el aire...), las propiedades del suelo ( arena, césped...), su relieve, todo ello induce a respuestas motrices diferentes. Las condiciones climáticas y ambientales ( temperatura, claridad, ruido...) también constituyen factores cambiantes del medio que pueden modificar la actividad motriz. Todas estas variables pueden y deben ser utilizadas, ya que exigen un reajuste de los comportamientos motores ya adquiridos, fundamentalmente los de locomoción y equilibrio. ”

Profesor Emilio Ortega - Profesor Domingo Blázquez

Barcelona - España



**Ejercicio N° 331**



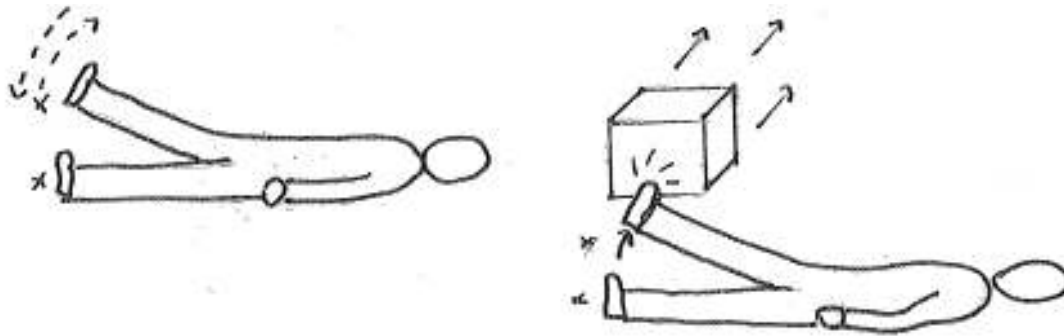
**Ejercicio N° 332**



- Después de descubrir qué puede hacer el niño, determine cómo lo puede hacer.

#### EJERCICIO N° 331

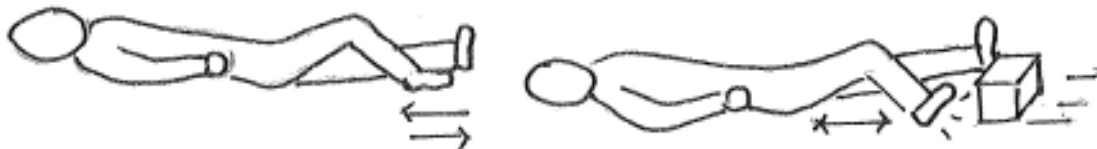
- Posición inicial: acostado ( sentado o parado ).
- Brazos a los costados del cuerpo, piernas extendidas y separadas.
- Aferrar ambos tobillos, deslizar el pie derecho hacia afuera y regresar.
- Repetir varias veces este movimiento, con uno u otro pie.
- A continuación colocar en el lado exterior del pie derecho un objeto no liviano.
- Hacer sentir al niño el obstáculo que impide mover el pie.
- Nuevamente deslizar el pie hacia afuera intentado desplazar el objeto.
- Volver al inicio y repetir; trabajar con el pie izquierdo.



- Aplique la manera más fácil de iniciar la práctica de un ejercicio.

#### EJERCICIO N° 332

- Posición inicial: acostado y/o sentado.
- Brazos a los costados del cuerpo, piernas apenas flexionadas.
- Tomar los pies por sus puntas; estirar y flexionar las piernas varias veces.
- Solamente deslizar los talones hacia adelante y atrás.
- Realizar este movimiento en forma alternada y simultánea.
- Volver a la posición inicial. Flexionar la pierna derecha.
- Colocar delante del pie derecho un objeto no liviano.
- Extender la pierna intentando desplazar el objeto con la punta del pie.
- Volver al inicio y repetir varias veces.
- Trabajar con el pie izquierdo. Trabajar con ambos pies a la vez.
- Realizar el ejercicio aplicando la planta del pie.



- Recuerde los motivos por los cuales no debe momentáneamente, continuar con la ejecución de un ejercicio.

- Lea siempre las sugerencias escritas antes y después de cada ejercicio.

#### EJERCICIO N° 333

- Posición inicial: sentado.
- Brazos a los costados del cuerpo o en diferentes posiciones.
- Piernas separadas unos centímetros.
- Colocar delante del pie derecho un objeto blando e irrompible.
- Elevar el pie y ubicarlo sobre el objeto.
- Ejercer presión sobre el objeto hasta aplastarlo.
- Volver al inicio y repetir.
- Trabajar con el pie izquierdo.



- No jugar con más de dos o tres objetos a la vista.

#### EJERCICIO N° 334

- Posición inicial: acostado ( sentado y/o parado ).
- Brazos a los costados del cuerpo, piernas separadas.
- Colocar entre los dedos de un pie, un objeto blando pequeño.
- Enseñar diversas maneras de quitar el objeto del pie.
- Trabajar con el pie del lado contrario.
- Trabajar con ambos pies a la vez.
- Repetir varias veces en diferentes momentos del día.

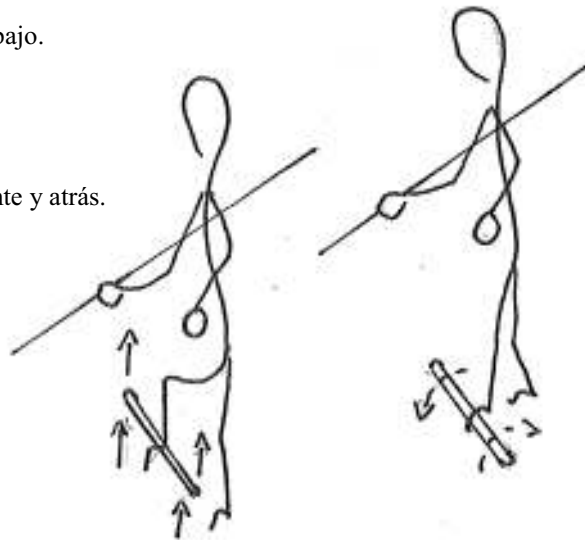


- Muchos juguetes a la vista desvían la atención.

- Comparta su almuerzo con el almuerzo del niño.

#### EJERCICIO N° 335

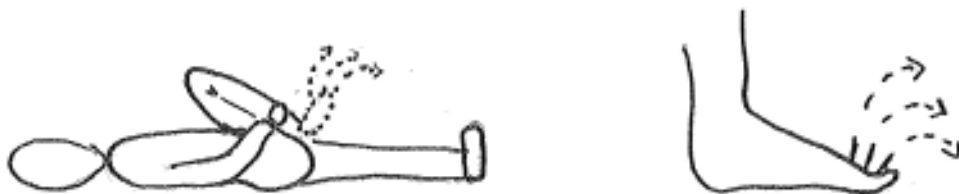
- Posición inicial: parado. Adaptar el ejercicio con otras posturas.
- Brazos a los costados del cuerpo, piernas separadas.
- Ubicarse frente al niño y ayudar a elevar el pie derecho.
- Colocar en la planta del pie un trozo de caño.
- Presionar hacia arriba.
- Ayudar al niño a presionar hacia abajo.
- Trabajar con el pie izquierdo.
- Colocar el caño en el piso.
- Apoyar el pie sobre el caño.
- Ayudar a mover el pie hacia adelante y atrás.
- Trabajar con el pie izquierdo.



- Ayude al niño a incorporarse a los diferentes momentos de la vida cotidiana.

#### EJERCICIO N° 336

- Posición inicial: acostado.
- Brazos a los costados del cuerpo.
- Flexionar totalmente la pierna derecha.
- Elevar el brazo derecho y acercar la mano al pie.
- Ayudar a recorrer con la mano cada dedo del pie.
- Ayudar a aferrar cada uno de los dedos del pie.
- Aplicar el ejercicio sobre el lado izquierdo.
- Repetir muchas veces.
- Colocar pequeños objetos entre los dedos del pie.
- Quitar cada uno de los objetos ubicados entre los dedos.

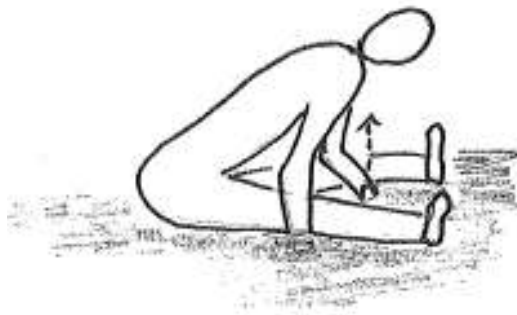


- Ayude al niño a participar en los festejos.

- Comenzar a realizar los ejercicios sobre una superficie cubierta de arena.

#### EJERCICIO N° 337

- Posición inicial: sentado sobre la arena.
- Piernas estiradas y separadas; torso inclinado hacia adelante.
- Brazo derecho al costado del cuerpo con la mano sumergida en la arena.
- Brazo izquierdo hacia delante con la mano apoyada sobre la arena.
- Enseñar a retirar la mano de la arena y sumergirla otra vez.
- Repetir muchas veces.
- Trabajar con el lado contrario.
- Intentar realizar el ejercicio con ambas manos a la vez.
- Incorporar variables.



- Algunos ejercicios pueden implementarse sobre superficies acuosas.

#### EJERCICIO N° 338

- Posición inicial: sentado sobre la arena, torso inclinado hacia adelante.
- Pierna derecha flexionada .
- Brazos extendidos con las manos apoyadas sobre la arena .
- Tapar un pie con arena hasta cubrirlo totalmente.
- Enseñar a mover el pie para librarse de la arena.
- Trabajar el pie del lado contrario.
- Trabajar con ambos pies a la vez.
- Repetir varias veces.
- Encontrar la posición que facilite el ejercicio.



- Incorporar superficies barroas.

- Recuerde, el lugar elegido para realizar la rutina, debe estar libre de elementos que distraigan.

#### EJERCICIO N° 339

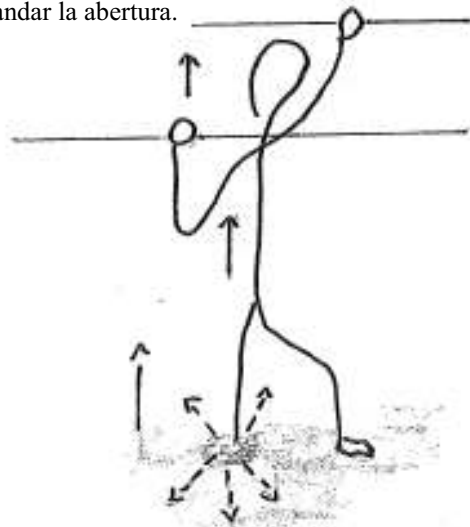
- Posición inicial: sentado sobre la arena.
- Espalda apoyada en un respaldo; piernas extendidas y separadas.
- Brazos a los costados del cuerpo; manos apoyadas en la arena.
- Flexionar levemente la pierna derecha.
- Elevar los dedos del pie, quedando el talón apoyado en la arena.
- Estirar la pierna flexionada, empujando el talón sobre la arena.
- Repetir hasta formar un pequeño hueco.
- Recorrer el hueco formado.
- Tapar y repetir.
- Trabajar el lado contrario.



- El niño necesita de la ayuda de todos para poder avanzar.

#### EJERCICIO N° 340

- Posición inicial: parado sobre la arena.
- Piernas separadas, con un pie cubierto de arena.
- Brazos abiertos y extendidos.
- Manos aferrando un elemento que ayude a mantener el equilibrio.
- Mover la pierna en diferentes direcciones para agrandar la abertura.
- Enseñar a elevar el pie para liberarse de la arena.
- Apoyar nuevamente el pie.
- Trabajar el pie del lado contrario.
- Trabajar con ambos pies cubiertos de arena.

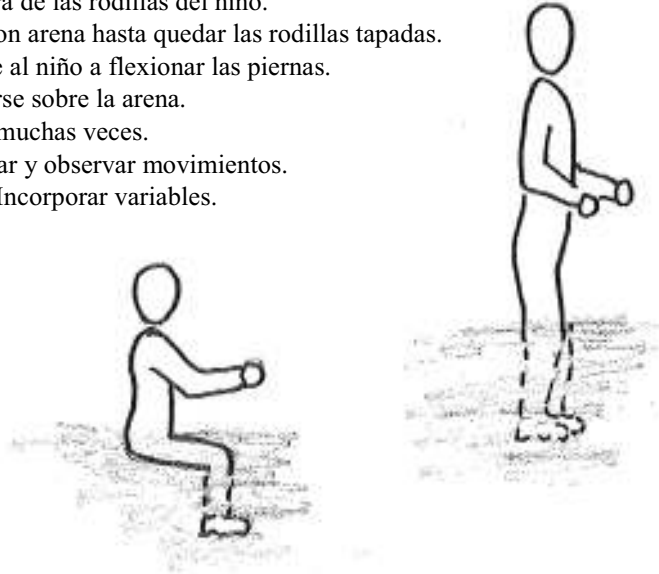


- Acerque al niño lo que necesite para conectarse con el mundo.

- Si es posible acerque el cuerpo del niño a los estímulos.

