

Estimulación Temprana en el Desarrollo de la Motricidad Gruesa, consejos prácticos para el hogar en niños de 0 a 3 años



Integrantes

- ✓ TÉC. Amalia Rodríguez
- ✓ LICDA. Caroll Quijada
- ✓ LICDA. Denis Y. Vargas
- ✓ LICDA. Irelia Jordán
- ✓ LICDA. Lisbeth Concepción
- ✓ LICDA. Walkiria Martinez
- ✓ LICDA. Yisela Jaramillo
- ✓ LICDA. Yuranis Quintero

**INSTITUTO PANAMEÑO DE HABILITACIÓN ESPECIAL
DIRECCIÓN DE SERVICIOS TÉCNICOS Y MÉDICOS
PROYECTO TRABAJO REMOTO
PERSONAL TÉCNICO DEL IPHE**

13 de abril de 2020

GRUPO: # 2 ESTIMULACIÓN TEMPRANA IPHE – CHIRIQUÍ

INTEGRANTES

COORDINADORA: WALKIRIA MARTINEZ PONCE

Irelia Jordán

Lisbeth Concepción

Carol Quijada

Yisela Jaramillo

Yuraniz Quintero

Amalia Rodríguez

Denis Vargas

TEMA: Estimulación Temprana en el desarrollo de la motricidad gruesa, consejos prácticos para el hogar en niños de 0 a 3 años.

**ESTRATEGIA: CÁPSULAS INFORMATIVAS POBLACIÓN:
PRIMERA INFANCIA**

JUSTIFICACIÓN: la coordinación motora gruesa está orientada hacia el desarrollo de los músculos del cuerpo, específicamente tronco y extremidades inferiores y debe darse en un marco de posibilidades que impliquen en el niño a que mueva su cuerpo a través de actividades básicas y juegos dirigidos. Desde el nacimiento el ser humano, se le hace necesario moverse para un óptimo desarrollo que garantice que en una edad adulta habrá adquirido las destrezas y habilidades a través del movimiento del cuerpo; los niños deben aprender a mantener controles precisos de sus movimientos ejercicios de equilibrio y coordinación, hace referencias a movimientos amplios que engloban varios grupos musculares como el control de la cabeza, la sedestación, girar sobre sí mismo, gatear, arrodillarse, mantenerse de pie, saltar.

Es por todo lo mencionado anteriormente que se hace necesario vigilar cuidadosamente la evolución del desarrollo para registrar sus progresos y las posibles alteraciones a fin de evitar o prevenir retrasos en la producción de

sus movimientos, haciendo la aclaración de que cada niño tiene su propio ritmo de desarrollo y todo inherente a la maduración e influencia del medio ambiente, nutrición y hábitos de salud.

Por lo tanto, atendiendo con prioridad el plan institucional y de gobierno, el cual da énfasis en el desarrollo infantil temprano como base fundamental para el logro de un desarrollo óptimo y enfrentando hoy día una pandemia mundial, que no escapa nuestro país, se hace necesario seguir orientando a los padres, con consejos prácticos y sencillo desde sus hogares, los cuales pueden llevar a cabo sin complicaciones y así prevenir alteraciones en el desarrollo y ayudar a corregir si se presentan.

Todo ello se dará a través de cápsulas informativas que llevarán toda la información requerida para la ejecución en casa.

Objetivo General:

Desarrollar actividades de motricidad gruesa que garanticen la estructuración, organización y maduración corporal, llevadas a cabo en el hogar.

Objetivos Específicos:

1. Orientar a las madres en actividades sencillas desde el control cefálico hasta la bipedestación.
2. Afianzar el desarrollo del motor grueso en niños de 0 a 3 años con actividades y consejos para los padres para realizar desde el hogar.
3. Diseñar capsulas informativas del área motora gruesa para niños de 0 a 3 años.
4. Utilizar el juego como una herramienta práctica para desarrollar actividades en la motricidad gruesa de los niños de 0 a 3 años.



Estimulación Temprana en
el Desarrollo de la
Motricidad Gruesa,
consejos prácticos para el
hogar en niños de 0 a 3
años



Integrantes

Licda. Walkiria martínez

Licda. Denis Y. Vargas

téc. Amalia Rodríguez

Actividades Motoras

0 a 1 año



Coloque al bebé en posición boca abajo con ayuda de una almohadilla en el pecho en esta posición fortalecerá el control de su cabeza



carguelo viendo hacia el frente, seguirá fortaleciendo su cabeza



Ejercite sus piernas, muevalas suavemente como un pedaleo.



