

GUÍA PARA PADRES



Nombre: Janeth Eloisa Pinzón, edad: 7 años, reside en Boquete

Es en nuestra casa donde exploramos, nos enriquecemos de experiencias; es ahí donde inicia la diversión. Junto a los padres, hermanos y demás miembros de la familia podemos jugar, aprender a ser independientes y auténticos. Te quiero ofrecer Janeth algunas actividades que tus familiares van a adaptar desde tu casa para que tu desarrollo siga siendo favorable.



Las siguientes actividades o juegos los podrán adaptar al entorno en el hogar. Estas son sugerencias para potenciar las habilidades de Janeth y también crear un entorno de diversión, liberar un poco la tensión que vivimos.

Estas actividades las pueden modificar y ustedes deciden el tiempo para realizarlo.

Juego #1: ponerle la cola al burro (o a cualquier animal)

OBJETIVO

Trabajar términos relacionados con los desplazamientos en el espacio y en el tiempo del niño/a en relación con los objetos y de los objetos en relación con el niño/a para aprender y conocer los nombres de los animales.

DESCRIPCIÓN

El educador/a dibujará en una pizarra o recortará en papel de embalar un burro y, aparte confeccionará de papel o de cuerda, una cola, en cuyo extremo superior irá una cinta adhesiva o una chincheta.

El niño/a con los ojos vendados, y después de haber dado varias vueltas sobre sí mismo, para desorientarle, deberá colocar la cola al asno en el lugar debido. Los compañeros/as le orientan indicando: arriba, abajo, ala derecha, etc.

Una vez que ha pinchado, si acertó gana y si no lo hizo pasa la cola a otro niño/a. Los niños/as pueden dividirse en equipos y gana el que menos jugadores haya necesitado para colocar la cola al asno. Al poder dividirse en equipos se facilita la integración de niños/as con discapacidad motora.

Observación: se puede modificar y trabajar con todos los animales, escoger un animal y ponerle una parte de su cuerpo.

Juego #2: canción debajo un botón

OBJETIVO

Disfrutar del ritmo y la música al tiempo que se trabaja la articulación y la participación en grupo.

DESCRIPCIÓN

Se colocan las sillas en círculo. Una vez sentadas se les explicará que vamos a cantar una canción que seguro ya conocen y por tanto todas pueden participar.

Los elementos de la canción estarán representados con pictogramas y que la persona adulta mostrará cuando cantan: el botón, Martín, el ratón.

El grupo además de cantar tendrá que tocar palmas o pies, pudiéndose distribuir pies o palmas atendiendo a las características específicas del grupo.

Canción

Debajo un botón , ton (pies) que encontró Martín tin, tin (palmas)
había un ratón, ton , ton (pies)hay que chiquitín
tin, tin (palmas) hay que chiquitín tin, tin (palmas)
era aquel ratón, ton, ton (pies) que encontró Martín
debajo de un botón ton , ton (pies).

RECURSOS

- Materiales: Sillas y pictogramas.
- Humanos: Una persona adulta, los niños y las niñas.
- Ambientales: Este juego puede realizarse tanto en interior como en exterior.

VARIACIONES

Una vez superada esta primera fase se pueden cambiar las palabras, sustituyéndolas por animales que rimen con botón (león, halcón, dragón...) o juguetes (avión, camión), atendiendo a las preferencias de las personas participantes.

Observación: pictogramas, no es más que imágenes de artículos o mensajes que Janeth debe aprender (los pueden descargar de internet y pegarlos en páginas blancas).

La canción también se puede descargar de internet.

Juego #3: el globo tocón

OBJETIVO

Relacionar cada parte del cuerpo con el tacto, para conocer el cuerpo humano a través del contacto con el globo.

DESCRIPCIÓN

Se forman parejas, un componente de cada pareja tendrá los ojos tapados con un pañuelo mientras el otro componente sostendrá un globo inflado en una mano, el que tiene el pañuelo estará echado boca arriba y su compañero/a estará tocándole con el globo por todas las partes de su cuerpo, el niño/a que está con el pañuelo deberá adivinar la parte que les está tocando diciendo: "brazo izquierdo", "mano derecha" etc. el juego consiste en conocer el cuerpo humano.

RECURSOS

- Materiales: Globos y pañuelos.
- Humanos: Una persona adulta y los niños y niñas.
- Ambientales: Espacios amplios interiores o en el exterior.

TEMPORALIZACIÓN

De 3 a 5 minutos con cada bebé.

VARIACIONES

Las variaciones posibles son las distintas texturas de los globos y los pañuelos.



Juego #4: el globo loco

OBJETIVO: favorecer la coordinación motriz mediante actividades en equipo para agilitar el movimiento y con ello varias destrezas.