#### EJERCICIO N° 341

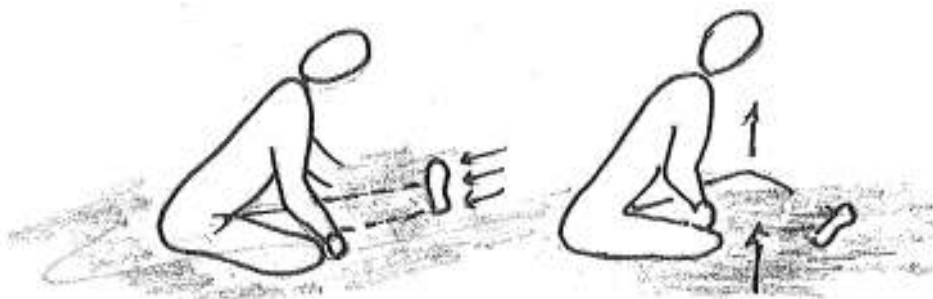
- Posición inicial parado sobre la arena.
- Cavar un pozo en la arena y parar al niño dentro del pozo.
- Seguir cavando hasta la altura de las rodillas del niño.
- Tapar el pozo nuevamente con arena hasta quedar las rodillas tapadas.
- No compacte la arena; ayude al niño a flexionar las piernas.
- Sin liberar las piernas, sentarse sobre la arena.
- Ayudar a pararse y sentarse muchas veces.
- En una u otra posición esperar y observar movimientos.
- Repetir; esperar y observar. Incorporar variables.



- Si es posible lleve al niño al arenero.

#### EJERCICIO N° 342

- Posición inicial sentado sobre la arena, piernas separadas.
- Brazos a los costados, manos apoyadas en la arena.
- Cubrir una pierna con arena, dejando el pie libre.
- Presione sobre la planta del pie, intentando flexionar levemente la pierna.
- Elevar la pierna cada vez más hasta liberarse de la arena.
- Trabajar con la pierna del lado contrario.
- Si es posible, intentar con ambas piernas a la vez.

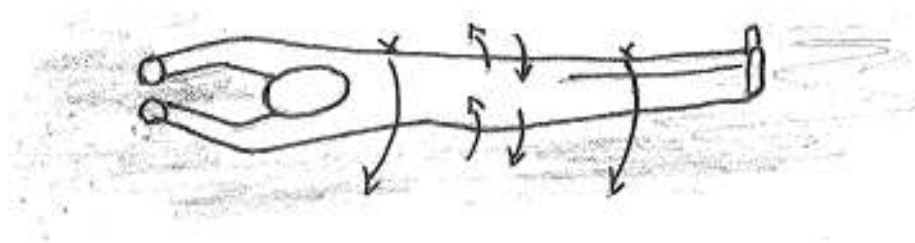


- Si es posible arme un pequeño arenero en su casa.

- La estimulación es un intento de orientar nuestra atención a los estímulos del entorno.

#### EJERCICIO N° 343

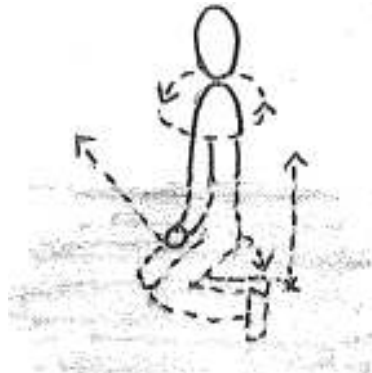
- Posición inicial acostado sobre la arena ( supina o prona ).
- Piernas extendidas; brazos hacia arriba .
- Apoyar sus manos en la cadera del niño e inicie el meneo.
- Comenzar a mover el cuerpo hacia uno y otro lado.
- Esperar y retomar el movimiento lentamente.
- Ayudar al niño a pasar de posición supina a prona e inversa.
- Continuar cambiando de posición rodando sobre la arena.
- Si lo cree conveniente, colocar una manta sobre la arena.



- La estimulación física es un intento de acercar nuestro cuerpo a los estímulos.

#### EJERCICIO N° 344

- Posición inicial arrodillado sobre la arena.
- Glúteos apoyados en los talones.
- Torso erguido; brazos a los costados; manos hundidas en la arena.
- Si es necesario ayudar a sostenerse.
- Cubrir con arena hasta la cintura.
- Mover el torso en diferentes direcciones para agrandar la abertura
- Intentar flexionar los brazos, y liberarlos de la arena
- Tomar al niño de las manos y ayudar a despegar los glúteos.
- Elevar lentamente el cuerpo, quedará arrodillado despojado de la arena.
- Repetir.



- La estimulación de los sentidos es un intento de establecer relaciones con el entorno.

- Los niños con retraso madurativo, necesitan que le enseñen cada movimiento.

#### EJERCICIO N° 345

- Posición inicial sentado en una pequeña silla o similar.
- Acercar un ancho recipiente con muy poco agua.
- Introducir los pies del niño en el recipiente.
- Asir un tobillo y deslizar el pie en diferentes direcciones.
- Hacer lo mismo con el pie del lado contrario.
- Repetir el movimiento con ambos pies a la vez.
- Elevar un pie hasta quedar fuera del agua e introducirlo nuevamente.
- Trabajar el otro pie y repetir.
- Realizar un leve pataleo.



- Cuanto más pronto comencemos a estimular al niño con dificultades, más significativos serán sus avances.

#### EJERCICIO N° 346

- Posición inicial sentado en una pequeña silla.
- Acercar dos recipientes, uno con agua y el otro con arena.
- Ayudar a deslizar el pie en la arena; luego el otro pie en el agua.
- Deslizar ambos pies a la vez.
- Invertir el lugar de los recipientes y repita el ejercicio.
- Incorporar cualquier variable que sea posible.



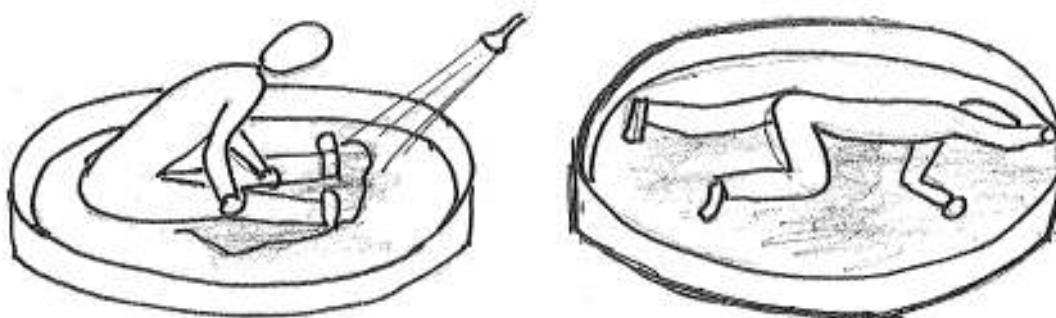
- Guíe al niño en la elección de un objeto entre tres objetos.



- Estando parado, intente el balanceo en la arena despegando los pies de la misma.

#### EJERCICIO N° 347

- Posición inicial sentado en un amplio recipiente inflable, con el torso inclinado.
- Muy lentamente, incorporar agua al recipiente hasta cubrir la superficie.
- Jugar unos segundos con el agua hasta familiarizarse con el lugar.
- Lentamente lograr que el niño quede acostado en posición supina.
- Desplazar el brazo y la pierna derecha hacia la izquierda y volver.
- Repetir este movimiento cada vez más a la izquierda.
- Lograr girar el cuerpo y quedar en la posición prona.
- Trabajar de igual manera con el brazo y la pierna izquierda.
- Implementar juegos.



- Estando arrodillado, intente el balanceo en el agua despegando las rodillas.

#### EJERCICIO N° 348

- Posición inicial sentado dentro de un fuentón.
- Llenar lentamente el recipiente con agua tibia hasta cubrir la cintura.
- Coloca en el recipiente un objeto llamativo y liviano, que flote.
- Colocar otro objeto llamativo y pesado que llegue al fondo.
- Ubicar entre las piernas
- Ayudar al niño a tomar con ambas manos el objeto que flota y jugar.
- Ayudar a tomar con ambas manos el objeto pesado y jugar.

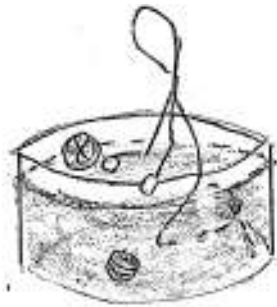


- Estando acostado en el agua o en la arena, intente mover el cuerpo hacia uno u otro costado.

- Haga sentir la diferencia de temperatura del agua sobre la piel.

#### EJERCICIO N° 349

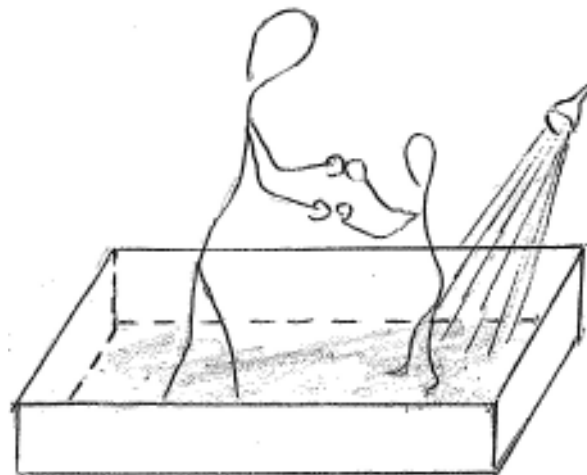
- Posición inicial arrodillado dentro de un recipiente grande.
- Glúteos apoyados en los talones.
- Mantener el equilibrio aferrándose al borde.
- Colocar dos objetos llamativos sobre la superficie del recipiente.
- Un objeto es flotante y el otro es pesado.
- Muy lentamente llenar el recipiente de agua; tapar la cintura.
- Enseñar al niño a soltar una mano y tomar uno de los dos objetos.
- Trabajar con la mano del lado contrario.
- Aplicar variables posibles.



- Acaricie suavemente los pies con las manos colmadas de arena.

#### EJERCICIO N° 350

- Posición inicial parado; piernas apenas separadas.
- Continuar llenando la pileta.
- Tomar las manos del niño y comenzar a deslizar los pies.
- Siempre dentro del agua.
- Pisar los pies del niño y hacer que él pise los suyos.
- Comenzar a caminar dentro del agua; hacia atrás y adelante.



- Acaricie suavemente los pies con las manos colmadas de agua.

- Antes de comenzar una rutina, elija la postura confortable para el niño.

#### EJERCICIO N° 351

- Posición inicial sentado en un objeto flotante sobre el agua.
- Las piernas quedarán debajo del agua.
- Brazos aferrando los bordes del flotante.
- Tomar los tobillos de ambos pies .
- Comenzar a flexionar las piernas si es posible.
- Si no es posible, mover las piernas hacia adelante y atrás.
- Los movimientos se harán en forma alternada.
- Esperar y repetir.



- No olvide acariciar los brazos del niño.

#### EJERCICIO N° 352

- Posición inicial sentado en un flotante sobre el agua.
- Las piernas quedarán dentro del agua.
- Brazos abiertos, aferrando con las manos los bordes del flotante.
- Tomar la punta de los pies, presionar hacia arriba flexionando la pierna.
- Intentar que el niño extienda la pierna flexionada.
- Lograr que el cuerpo suba unos centímetros.
- Aplicar la presión con las piernas extendidas o flexionadas.
- Repetir muchas veces aplicando juegos muy simples.
- Incorpore variantes.

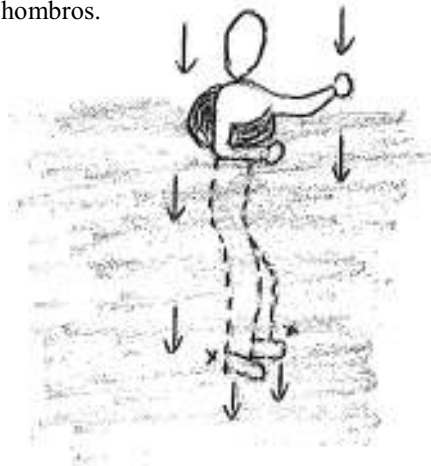


- Acaricie con mucha ternura la espalda del niño.

- Recuerde, el rostro siempre deberá ser acariciado.

#### EJERCICIO N° 353

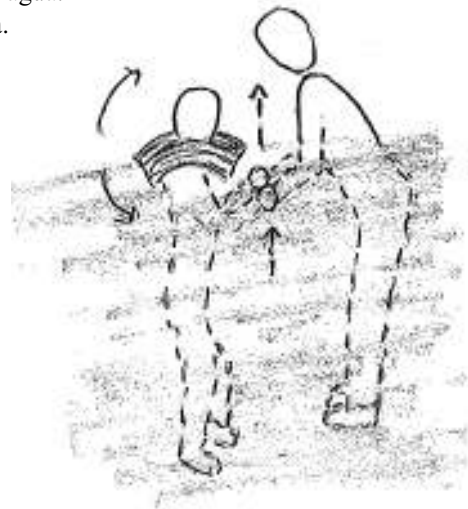
- Posición inicial, sumergido en el agua.
- Colocar un pequeño chaleco salvavidas o similar.
- Ajustarlo debajo de la axila, dejando los brazos libres.
- Tomar los tobillos del niño y presionar levemente hacia abajo.
- Lograr sumergir el cuerpo unos centímetros.
- Soltar los tobillos y repetir sumergiendo un poco más cada vez.
- Sumergir progresivamente hasta llegar a tapar los hombros.
- Volver al inicio lentamente, y repetir.



