



Juegos que promueven el buen desarrollo psicomotor de niños de 1 a 3 años.

Alerta: ¿Querido padre de familia sabes lo que es un juego? ¿conoces la importancia de este? ¿cuánto tiempo pasa pegado a la pantalla tu niño? ¿no habías pensado en esto verdad? ¿consideras que tu niño es inquieto? te daremos algunos tips para q gastes energía con tus hijos y de paso les ayudes en su desarrollo psicomotor.

Volumen 1

Edades y Juegos Sugeridos

¿Qué es el Juego?:

El juego es una actividad que realizamos todos los seres humanos desde la primera infancia de manera individual o colectiva estimulando el desarrollo mental y física además de interactuar con otros.

El mismo no tienen edad para ser practicado y depende del interés de quienes lo realizan



Qué es Psicomotricidad:

Es un conjunto de actividades que facilitan el desarrollo cognitivo físico y emocional a través del juego y el movimiento permite el reconocimiento del cuerpo asociando concepto y relacionándolo con el entorno.

Importancia del Juego:

El juego es esencial para el neurodesarrollo; jugando los niños desarrollan habilidades cognitivas, sociales y físicas que son las bases para su vida adulta.

a través del juego los niños aprenden a su propio ritmo.



Camino de obstáculos. Desarrolla su balance y motricidad gruesa.

¿Qué necesitas? Cojines, almohadas, elementos blandos

¿Cómo jugar? Crea un camino de obstáculos con los cojines y luego toma a tu hijo de los brazos (este juego es para niños que ya saben caminar) y ayúdalo a pasar de un lado del camino al otro. Puede saltar los cojines o simplemente subir sus piernitas y pararse arriba de ellos. Esta actividad le ayudará a desarrollar los músculos de las piernas y mejorar su balance.



Beneficios

Motora Gruesa 2

Emocional 2

Social 2

Cognitivo 3

Creativo 4

Lenguaje 5

3 años:

Que juego:

*Las Escondidas:



*Escalar:



* Pase de Pelotas

Para que: Estimula Equilibrio, coordinación se puede jugar con 1 o varios niños.



CREAR CONCIENCIA EN LOS PADRES DE LA IMPORTANCIA DEL JUEGO PARA EL DESARROLLO PSICOMOTOR DE LOS NIÑOS Y

1 año:

que juego:

*Lanzar Pelota

*Patear Pelota

*Juego de Arrastrar y halar.



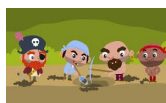
2 años:

Que juego

*Burbujas



*Búsqueda del Tesoro:



Para que: Estimula coordinación ojo/mano, Ojo/pie

*Seguimiento de órdenes

* Espera de Turno.

* Conejo Saltarín:



Para que: Fortalece la musculatura, implican ejercicios aeróbicos, coordinación y equilibrio.



Instituto Panameños de Rehabilitación Especial
Dirección Nacional de Servicios Técnicos Médicos
IPHE Herrera
Lic. Rosa Baule
Lic. Natividad Quintana
Fisioterapeutas