A los 4 meses ayúdelo a mover sus caderas, haga rotaciones suaves de izquierda a derecha.

Actividades Motoras

0 a 1 año



A partir del 5 mes inicie a sentarlo con apoyo en una cajeta, platón, coloque algo que le ayude a soportar su peso..



Dejelo mas tiempo en el suelo, en una superficie suave y firme, con estímulos hacia el frente para el inicio del arrastre

Actividades Motoras

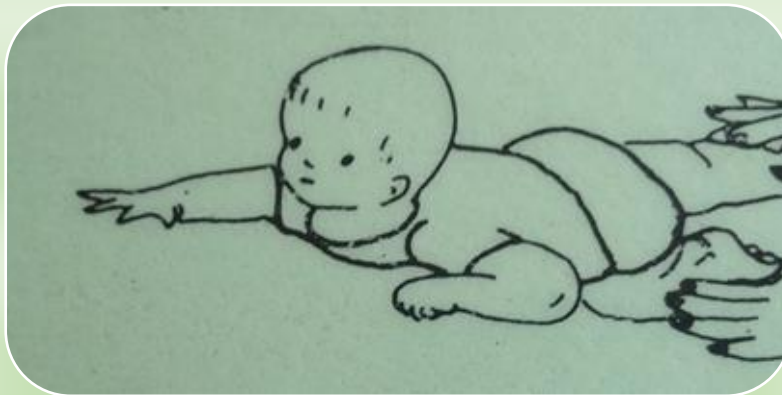
0 a 1 año



Acuesta al niño boca arriba tómallo por las manos, ve jalándolo suavemente hasta que se siente.



Siéntale con la ayuda de varios cojines para evitar que se vaya de lado.

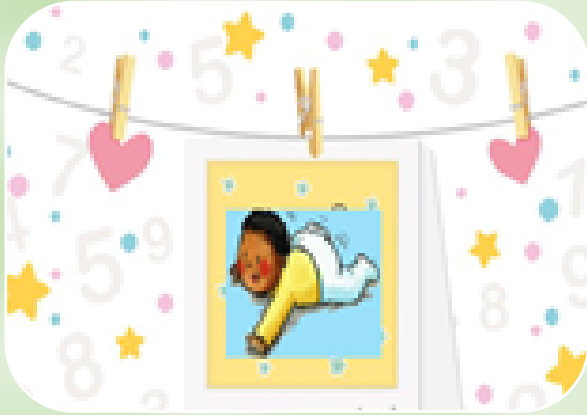


Coloca al niño boca abajo pon un juguete un paso delante de él. Agarra la planta del pie con tu mano a manera de apoyo y flexionándole una pierna empújalo suavemente para que se arrastre hacia el juguete.



Actividades Motoras

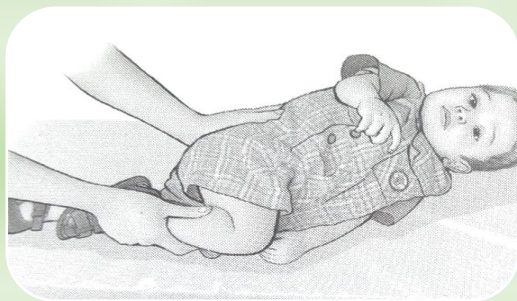
0 a 1 año



cuando el niño logre arrastrarse, coloca obstaculos para que sea capaz de arrastrarse sobre ellos.



soten al niño por la cintura y echalo hacia adelante, como si fuera a caerse, de esta forma el extendera sus manos para protegerse, así le ayudaras al desarrollo del reflejo de paracaídas.



Coloca al niño bocarriba, para girarlo flexiona la pierna para donde se va a voltear, coloca tu mano en su cadera y empujalo un poco, animalo para que complete el movimiento.



Sienta a tu niño en el suelo con las piernas extendidas, sin que apoye las manos en el piso.

Tómalo por la cintura y empujale al frente ligeramente para que coloque sus manos en el suelo a fin de protegerse y no caerse.

Actividades Motoras

0 a 1 año



Elabora un rodillo con una toalla o manta y coloca al niño boca abajo sobre éste; al tenerlo en esta posición, deja cerca de él su juguete preferido y motívalo para que lo alcance.