- Un pequeño movimiento logrado en un niño, puede llegar a ser el gran movimiento en otro niño.

#### EJERCICIO N° 354

- Posición inicial sumergido en el agua.
- Colocar un flotante en el cuello, quedando la cabeza fuera del agua.
- Brazos flexionados y hacia delante; tomar las manos del niño.
- Comenzar a menear el cuerpo.
- Elevar las manos lentamente hasta sacarlas del agua.
- Deslizar las manos sobre la superficie del agua.
- Volver a sumergir las manos muy lentamente.
- Esperar y repetir.



- Transmitiendo sus logros, puede ayudar a otros a alcanzar otros logros.

- Elabore ejercicios en los cuales se trabaje la cintura.

#### EJERCICIO N° 355

- Posición inicial sumergido en el agua.
- Colocar un flotador en el cuello.
- Tomar al niño por los hombros y presionar hacia abajo lentamente.
- Presionar hasta que el agua toque apenas los labios.
- Soltar los hombros, esperar y repetir.
- Implementar algún juego sencillo.
- Repetir el ejercicio jugando.



- No tema equivocarse, los errores incentivan en todas las marchas.

#### EJERCICIO N° 356

- Posición inicial sumergido en el agua.
- Colocar el flotador en el cuello.
- Tomar una mano del niño y desplazar el cuerpo en distinta direcciones.
- Ubicar alrededor del niño y sobre el agua, objetos llamativos.
- Sin soltar las manos, llevar al niño hacia cualquier objeto.
- Ayudar a tomar el objeto o tocarlo; soltar el objeto o lanzarlo.
- Continuar el desplazamiento hacia cada objeto y actuar de igual manera.
- Volver a su lugar esperar y repetir.



- No siempre se logra lo esperado; sólo importa lo logrado.

- No todos los ejercicios pueden ser realizados por todos los niños con los cuales trabajamos.

#### EJERCICIO N° 357

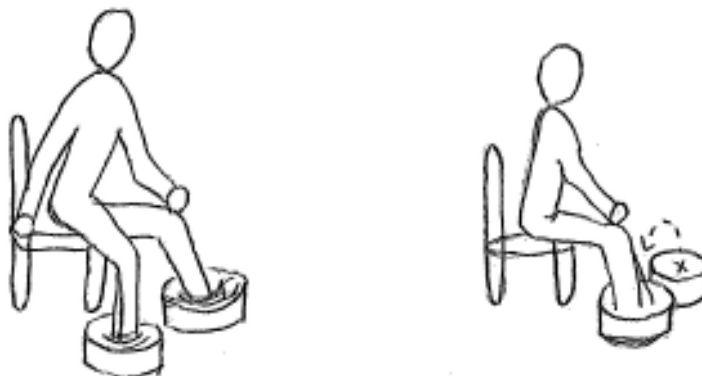
- Posición inicial sentado en una silla o similar.
- Mano izquierda aferrada al respaldo de la silla, piernas separadas.
- Acercar un recipiente e introducir el pie izquierdo dentro del mismo.
- Llenar con agua tibia el recipiente; muy lentamente.
- Dejar caer el agua desde la rodilla.
- El agua deberá tapan totalmente el pie.
- Ayudar a elevar el pie y sacarlo del recipiente.
- Volver al inicio y repetir.
- Trabajar el lado contrario.
- Trabajar ambos pies a la vez.



- No se detenga si un ejercicio no puede ser realizado satisfactoriamente según su criterio.

#### EJERCICIO N° 358

- Posición inicial sentado en una silla o similar.
- Acercar dos recipientes e introducir un pie en cada uno de ellos.
- Comenzar a llenar un recipiente con agua tibia.
- Dejar caer el agua sobre la rodilla.
- Luego llenar el otro recipiente con agua natural.
- Juntar los pies en el recipiente de agua natural.
- Juntar los pies en el recipiente de agua tibia.
- Los pases hacia uno u otro lado se harán lentamente.

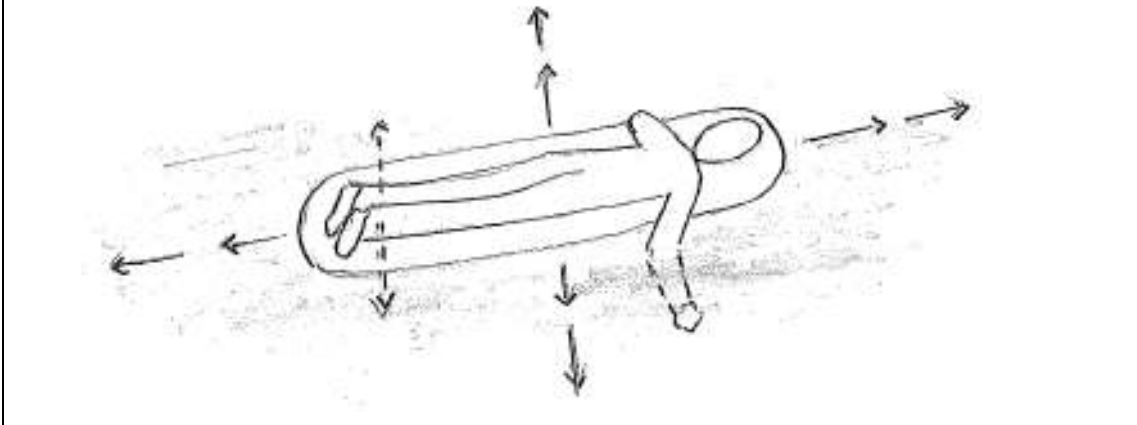


- Probablemente para el niño llegue a ser óptimo, lo que para usted no es satisfactorio.

- Juego con arena seca y arena mojada.

#### EJERCICIO N° 359

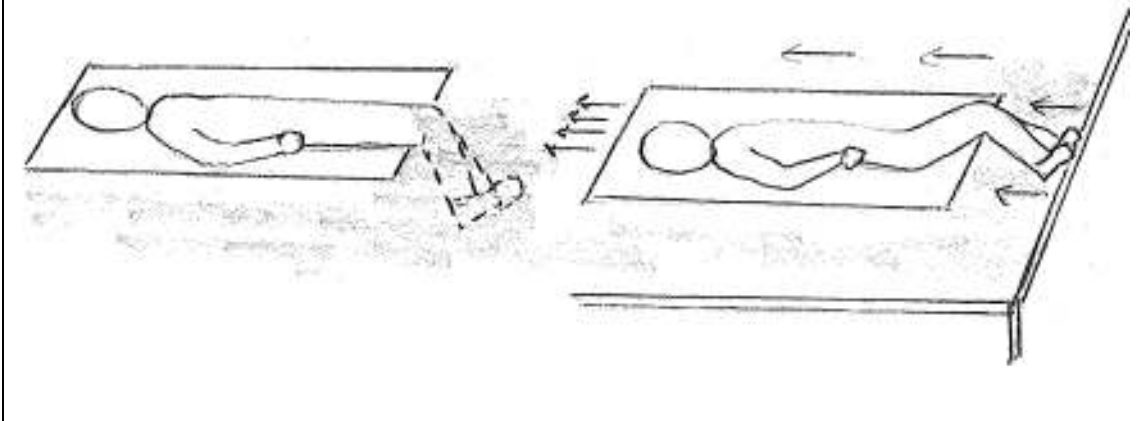
- Posición inicial prona sobre u flotador en el agua.
- Piernas abiertas, con los pies en el agua.
- Brazos abiertos, con las manos en el agua.
- Deslizar el flotante hacia adelante y atrás.
- Deslizar el flotante hacia uno y otro costado.
- Realizar el deslizamiento muy lentamente.
- Aumentar progresivamente la rapidez de los movimientos.



- Aumente progresivamente la temperatura del agua.

#### EJERCICIO N° 360

- Posición inicial supina sobre un flotador en el agua.
- Los pies quedarán fuera del flotador.
- Deslizar el flotador hasta tocar con los pies el borde .
- Flexionar levemente las piernas elevando las rodillas .
- Apoyar los pies en el borde.
- Estirar las piernas provocando el deslizamiento del flotador.
- Repetir.



- Deje caer agua sobre el cuerpo como si fuera lluvia.



**Ejercicio N° 333**



**Ejercicio N° 335**



EJERCICIOS DESDE EL N° 361 HASTA EL N° 390

POSICIÓN INICIAL : TODAS LAS POSICIONES POSIBLES

Desplazamiento

Coordinación de movimientos

Equilibrio

“ Los antecedentes de embarazo patológico o traumatismos en el parto deben ser tomados en cuenta. En general, puede haber un retardo en la conducta instintiva, tal como la succión, el llanto o la mímica, o alteraciones en el ritmo del sueño en las primeras semanas y meses. La maduración neuromotriz, marcada por las etapas ( sostener la cabeza, sentarse, pararse....) está por lo común en retraso. ”

Dra Telma Reca  
“ Problemas psicopatológicos en pediatría ”



**Ejercicio N° 369**



**Ejercicio N° 374**

- Cuando canta gesticule el contenido de la canción.

#### EJERCICIO N° 361

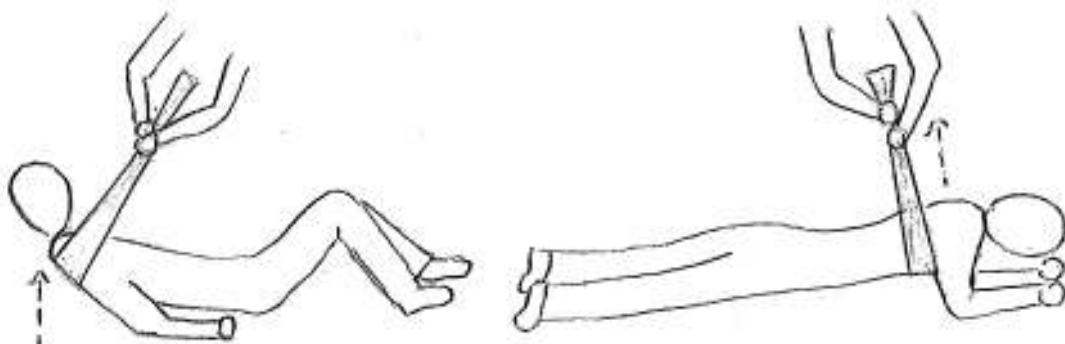
- Posición inicial supina, piernas separadas, extendidas o flexionadas.
- Brazos hacia abajo, separados del cuerpo.
- Colocar en la nuca del niño una cinta ancha y gruesa.
- Tomar la cinta por los extremos e intentar despegar los hombros del piso.
- Elevar apenas unos pocos centímetros, muy lentamente.
- Volver a la posición inicial, muy lentamente.
- Repetir.



- También puede expresar con el cuerpo el contenido de una canción.

#### EJERCICIO N° 362

- Posición inicial supina, piernas separadas, extendidas o flexionadas.
- Brazos hacia abajo separados del cuerpo.
- Colocar una cinta larga y ancha por la espalda, a la altura de los hombros.
- Tomar los extremos de la cinta e intentar elevar el torso.
- Muy lentamente despegar la espalda del piso.
- Volver a la posición inicial muy lentamente y repetir.
- Aplicar los mismos movimientos en la posición prona.
- La cinta pasará por debajo del cuerpo a la altura del pecho.
- Los brazos hacia arriba.



- Otorgue un significado a cualquier expresión.

- Cuando no vemos la realidad, perjudicamos al niño.

#### EJERCICIO N° 363

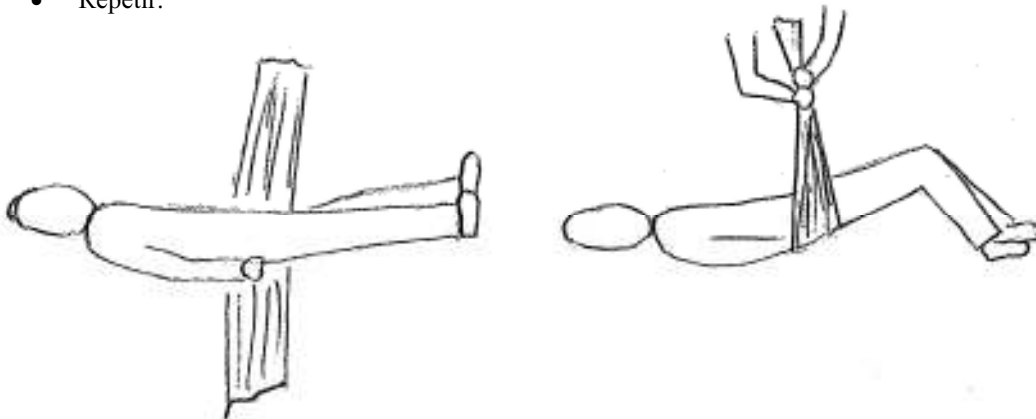
- Posición inicial supina, piernas separadas y extendidas.
- Brazos abiertos a la altura de los hombros.
- Pasar una cinta ancha por detrás de la cintura.
- Tomar la cinta por los extremos e intentar elevar la cadera.
- Quedará apoyada en el piso la espalda a la altura de los hombros.
- También quedarán apoyados en el piso los talones.
- Descender lentamente y repetir.
- Aplicar este ejercicio en la posición prona.
- Mover el cuerpo sobre la cinta, hacia uno y otro costado.
- Apoyar sólo pies y manos sobre el piso



- Sólo la aceptación de la realidad, nos permitirá avanzar.