FUNDAMENTO:

El movimiento se desarrolla con el tiempo, según un ritmo dado o su organización propia. Estas actividades permiten fomentar la interacción social, emocional, fortalecer lazos de unión con sus compañeros de clase, favorecer el despertar de la personalidad sobre el plano del lenguaje emocional.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

1. Debemos formar parejas por afinidad.
2. Darles un globo a cada pareja.
3. Con un fondo musical ellos deben bailar con el globo en el abdomen.
4. Decirle que si dejan caer el globo o si este se les rompe estarán eliminados.
5. Cada vez decirles que cambien de lugar el globo pero sin sujetarlo con las manos.
6. La pareja que logre mantener el globo sin hacerlo caer será quien gane.



Juego #5: carrera de sacos



FUNDAMENTO:

Las carreras de sacos van más allá de la simple reproducción de movimientos y gestos, involucra la espontaneidad, la creatividad, la intuición, etc.

MATERIALES

Sacos tejidos, que lleguen hasta la cadera de los participantes.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1. Los participantes deben meter los pies dentro del saco o la bolsa y esperar que alguien dé la orden de salida.
2. Para iniciar la carrera, los participantes deben mantener agarrado el saco con una mano para evitar que caiga por debajo de las rodillas y mantener mientras el equilibrio para poder saltar.
3. Durante toda la carrera los alumnos deben tener las dos piernas en la bolsa hasta llegar a la línea de meta.
4. Gana quien llega primero a la línea de meta.

EJERCICIOS PARA LA COORDINACIÓN Y EL EQUILIBRIO ESTATICO (LUEGO SE ADECUA PARA HACERLO DINAMICO)		
1. Parase en la punta de sus pies, primero con ayuda y después de varias practicas lo debe realizar sola	La actividad se modifica cuando se le pide a Janeth caminar en la punta de sus pies. Para esta actividad ponemos una señalización de inicio y otra señalización al final.	Se puede incluir, luego que Janeth ha superado los puntos anteriores, que ella al desplazarse lleve de un extremo a otro un objeto, o si están estudiando a armar frases, ideal sería que en cartulina escriban las palabras para armar las oraciones y cuando va de un extremo a otro lo realice.
2. Pararse en la punta de un solo pie, mientras dobla el otro pie, primero con ayuda y luego sola y alterna los pies, esto es de forma estática.		
3. Pararse en los talones, con ayuda y luego sola.	La actividad se modifica al igual que las actividades del punto 1.	
4. Jugar bolos, donde Janeth cuando va a lanzar la bola debe pararse sobre un pie y tirar la bola. Alternamos los pies, primero el derecho y luego e izquierdo.	Los bolos se pueden confeccionar en casa con unas botellas plásticas y se pueden llenar de agua o arena para que pesen un poco y así se le ponga dificultad a la actividad. 	
Saltar soga 	  Llevar un objeto en la mano cuando se trabaja sobre un pie	



EJERCICIOS PARA LA COORDINACIÓN DINÁMICA DE LAS MANOS

1. Se coloca de pie, lleva sus brazos al frente estirados, y luego de tenerlos así realiza los movimientos como si estuviera abriendo una puerta.

La actividad se modifica cuando en esa posición Janeth realiza movimientos de sus brazos cruzados

Posteriormente el adulto le indica que va a usar los términos de derecha e izquierda con referencia a las partes de su cuerpo. Ejemplo (con tu mano derecha vas a tocar tu hombro izquierdo)

EJERCICIOS PARA LA COORDINACIÓN OJO-MANO

1. Lanzar objetos al interior de una canasta, primero con ambas manos y luego con una mano. La distancia puede ser como 2 metros desde Janeth a la canasta

2. Lanzar una pelota al aire y apañarla.
3. Se desplazara pateando una pelota desde un punto inicial y la va a llevar hasta un punto final.
4. Luego van a colocar obstáculos en línea recta (pueden ser conos, o envases de jugo plástico llenos de agua o arena) para que Janeth de esta forma lleve la pelota en zig zag



Podemos modificarlo para trabajar conceptos frases, con palabras e imágenes que estén trabajando con la maestra.

Con las botellas de los bolos podemos jugar a lanzar aros (los aros se confeccionan con platos plásticos, se le recorta la parte del centro y queda un aro)



Con latas vacías podemos decorarlas y jugar a tumbarlas con una pelota, ya sea



Rayuela. Lanzando un objeto en cada numero y trabajar saltando sobre un pie

	pateando o tirando con la mano.	
--	---------------------------------	--

Licenciada
Mónica Casasola
Fisioterapia 949