#### EJERCICIO N° 364

- Posición inicial supina, piernas extendidas y juntas o separadas.
- Brazos hacia abajo, dedos debajo de los glúteos.
- Pasar la cinta por debajo de los glúteos.
- Tomar los extremos de la cinta e intenta elevar la cadera.
- Elevar muy lentamente y descender.
- Flexionar las piernas deslizando los pies por el piso
- Mover el cuerpo hacia uno u otro costado.
- Repetir.

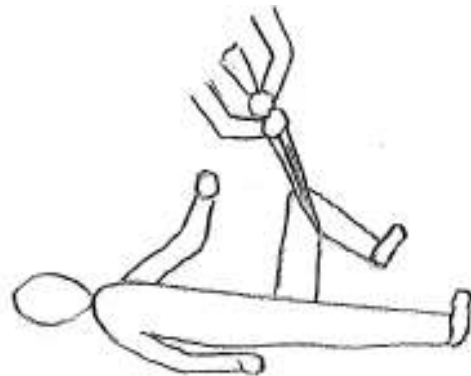


- No permita que el miedo le impida avanzar.

- El niño debe sentir que sus movimientos provocan cambios en el entorno.

#### EJERCICIO N° 365

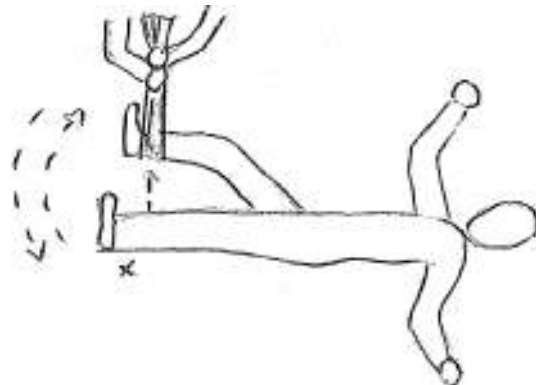
- Posición inicial supina, piernas extendidas, brazos abiertos a los costados.
- Pasar la cinta por debajo de la pierna izquierda a la altura de la rodilla.
- Tomar los extremos de la cinta, e intentar flexionar levemente la pierna.
- El pie se deslizará por el piso.
- Continuar tironeando de la cinta hasta elevar la pierna.
- Sostener unos momentos y volver al inicio; repetir.
- Trabajar la pierna derecha.
- Trabajar con ambas piernas a la vez.
- Intentar si es posible, que el niño sostenga los extremos de la cinta.



- Relacione el sonido del llanto con la expresión facial que corresponda.

#### EJERCICIO N° 366

- Posición inicial supina, piernas extendidas, brazos abiertos y arriba.
- Colocar una cinta por debajo del tobillo izquierdo.
- Tomar los extremos de la cinta y comenzar a elevar el tobillo.
- Realizar el movimiento lentamente.
- Volver al inicio lentamente.
- Trabajar el tobillo derecho.
- Trabajar con ambos tobillos a la vez.
- Con los tobillos elevados mover las piernas hacia uno y otro costado.
- Aplicar variables.

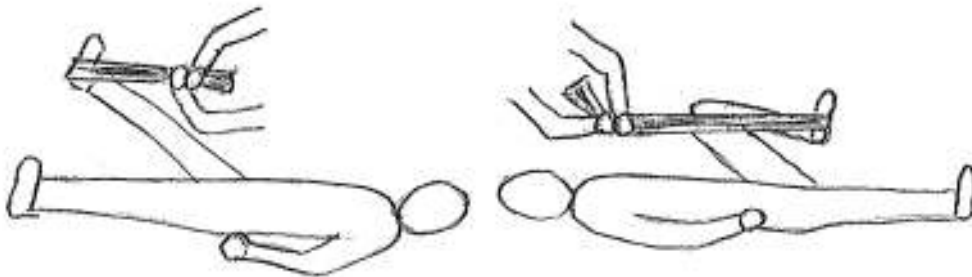


- Enseñe a emitir las emociones a través de expresiones faciales.

- Observe que el niño tenga la postura adecuada par el ejercicio.

#### EJERCICIO N° 367

- Posición inicial, todas las posibles.
- Piernas extendidas y separadas; brazos a los costados del cuerpo.
- Tomar los extremos de la cinta y colocar el centro de la cinta en la planta del pie.
- Tironear de los extremos, ejerciendo presión hacia arriba; no flexionar la pierna.
- Posteriormente ejercer con la cinta, mayor presión sobre la planta del pie.
- Flexionar la pierna cada vez más; luego extender hasta apoyar la planta del pie en el piso.
- Ayudar al niño a aferrar la cinta y repetir el ejercicio
- Trabajar el lado contrario. Aplicar variantes
- Trabajar alternando los pies, o ambos pies a la vez.



- Cada movimiento logrado, significa para el niño obtener más información del entorno.

#### EJERCICIO N° 368

- Posición inicial supina. ( acostado boca arriba ).
- Piernas extendidas, juntas o separadas.
- Colocar debajo del cuerpo, una cinta ancha y larga.
- Tomar los extremos de la cinta, y elevar levemente el cuerpo.
- Realizar el mismo paso con el cuerpo de costado o posición prona.
- Elevar y descender el cuerpo muy lentamente.
- Aumentar progresivamente la altura de elevación, si es posible.
- Aplicar balanceo en cada postura.
- Repetir. Aplicar variables.

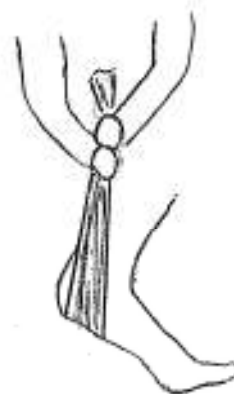


- No se adelante a responder por el niño.

- El niño debe intentar retirar un objeto que obstaculice su movimiento.

#### EJERCICIO N° 369

- Posición inicial sentado sobre una silla, con los pies apoyados en el piso.
- Brazos a los costados, manos aferradas al borde de la silla.
- Pasar una cinta por debajo del pie izquierdo, y tomar los extremos.
- Ejercer leve presión hacia arriba intentando elevar el pie.
- Volver al inicio y desplazar la cinta hacia la punta del pie.
- Sin despegar el talón del piso, intentar elevar la punta del pie.
- Posteriormente desplazar la cinta hacia el talón.
- Sin despegar la punta del pie del piso, intentar elevar el talón.
- Trabajar siempre el lado contrario.
- Repetir. Incorporar variables



- El niño debe intentar liberarse de elementos que molestan a su cuerpo.

#### EJERCICIO N° 370

- Posición inicial sentado en una silla con los pies apoyados en el piso.
- Brazos a los costados del cuerpo con las manos aferrando los bordes laterales.
- Pasar la cinta por la parte posterior del tobillo izquierdo.
- Tomar los extremos y tironear haciendo que el pie se deslice hacia adelante.
- Continuar tironeando hasta elevar el pie quedando la pierna extendida.
- Trabajar el lado contrario y de manera alternada.
- Trabajar con ambos tobillos a la vez.
- Repetir muchas veces.

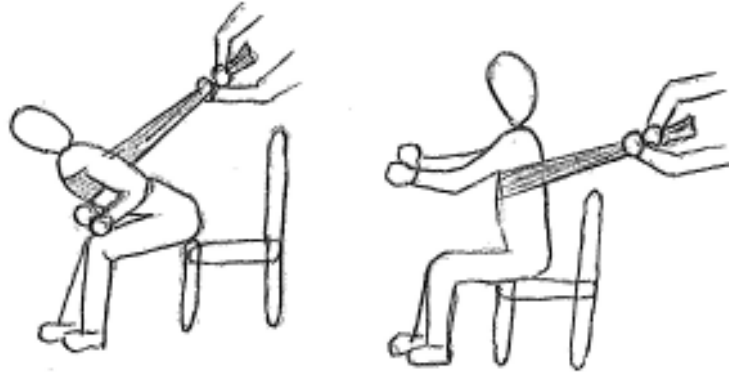


- Ayude al niño a lograr su objetivo, solamente si fuese necesario.

- Nunca esté pendiente del tiempo que el niño tarda y/o emplea en resolver una situación.

#### EJERCICIO N° 371

- Posición inicial sentado en una silla con los pies apoyados en el piso, torso inclinado.
- Brazos flexionados hacia adelante con las manos apoyadas en las rodillas.
- Piernas separadas si es posible
- Ubicarse detrás de la silla y pasar una cinta ancha por el pecho del niño.
- Tomar la cinta por los extremos sin tironear e intentar enderezar el torso.
- Aflojar levemente la cinta ayudando al niño a permanecer apoyado en ella.
- Soltar cada vez más la cinta logrando acercar los hombros a la rodilla.
- Permanecer unos segundos y regresar lentamente.
- Repetir e incorporar variables.



- Es muy significativo que el niño intente hacer un movimiento.

#### EJERCICIO N° 372

- Posición inicial sentado en un banco, torso inclinado hacia adelante.
- Piernas separadas, pies apoyados en el piso.
- Brazos estirados con las manos apoyadas en el borde delantero.
- Ubicarse detrás del niño y colocar la cinta en el pecho.
- Aplicar balanceo hacia los costados.
- Apoyado en la cinta, intentar que logre el balanceo por sí mismo.
- Aplicar leve balanceo hacia adelante y atrás.
- Los movimientos serán orientados con la cinta.
- Repetir.



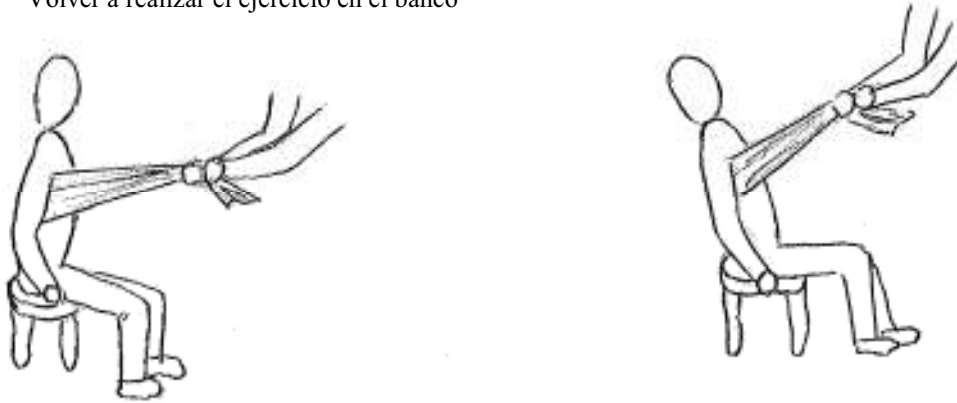
- La realidad muchas veces nos hace sufrir, en ocasiones nos exige sacrificios, y repetidas veces nos gratifica.



- Tome conciencia de a importancia de integrar al niño a la sociedad.

#### EJERCICIO N° 373

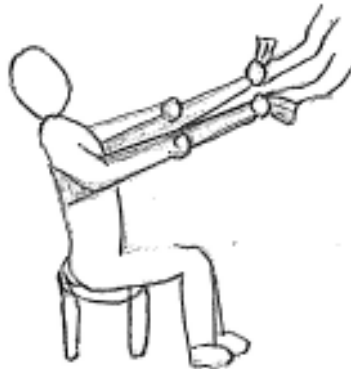
- Posición inicial sentado en un banco con los pies apoyados n el piso.
- Brazos a los costados con las manos aferrando los bordes.
- Ubicarse frente al niño y pasar la cinta por la espalda.
- Dejar los brazos libres; continuar aferrado a los bordes.
- Mover el cuerpo hacia atrás, apoyado sobre la cinta.
- Hacer sentir el vacío; regresar y repetir.
- Aplicar el ejercicio sentado en el borde de la cama.
- Dejar caer el cuerpo lentamente hacia atrás, hasta apoyar el torso en la cama.
- Volver a realizar el ejercicio en el banco



- Intente conocer todas las posibilidades de actuar tendiendo a mejorar la calidad de vida del niño.

#### EJERCICIO N° 374

- Posición inicial sentado en un banco, con los pies apoyados en el piso.
- Brazos a los costados del cuerpo.
- Pasar la cinta por la espalda y sostenerla por los extremos.
- Los brazos quedarán libres.
- Elevar las manos del niño y apoyarlas en la cinta.
- Aflojar la cinta haciendo que el niño lleve el torso hacia atrás.
- Girar alrededor del banco, haciendo girar al niño apoyado en la cinta.
- De vueltas hacia ambos lados.
- Repetir.



- Informe los beneficios de la estimulación temprana, si es que puede demostrarlo.

- Siempre transmita a otros sus logros.

#### EJERCICIO N° 375

- Posición inicial sentado en un banco con los pies apoyados en el piso.
- Brazos a los costados del cuerpo.
- Colocar la cinta en la parte posterior de la cabeza y en la nuca.
- Elevar los brazos del niño y aferrar con ambas manos la cinta.
- Sostener el cuerpo con la cinta, y moverlo hacia las direcciones posibles.
- Los movimientos se realizarán muy lentamente.
- Incorporar variables.



- No se aleje de su realidad.

#### EJERCICIO N° 376

- Posición inicial sentado en una silla con la espalda apoyada en el respaldo.
- Brazos a los costados con las manos aferrando los bordes laterales.
- Pasar la cinta por debajo de la pierna, cerca de la rodilla.
- Tome los extremos de la cinta y eleve la pierna muy lentamente.
- Despegue el pie del piso y descienda rápidamente.
- Aplique el movimiento con la pierna del lado contrario.
- Repetir el ejercicio sin retirar la cinta.
- Enseñe a elevar levemente la pierna apoyando la punta del pie.
- Implementar variables.

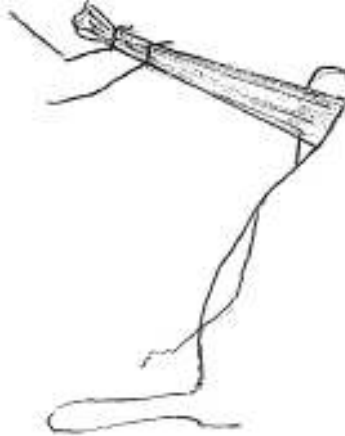


- El trabajo en equipo es el único modo de enfrentar las dificultades.

- Contribuya a formar estimuladores transmitiendo sus experiencias.

#### EJERCICIO N° 377

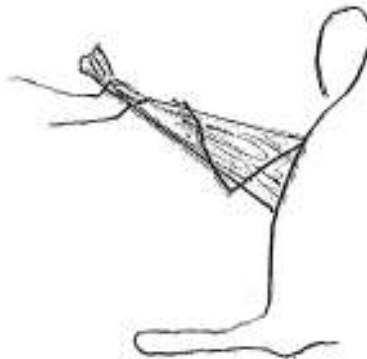
- Posición inicial arrodillado en el piso.
- Glúteos apoyados sobre los talones.
- Brazos a los costados del cuerpo.
- Ubicar una cinta ancha en la parte posterior de la cabeza.
- Ayudar al niño a llevar el torso hacia atrás, apoyado en la cinta.
- Aplicar balanceo hacia diferentes direcciones.
- No despegar los glúteos de los talones.



- La constante observación de los movimientos facilita la formulación de nuevos ejercicios.

#### EJERCICIO N° 378

- Posición inicial arrodillado en el piso, glúteos apoyados en los talones.
- Brazos a los costados del cuerpo.
- Pasar la cinta por la espalda; elevar los brazos; aferrar la cinta.
- Ayudar a llevar hacia atrás el torso apoyado en la cinta.
- Balancear en diferentes direcciones, sin despegar los glúteos de los talones.
- Aplicar este ejercicio con la cinta apoyada en la cintura y en los hombros.
- Siempre volver al inicio y repetir.



- Controle la práctica de los ejercicios.

- Busque toda información sobre los alcances de la estimulación aplicada precozmente.

#### EJERCICIO N° 379

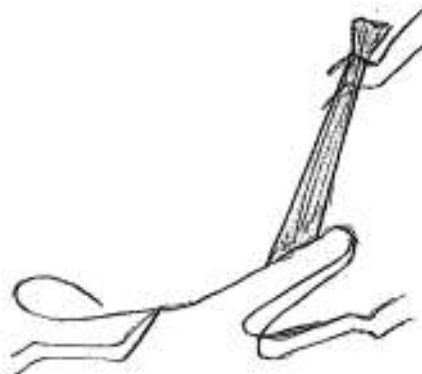
- Posición inicial arrodillado con los glúteos apoyados en los talones.
- Brazos a los costados del cuerpo.
- Pasar la cinta por el pecho y asir sus extremos.
- Ayudar a inclinar lentamente el torso hacia adelante.
- Con los brazos extendidos lograr apoyar las manos en el piso.
- Siempre sostener el torso con la cinta ubicada en el pecho.
- Volver al inicio y repetir.
- Incorporar variables si es posible.



- Enseñe a otros todo aquello que le enseñaron.

#### EJERCICIO N° 380

- Posición inicial arrodillado con los glúteos apoyados en los talones.
- Brazos a los costados del cuerpo.
- Con la cinta en el pecho inclinar el torso hacia adelante.
- Extender los brazos y acercar los hombros al piso.
- Deslizar la cinta hacia el vientre; elevar los glúteos tironeando de la cinta.
- Volver lentamente a la posición inicial.
- Repetir muchas veces .



- Analice permanentemente cada situación, así evitará alejarse de la realidad.

- Con nuestro esfuerzo la respuesta al estímulo siempre emerge.

#### EJERCICIO N° 381

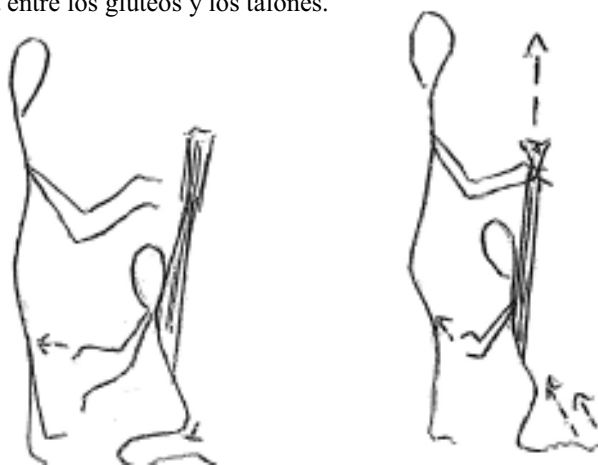
- Posición inicial arrodillado en el piso, en posición de ganeo.
- Sostener el torax con la cinta que previamente pasó por el pecho.
- Mover el cuerpo hacia la derecha e izquierda, adelante y atrás.
- Intentar elevar el torso hasta quedar erguido.
- Mover el cuerpo hacia atrás con la cinta, hasta apoyar los glúteos.
- Con la cinta elevar el cuerpo, despegando los glúteos de los talones.
- Ayudar a subir y bajar los glúteos con mayor rapidez.
- Volver a la posición inicial. Repetir muchas veces.



- Con nuestro compromiso lograremos la respuesta esperada a muchos estímulos

#### EJERCICIO N° 382

- Posición inicial arrodillado, glúteos apoyados en los talones.
- Pasar la cinta por el pecho y hacia atrás; pararse frente al niño.
- Los brazos liberados con las manos apoyadas en sus piernas.
- Tomar la cinta por los extremos y tironear hacia arriba.
- Intentar despegar levemente los glúteos de los talones.
- Subir y bajar manteniendo el torso erguido.
- Si es posible aumentar la distancia entre los glúteos y los talones.
- Incorporar variables al ejercicio.

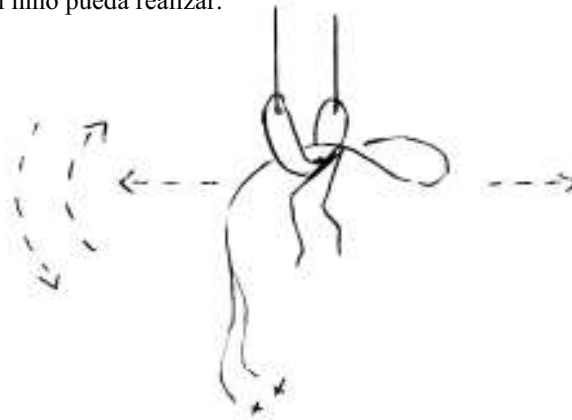


- Con nuestro gran cariño lograremos que el niño viva ...no sobreviva.

- Siempre consulte con un profesional.

#### EJERCICIO N° 383

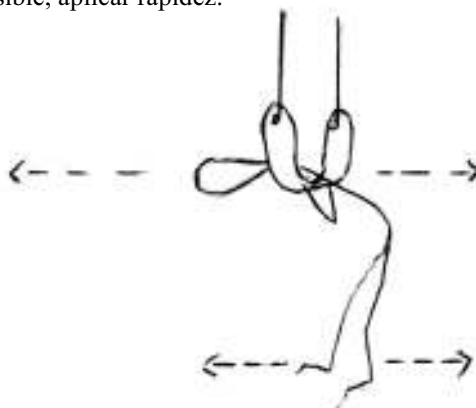
- Posición inicial parado frente a una hamaca ( cinta o similar ).
- Ayudar al niño a apoyar el pecho sobre la cinta.
- Brazos levemente flexionados, piernas separadas.
- Mover lenta y brevemente la hamaca, hacia adelante y atrás.
- El cuerpo se moverá; no deslizar los pies ni despegarlos del piso.
- Intentar muchas veces.
- Aplicar balanceo derecha e izquierda.
- Incorporar variables. Que el niño pueda realizar.



- ¿Conoce usted los motivos por los cuales debe aplicarse a un niño, estimulación temprana?

#### EJERCICIO N° 384

- Posición inicial parado frente a una hamaca; cinta, madera o similar.
- Apoyar el pecho sobre la hamaca con los brazos flexionados.
- Piernas separadas.
- La manos aferrarán los bordes de la hamaca ( cinta o madera o similar ).
- Mover la hamaca hacia adelante; ayudar a dar un paso hacia adelante.
- Mover la hamaca hacia atrás marcando pasos hacia atrás.
- Realizar los movimientos lentamente.
- Posteriormente, si es posible, aplicar rapidez.
- Repetir jugando.

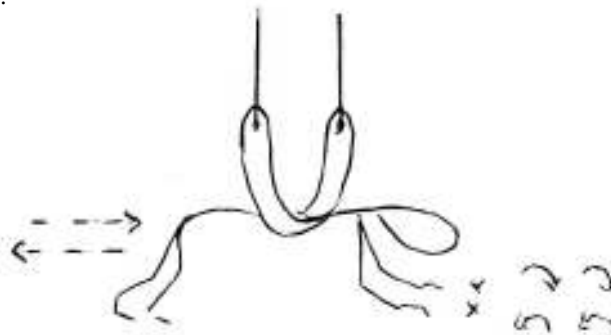


- ¿ Sabe usted cómo, cuándo y dónde aplicar estimulación ?.

- Analice si los avances producidos por la estimulación, mejoran la calidad de vida del niño.

#### EJERCICIO N° 385

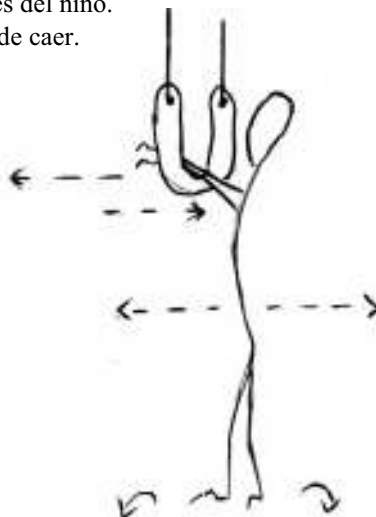
- Posición inicial parado frente a una hamaca ( cinta ).
- Ayudar a apoyar el vientre sobre la hamaca.
- Los brazos quedarán extendidos hacia adelante.
- Descender la hamaca ( cinta ) hasta que las manos toquen el piso.
- Ayudar a mover las manos hacia adelante y hacia atrás.
- No desplazar los pies .
- Provocar el balanceo con el movimiento de las manos.
- Incorporar variables.
- Repetir.



- Analice si los resultados del trabajo de estimulación, han incidido en la vida familiar.

#### EJERCICIO N° 386

- Posición inicial parado frente a la hamaca ( cinta ).
- Llevar los brazos hacia adelante, y apoyarlos sobre la cinta.
- Descender o ascender la hamaca ( cinta ) hasta quedar parado.
- Desplazar un pie hacia adelante y atrás, provocando el balanceo.
- Adaptar el ejercicio a las posibilidades del niño.
- Observar que el niño no corra riesgo de caer.

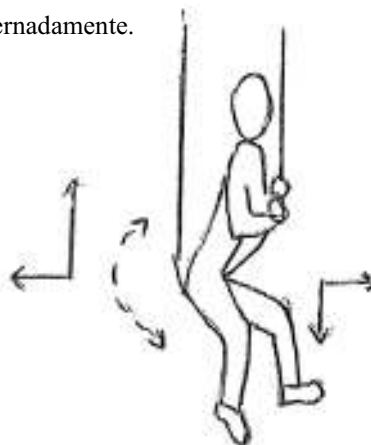


- No olvide el compromiso asumido al aceptar la tarea estimuladora.

- En todos los ejercicios con objetos o diversos elementos, evalúe las posibilidades de accidentes.

#### EJERCICIO N° 387

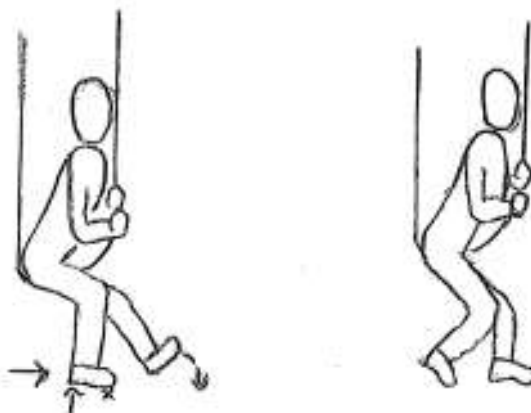
- Posición inicial parado con las piernas abiertas.
- Ubicarse al costado del niño; mantener el equilibrio aferrado a sus piernas.
- Pasar por entre las piernas una cinta, intentado armar un columpio.
- Fije los extremos de la cinta a un barral.
- Ayude al niño a sentarse en la cinta, quedando las piernas flexionadas.
- Brazos hacia adelante, aferrando la cinta.
- Enseñar el balanceo sin desplazar los pies.
- Solamente moverse apoyando punta de pie y talón, alternadamente.



- Antes de iniciar un ejercicio tome todos los recaudos para evitar una caída.

#### EJERCICIO N° 388

- Posición inicial parado frente al columpio.
- Jugar con el columpio haciéndolo mover.
- Montar al niño sobre el columpio, quedando las piernas abiertas.
- Brazos hacia adelante aferrando la cinta con ambas manos.
- Pies apoyados en el piso, con las piernas flexionadas.
- Marcar un paso hacia adelante provocando el movimiento de la hamaca.
- Volver y repetir.
- Dar un paso hacia atrás y regresar.
- Repetir jugando.



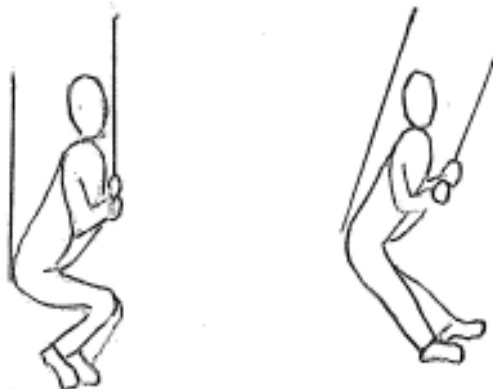
- Intente articular diferentes ejercicios que tengan algún paso en común.



- Todo logro tiende a alcanzar el “bien- estar”.

#### EJERCICIO N° 389

- Posición inicial parado frente al columpio ( cinta ).
- Jugar con la cinta haciéndola mover.
- Montar el columpio apoyando los pies en el suelo.
- Piernas flexionadas, brazos extendidos, manos aferrando a cinta.
- Estirar levemente las piernas, moviendo la hamaca hacia atrás.
- Flexionar nuevamente las piernas y volver.
- No desplazar los pies.
- Repetir aplicando variantes si es posible.



- Nadie puede bastarse a sí mismo, sin la ayuda de otro.

#### EJERCICIO N° 390

- Posición inicial, montado en el columpio.
- Piernas a los costados de la hamaca, pies poyados en el piso.
- Brazos hacia adelante con las manos aferrando la cinta.
- Ubicarse frente al niño; asir los pies y apoyarlos en su cuerpo.
- Las piernas estarán levemente flexionadas.
- Estirar las piernas produciendo el desplazamiento hacia atrás.
- Volver y repetir hasta lograr que el niño realice el movimiento.



- Nunca se aíse.



**Ejercicio N° 385**



**Ejercicio N° 388**

EJERCICIOS DESDE EL N° 391 HASTA EL N° 420

POSICIÓN INICIAL ACOSTADO Y/O SENTADO

Desplazamiento  
Extensión espacial  
Equilibrio

“ Todo niño tiene derecho a desarrollar sus potencialidades al máximo, independientemente del caudal intelectual o físico que posea. Aquellos que padezcan una deficiencia mental o física tienen derecho al mejor diagnóstico y tratamiento médico, servicios terapéuticos y sociales, educación, preparación vocacional y empleo, a los efectos de llegar a ser miembros útiles de la sociedad. ”

Principio enunciado por la O.M.S  
Organización Mundial de la Salud



**Ejercicio N° 392**

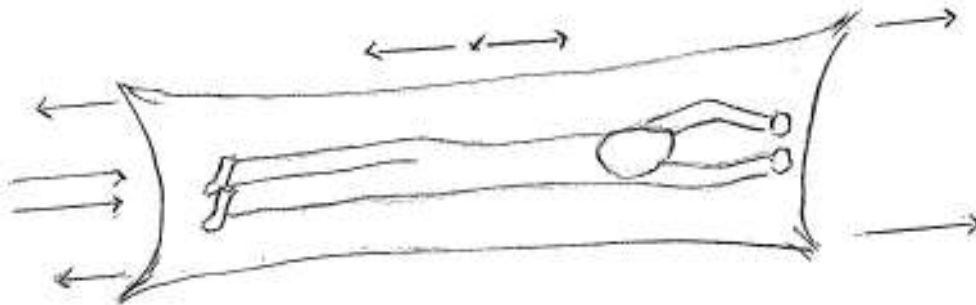


**Ejercicio N° 399**

- Preste atención a las indicaciones del profesional.

#### EJERCICIO N° 391

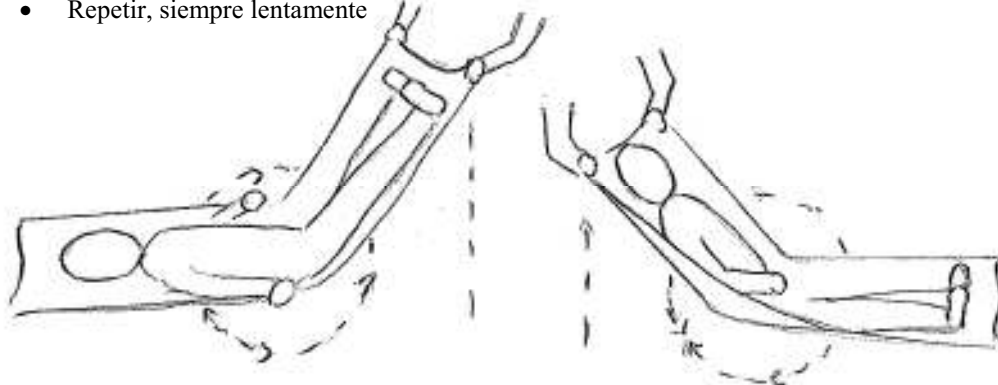
- Posición inicial prona, acostado sobre una manta en el piso.
- Piernas extendidas y juntas, brazos hacia arriba.
- Pararse frente al niño; tomar los extremos de la manta.
- Comenzar a arrastrar la manta, deslizando el cuerpo.
- La manta no debe despegarse del piso.
- Posteriormente ubicarse en lado contrario.
- Tomar los extremos de la manta; deslizar el cuerpo hacia atrás.
- No despegar la manta del piso. Realizar deslizamientos cortos.
- En un comienzo el desplazamiento debe realizarse lentamente.
- Puede realizar desplazamientos más rápidos y prolongados.
- Sólo deslizar hacia adelante y atrás.



- Aunque se equivoque, siga avanzando.

#### EJERCICIO N° 392

- Posición inicial supina, acostado sobre una manta en el piso.
- Piernas extendidas y juntas; brazos abiertos aferrando los bordes laterales.
- Pararse frente al niño y tomar el extremo inferior de la manta.
- Elevar la manta hasta quedar las piernas en 45°.
- Comenzar a moverse en círculo muy lentamente.
- Girar hacia la derecha e izquierda, siempre en el mismo lugar.
- Posteriormente ubicarse en el lado opuesto.
- Tomar las puntas del borde superior de la manta y elevarla.
- El torso quedará en una posición de 45°; moverse en círculo.
- Repetir, siempre lentamente

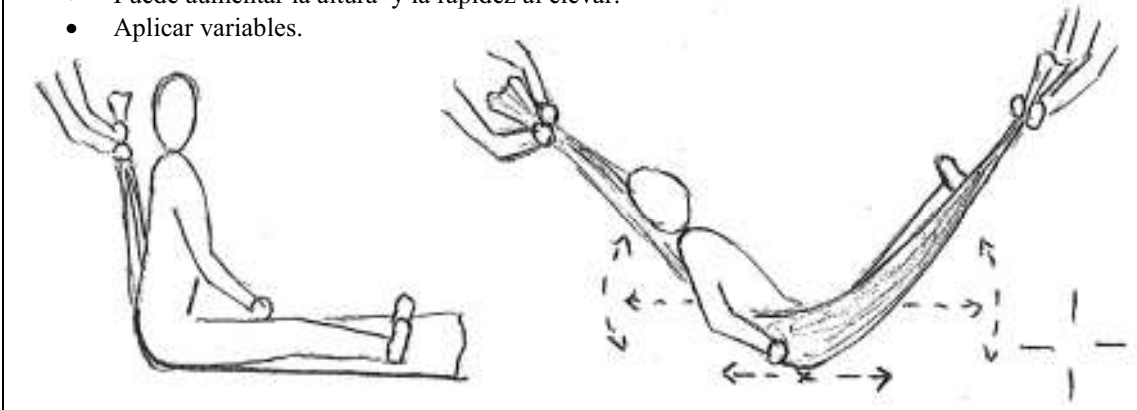


- La experiencia de los otros puede ayudarnos a prevenir errores.

- Escuchar es una invitación a la reflexión.

#### EJERCICIO N° 393

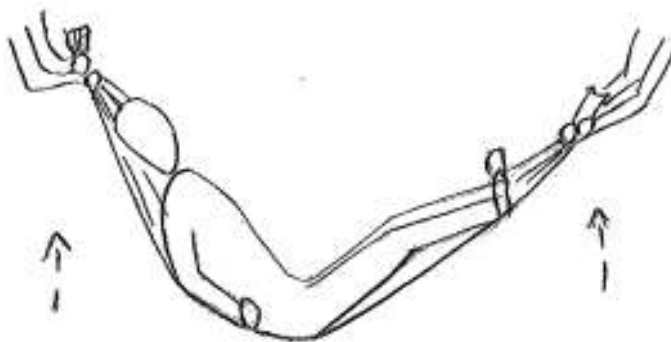
- Posición inicial supina acostado sobre la manta en el piso.
- Piernas juntas y estiradas; brazos a los costados aferrando los bordes.
- Dos personas tomarán los extremos de la manta y los elevarán.
- El niño quedará dentro de la manta en posición de 90°.
- Sólo apoyará los glúteos en el piso; desplazar la manta hacia atrás y hacia adelante.
- Elevar la manta despegándola del piso, muy lentamente.
- Mover la manta hacia adelante y atrás a la derecha e izquierda.
- Volver a la posición inicial y repetir.
- Puede aumentar la altura y la rapidez al elevar.
- Aplicar variables.



- La reflexión genera cambios internos.

#### EJERCICIO N° 394

- Posición inicial supina, acostado sobre la manta en el piso.
- Piernas juntas y estiradas; brazos a los costados aferrando los bordes.
- Dos personas tomarán los extremos de la manta.
- Elevar los extremos, formando con el cuerpo un ángulo de 90°.
- Recostado sobre la manta, comenzar lentamente a girar.
- Realizar los giros hacia la derecha e izquierda.
- Si es posible, aumentar la velocidad de los giros.
- Volver al inicio y repetir el ejercicio.

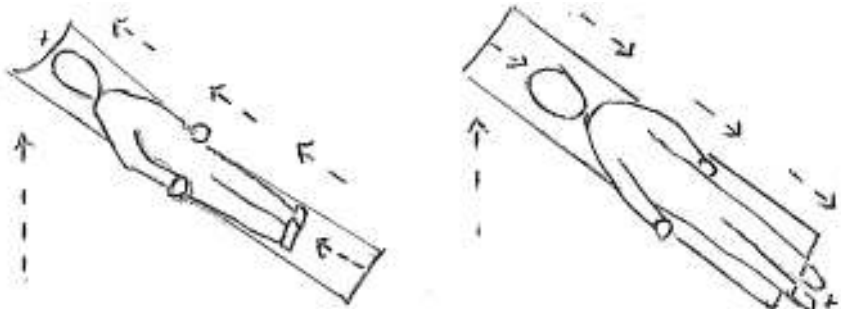


- Sólo nuestros cambios internos producen cambios en el entorno.

- La ignorancia contribuye a sostener el sufrimiento.

#### EJERCICIO N° 395

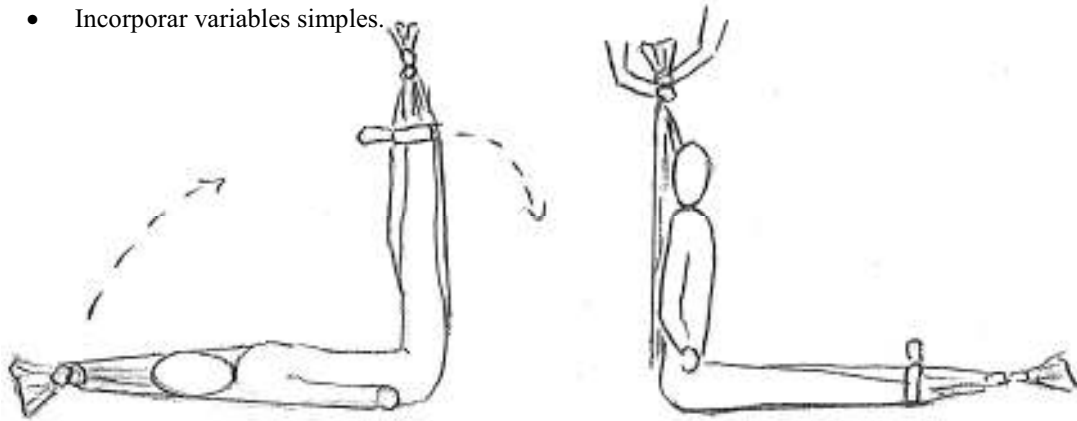
- Posición inicial supina, acostado en el piso, sobre la mitad superior de una larga manta.
- Piernas extendidas y juntas; brazos a los costados aferrando la manta.
- Dos personas tomarán los extremos superior e inferior de la manta, y la elevarán.
- La parte superior, lentamente se elevará a mayor altura que la parte inferior.
- Esta elevación provocará el deslizamiento del cuerpo hacia la punta opuesta.
- Quedarán los pies apoyados en el piso.
- Realizar el movimiento a la inversa muy lentamente.
- Pasar de un extremo de la manta a otro, deslizándose por ella.
- Si es posible puede aplicar rapidez en cada cambio de inclinación.
- Aplicar variables con los brazos. Repetir
- Intentar ubicar el cuerpo transversalmente sobre la manta y rodar con lentitud.



- La satisfacción no está en lograr todo, sino en el lograr.

#### EJERCICIO N° 396

- Posición inicial supina, acostado sobre el centro de una manta, en el piso.
- Piernas estiradas y juntas con los brazos abiertos.
- Las manos aferrando los bordes laterales.
- Dos personas aferrarán los extremos superior e inferior de la manta.
- Subir y bajar los extremos en forma alternada sin deslizar el cuerpo.
- Mantener siempre la postura formando un ángulo de 90°
- En un comienzo los movimientos serán lentos.
- Posteriormente puede aplicar mayor rapidez, si ello fuera posible.
- Incorporar variables simples.



- Muchas veces en los hechos más simples de la vida cotidiana, descubrimos lo grandioso.

- Si es posible, aplique algunos ejercicios en la posición prona ( boca abajo ).

#### EJERCICIO N° 397

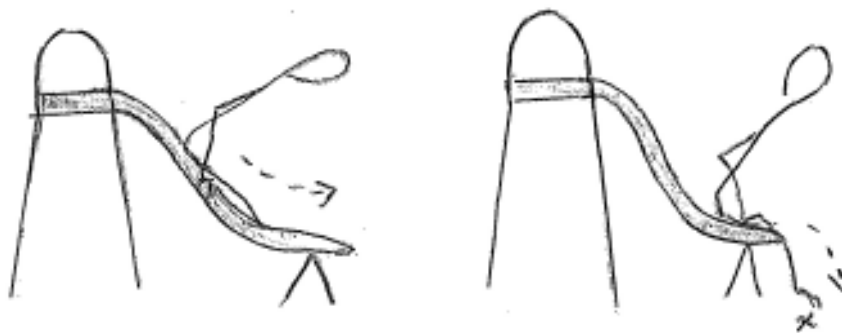
- Posición inicial sentado sobre un sube y baja de base dura.
- Brazos hacia adelante con las manos aferrando la base.
- Flexionar los brazos e inclinar el torso hasta apoyarlo en la base.
- Hacer presión hacia abajo en el otro extremo de la base.
- Sostener al niño mientras sube muy lentamente, volver.
- Aumentar progresivamente la altura ascendente.
- Intentar el mismo ejercicio con los brazos sin flexionar.
- Jugar.



- Los movimientos a implementar, son los mimos que nosotros hacemos a cada momento.

#### EJERCICIO N° 398

- Posición inicial sentado en la parte superior del tobogán o similar .
- Brazos a los costados del cuerpo, manos aferrando los bordes de la base.
- Ayudar a descender muy lentamente, deslizando las manos por los bordes.
- Descender hasta quedar las piernas libres y poder flexionarlas hasta tocar el piso con los pies.
- Ayudar a ascender muy lentamente, deslizando las manos en los bordes.
- Posteriormente despegue las manos de los bordes y ubíquelas sobre el vientre.
- En esta posición puede aplicar rapidez sólo al descender.
- Implementar variables considerando todas las posibilidades.
- Jugar



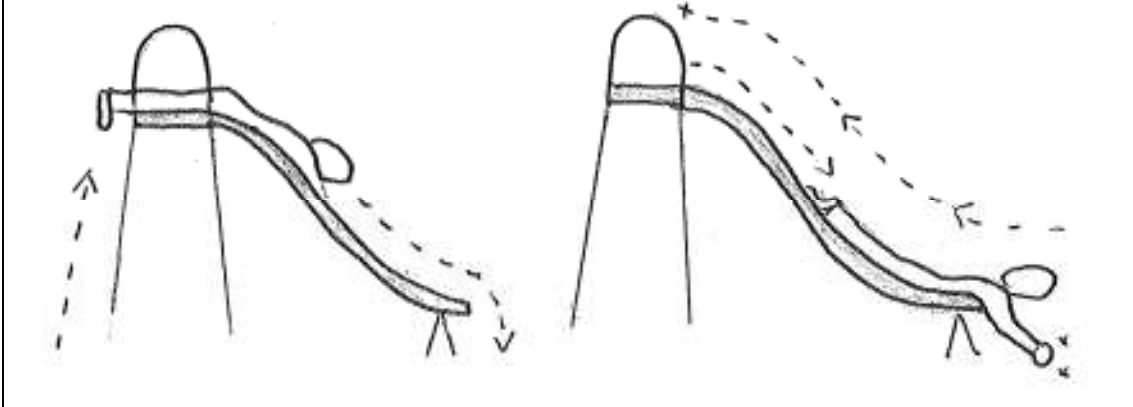
- Siempre debes consultar con el equipo de profesionales.



- Aunque se equivoque continúe avanzando.

#### EJERCICIO N° 399

- Posición inicial prona, sobre la parte superior de un tobogán o similar.
- Brazos extendidos hacia adelante, manos apoyadas en la base.
- Ayudar a deslizar el cuerpo hacia abajo, muy lentamente.
- Descender sin detenerse, hasta tocar con las manos el piso.
- Volver a la posición inicial.
- Ayudar a descender deslizando las manos en forma alternada.
- Descender hasta tocar el piso con las manos
- Repetir.



- No permita que las costumbres de la vida cotidiana sean obstáculos en la práctica de la rutina.

#### EJERCICIO N° 400

- Posición inicial sentado en una pequeña calesita o similar.
- Piernas flexionadas, pies apoyados en el piso.
- Brazos a los costados, con las manos aferradas a algún elemento.
- Desde afuera comenzar a mover la calesita, muy lentamente.
- Girar hacia a la derecha y hacia la izquierda, lentamente.
- No aumentar la velocidad.
- Realizar lentamente un giro completo.



- La rutina debe llevarse a cabo todos los días.

- Por cada movimiento logrado, aumenta la posibilidad de lograr el desplazamiento deseado.

#### EJERCICIO N° 401

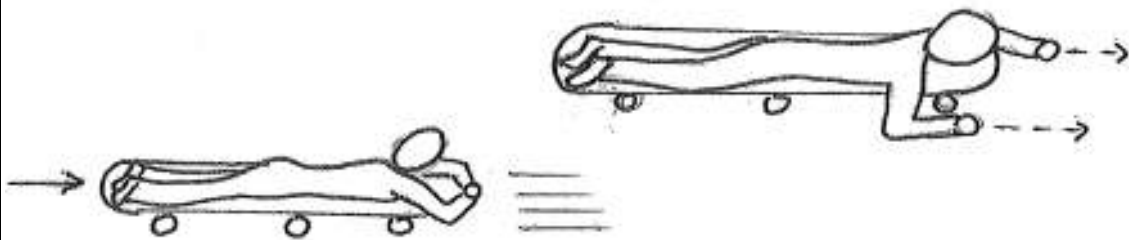
- Posición inicial sentado dentro de un carrito con cuatro ruedas.
- Brazos a los costados, manos aferrando las paredes laterales del carro.
- Tironear del carro desplazándolo sobre un piso irregular.
- Realizar desplazamiento hacia adelante y atrás.
- Aplicar el mismo movimiento en superficie lisa.
- Alternar el desplazamiento entre ambas superficies.
- Los movimientos deben ser lentos.
- Incorporar variables. Si fuera necesario colocar respaldo al carro



- Los prejuicios sólo logran perjudicar la actividad pensada.

#### EJERCICIO N° 402

- Posición inicial prona, sobre una tabla con cuatro rueditas, al ras del suelo.
- Piernas juntas, con los pies sobre la tabla.
- Brazos hacia adelante; manos aferrando el borde delantero.
- Desplazar la patineta hacia adelante y atrás muy lentamente.
- Despegar las manos de la patineta y apoyarlas sobre el piso.
- Abrir los brazos un poco hacia los costados.
- Tomar un brazo y flexionarlo, dejando el otro extendido.
- Alternar este movimiento con el otro brazo, como si reptara.
- Comenzar lentamente a desplazarse con la patineta.



- No se detenga, avance, muy lentamente, pero avance.

- Estimule cada movimiento que observa en el niño.

#### EJERCICIO N° 403

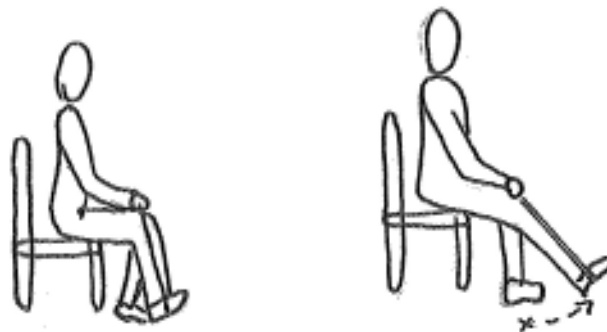
- Posición inicial sentado en una silla con la espalda apoyada en el respaldo.
- Brazos estirados con las manos apoyadas en las piernas.
- Tomar una cinta elástica( no resistente ) de 5 cm de ancho y unir sus extremos.
- El largo de la cinta dependerá de la altura del niño.
- Colocar la cinta enlazando el hombro derecho con la mano del mismo lado.
- Extender el brazo haciendo que la cinta se estire ejerciendo leve resistencia.
- Nuevamente flexionar el brazo; trabajar lado contrario.
- Aplicar acortando la longitud de la cinta.
- Aplicar este ejercicio cambiando la ubicación de la cinta.
- Variables posibles: hombro derecho-mano izquierda; nuca-ambas manos, otros.



- No insista en realizar ejercicios muy complicados para el niño.

#### EJERCICIO N° 404

- Posición inicial sentado en el centro de una silla, sin apoyar la espalda.
- Piernas levemente separadas, pies apoyados en el piso.
- Brazos estirados con las manos apoyadas en las rodillas.
- Ubicar el pie derecho sobre la cinta elástica.
- Con la mano del mismo lado apoyada en la rodilla, aferrar la cinta.
- Deslizar el pie hacia delante, sin despegar la mano de la rodilla.
- No utilice cinta elástica muy resistente.
- Volver al inicio, trabajar lado contrario.
- Usar la cinta en otros puntos de apoyo corporal.
- Puede aumentar la longitud de la cinta.



- Cuanto mas movimientos se logren, mayores posibilidades de desplazamiento se generan.

- Defina cuando un ejercicio es realizado correctamente.

#### EJERCICIO N° 405

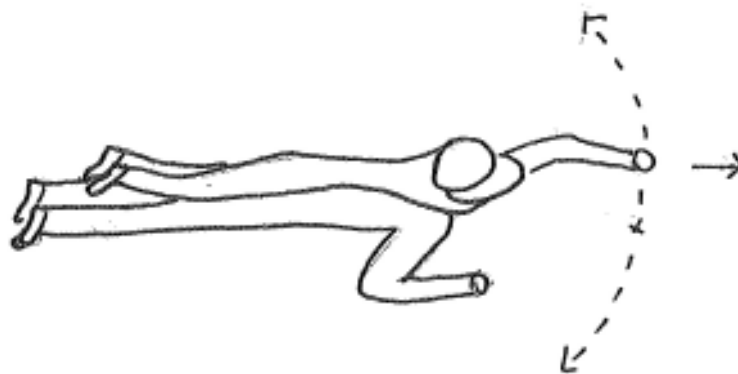
- Posición inicial supina, cuerpo suspendido en el brazo del estimulador.
- Tomar por la cintura el cuerpo del niño, boca abajo.
- Apoyar el cuerpecito en el costado del cuerpo del estimulador.
- Desplazarse por todo el ambiente, agacharse y sentarse.
- Cambiar la posición del niño, pasar de supina a prona, cuerpo en suspensión.
- Repetir los desplazamientos anteriores.
- Nuevamente cambiar la posición del niño, suspender por el costado izquierdo.
- Realizar los desplazamientos mencionados.
- Aplicar los mismos movimientos con el cuerpo suspendido en el costado derecho.



- ¿Qué entiende usted por correcto ?

#### EJERCICIO N° 406

- Posición inicial prona.
- El estimulador se acostará en el piso en posición prona.
- Sobre su espalda se acostará el niño en posición prona.
- Elevar los brazos del niño, y enlazarlos en el cuello del estimulador.
- El estimulador comenzará a deslizarse realizando movimientos con los brazos.
- Todo el cuerpo se deslizará sin realizar movimiento alguno.
- Desplazarse en diferentes direcciones.
- Girar en diferentes direcciones.



- Defina el concepto “ejercicio de estimulación temprana”.

- Si bien un niño tarda en responder, siempre responde.

#### EJERCICIO N° 407

- Posición inicial prona, sobre la espalda del estimulador.
- Estimulador en posición prona, piernas extendidas.
- Elevar los brazos del niño y aferrarse de los hombros del estimulador.
- Piernas abiertas con las puntas de los pies apoyados en el piso.
- Sin elevar el cuerpo, el estimulador comenzará a reptar lentamente.
- Reptará moviendo alternadamente brazos y piernas.
- Tener presente que el niño deberá mantener el equilibrio sobre el cuerpo.
- Reptar hacia diferentes direcciones.
- Sin despegar el cuerpo del piso, realizar giros en ambas direcciones.



- Recuerde, el grupo familiar habrá de trabajar siempre teniendo en cuenta la división de tareas.

#### EJERCICIO N° 408

- Posición inicial prona sobre la espalda del estimulador.
- Estimulador arrodillado, con los glúteos apoyados sobre los talones.
- El torso estará inclinado levemente hacia adelante.
- Ubicar al niño sobre la espalda, con los brazos aferrando el cuello.
- Piernas estiradas y juntas.
- Si fuera necesario, sostener por las manos al niño.
- Lentamente inclinar el torso hacia el piso y permanecer unos segundos.
- Elevar el torso hasta que el niño apoye nuevamente los pies en el piso.
- Repetir siempre lentamente.



- No importa cuanto habrá de hacer.....sí importa qué puede hacer.

- El ejercicio diario y constante permite al niño incorporar la imagen de su propio cuerpo.

#### EJERCICIO N° 409

- Posición inicial prona sobre la espalda del estimulador.
- Estimador arrodillado, brazos estirados con las manos apoyadas en el piso.
- Glúteos apoyados sobre los talones.
- Ubicar al niño sobre la espalda con los brazos estirados aferrando el cuello.
- Elevar los glúteos hasta quedar en posición cuadrúpeda ( gateo ).
- Bajar lentamente los glúteos hasta quedar en posición inicial
- No desplazarse.
- Aplicar leve balanceo hacia diferentes direcciones.
- Si se presenta alguna variable, aplíquela



- La práctica de ejercicios estimuladores, permite relacionar las partes del cuerpo entre sí.

#### EJERCICIO N° 410

- Posición inicial prona sobre la espalda del estimulador con las piernas estiradas.
- Estimador arrodillado con los glúteos apoyados en los talones.
- Torso totalmente inclinado; brazos flexionados, manos apoyadas en el piso.
- Ubicar al niño en la espalda, brazos abiertos aferrando el torax.
- Elevar lentamente los glúteos; elevar lentamente el torso.
- Quedar en posición cuadrúpeda.
- Desplazarse un paso hacia la derecha y volver.
- Repetir el movimiento hacia la izquierda.
- Puede aumentar los pasos hacia la derecha e izquierda.
- Volver a la posición inicial: bajar el torso y luego los glúteos.



- La imagen del propio cuerpo nos permite avanzar sobre el entorno.

- Concéntrese en los esfuerzos que el niño hace.

#### EJERCICIO N° 411

- Posición inicial prona sobre la espalda del estimulador.
- Estimulador arrodillado; glúteos apoyados sobre los talones.
- Brazos estirados con las manos apoyadas en el piso.
- Ubicar al niño sobre la espalda, piernas muy separadas.
- Piernas separadas; brazos aferrando el cuello.
- Elevar lentamente los glúteos; realizar leve balanceo.
- Comenzar a desplazarse hacia delante y hacia atrás.



- Analice los errores para poder avanzar.

#### EJERCICIO N° 412

- Posición inicial sentado en la espalda del estimulador.
- Estimulador arrodillado con los glúteos apoyados en los talones.
- Brazos flexionados con las manos apoyadas en el piso.
- Sentar al niño sobre la espalda; brazos estirados manos aferrando los hombros.
- Piernas separadas apoyando los pies en el piso.
- Elevar glúteos y torso simultáneamente, con mucha lentitud.
- Realizar todos los desplazamientos posibles.
- En este ejercicio necesitará ayuda de otra persona.
- Sostener al niño si fuera necesario.



- Un avance genera cambios.

- Trabaje con el potencial que el niño posee.

#### EJERCICIO N° 413

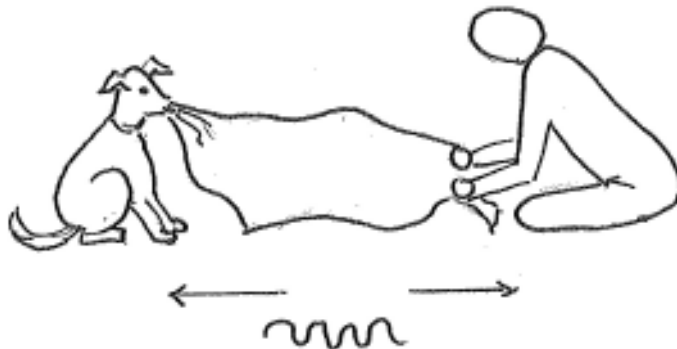
- Posición inicial sentado en el piso, piernas abiertas; siéntese frente a él.
- Brazos extendidos hacia adelante.
- Ubicar entre las piernas un canino de tamaño pequeño.
- Llevar las manos del niño hacia el lomo del animal.
- Recorrer con las manos el cuerpo del perro ( cachorro ).
- Enseñar a acariciar las diferentes partes recorridas.
- Acariciar con la mano derecha, luego la izquierda o ambas.
- Implementar variables si ello es posible.



- En cada movimiento el niño emplea tiempos diferentes.

#### EJERCICIO N° 414

- Posición inicial sentado en el piso: siéntese al costado derecho y/o izquierdo.
- Ubicar al cachorro frente al niño, con un trozo de tela en la boca.
- Ayude al niño a tomar un extremo de la tela.
- Enseñe a tironear suavemente en un comienzo.
- Enseñe a tironear con más fuerza, iniciando un juego con el animal.
- Realizar el ejercicio con ambas manos al inicio.
- Trabajar con una mano ( derecha y/o izquierda ).
- Incorporar las variables posibles.



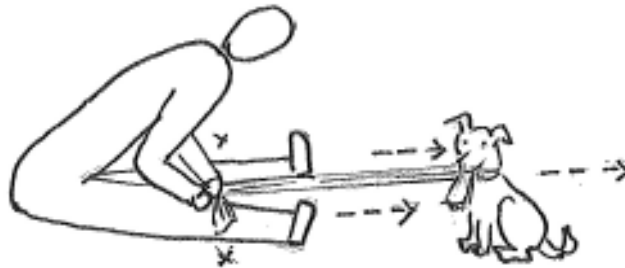
- El niño habrá de organizar su propio espacio.



- El mínimo movimiento logrado, representa el gran avance.

#### EJERCICIO N° 415

- Posición inicial sentado en el piso; ubíquese al lado del niño (derecha y/o izquierda).
- Ubicar un cachorro frente al niño y jugar.
- Tomar un extremo de una cinta con ambas manos.
- Colocar el otro extremo en la boca del animal.
- Sostener la cinta; lograr que el animal tire de la cinta.
- El niño no debe tirar de la cinta.
- Realizar los mismos pasos utilizando una mano.
- Incorporar todas las variables que enriquezcan el ejercicio.
- Repetir con otros elementos.



- A veces el no desarrollo de la motricidad no nos permite el avance intelectual.

#### EJERCICIO N° 416

- Posición inicial supina acostado; arrodillarse al lado.
- Piernas extendidas y/o flexionadas, juntas y/o separadas.
- Manos apoyadas sobre el vientre u otra zona.
- Ubicar un cachorro sobre el vientre y hacer que el animal camine por todo el cuerpo.
- Posteriormente retirar el animal del cuerpo y repetir.
- Cambiar la posición inicial: supina a prona; repetir los mismos pasos.
- Trabajar sobre costado izquierdo y/o derecho.
- Organizar un juego y repetir.



- Nunca olvide que un niño siempre aprende jugando.

- Ayude al niño a relacionarse con los animales.

#### EJERCICIO N° 417

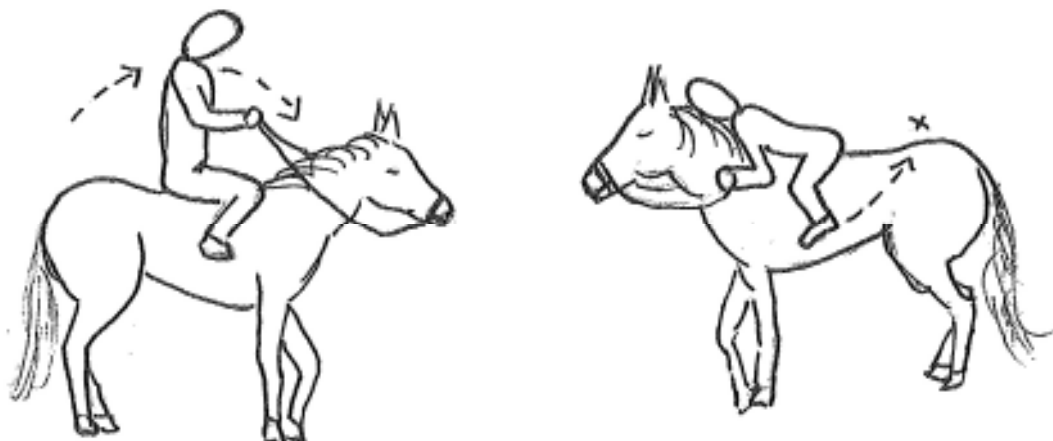
- Posición inicial sentado en el piso.
- Piernas apenas separadas; brazos estirados con las manos apoyadas en las piernas.
- Ubicar sobre las piernas un pequeño animal.
- Colocar las manos del niño sobre el lomo del animal.
- Tomar con ambas manos al animal y ayudar a sostenerlo.
- Posteriormente intente con una u otra mano.
- Incorporar todo movimiento posible que permita jugar con el animal.



- Antes de iniciar el juego con animales, asegúrese que nadie corre riesgo de lastimarse.

#### EJERCICIO N° 418

- Posición inicial sentado sobre el lomo de un pequeño caballo.
- Previamente acercar al niño al animal y ayude a acariciar su pelaje.
- Camine alrededor del caballo; iniciar la marcha junto con el animal.
- A continuación ubicar al niño sobre el lomo en posición prona.
- El animal iniciará su marcha lentamente. No trotar.
- En un comienzo sostener de la mano al niño.
- Posteriormente ayudar a mantener el equilibrio sobre el animal.
- Implemente variables siempre de acuerdo con el entrenador.



- Recuerde, siempre habrá de verbalizar cada movimiento que está realizando.

- Pernita que un pollito se alimente en la palma del niño.

#### EJERCICIO N° 419

- Posición inicial sentado en el piso, con una caja entre las piernas.
- Brazos hacia adelante, con las manos apoyadas en los bordes de la caja.
- Colocar dentro de la caja, un pollito y/o patito.
- Apoyar una mano en el fondo de la caja y hacer que las aves caminen sobre ella.
- Colocar comida en la palma del niño y hacer que el ave picotee sobre la palma.
- Recorrer el cuerpo del ave, reconociendo cada una de sus partes.
- Volver lenta y suavemente al inicio.
- Incorporar variables que permita hacer comparaciones



- Acaricie el cuerpo del niño con un pequeño plumón.

#### EJERCICIO N° 420

- Posición inicial sentado en el pasto o arena, con una caja entre las piernas.
- Dentro de la caja habrá un ave con sus alas crecidas.
- Ayudar al niño a tomar el ave entre sus manos, sostenerlo y liberarlo.
- Colocar un animal en el regazo, sostenerlo y acariciarlo y dejarlo libre.
- Posteriormente ubicarlo en el hombro, sostenerlo y acariciarlo.
- Repetir e implementar variables.



- Acaricie el rostro del niño con un pequeño plumón.



**Ejercicio N° 400**



**Ejercicio N° 408**

Impreso en Argentina – Mayo 2013  
**VCR Impresores S.A.**  
[www.vcrsa.com.ar](http://www.vcrsa.com.ar)