Con una toalla o tela pásala por debajo del pecho del niño y agarra los dos extremos por encima, alza al bebé para que quede en posición de ganeo.

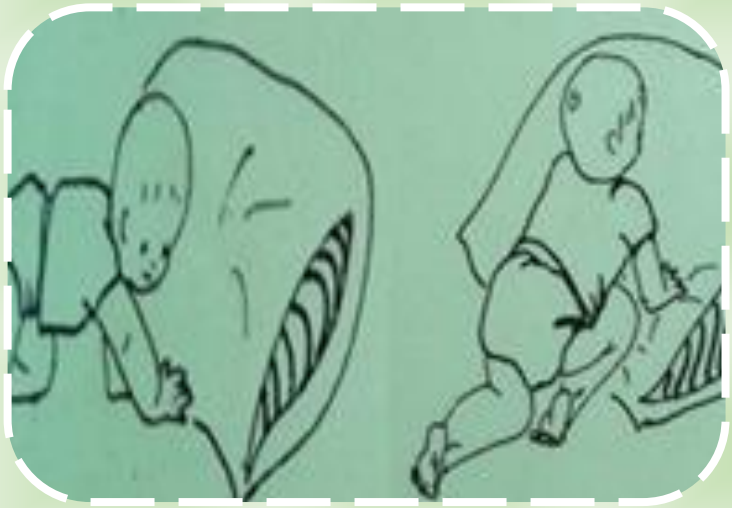


coloque al niño en posición de ganeo, si es capaz de manter la posición, provoca balanceos para conseguir un mejor apoyo de manos y piernas

Actividades Motoras

0 a 1 año

Cuando el niño logre gatear sin dificultad, ejercita el gateo colocando obstáculos (cojines, colchonetas o estira tus pies) para que pase sobre ellos en busca de algún juguete al otro lado.



Bríndale juguetes para que juegue mientras estás sentado.



Actividades Motoras

0 a 1 año

Es de gran importancia para el padre de familia participar activamente en el crecimiento y desarrollo de sus hijos.



Realizar ejercicios apropiados que le ayuden al fortalecimiento de manos y piernas, como por ejemplo de sentado tomarlo de las manos y ponerlo de pie.

incorporar movimientos de fuerza en las piernas frente a una mesa sillón o silla.



**Fortalecer
las piernas**

192 b16192
1019661

Actividades Motoras

0 a 1 año



Poner al niño de pie apoyado en un mueble para mantenerse en la posición de pie y fortalecer sus piernas.



Colocar al niño de pie (haciendo lo que normalmente llamamos solitos) manteniéndolos atentos a que el niño no se lastime



Colocar en la cintura del niño un pañal o sabana para ayudarlo a sostenerse de pie por algunos segundos, iniciando y al pasar de los días por minutos, hasta lograr el objetivo



Actividades Motoras

0 a 1 año



poner al niño de pie, llámelo o mostrarle objetos llamativos que no estén a su alcance y le sirva de motivación para dar pequeños pasos



colocar al niño en una especie de barra o baranda que se mantenga firme para que el mismo la utilice como pasa manos y logre ir adquiriendo confianza para desplazarse.



Al transcurrir de todas estas prácticas en familia el niño debe tener la confianza suficiente para dar sus primeros pasos.





MOTOR GRUESO DE 1-2 AÑOS

*Integrantes: Yurany Quintero Samudio
Caroll Quijada*



MOTORA GRUESA 1-2 AÑOS



Bailar con ritmo

procurando que el niño tome el ritmo de la música constante.
coordinar los movimientos musculares como lo son ,marcha y equilibrio,



Imitar movimientos

la mamá con ayuda de palmadas y canción de los conejitos le indicara al niño como imitarla canción de los conejitos saltan, saltan los conejitos, nueve mueve sus orejas largas,escarban la tierra...etc



Pisando Huellas

lograr que el niño pueda situarse con sus piecitos sobre la huellas ubicadas en el suelo, siguiendo la indicación de mami:pisa la huellas de color rojo.



conociendo nuestro Espacio

fortalece el ritmo y coordinación, estimular la ubicación y lateralidad con canciones rítmicas:
ELCOCODRILO DANTE...



1-2 años: el niño anda solo y puede subir escalones con ayuda.su curiosidad le hace tocar todo y se puede sentar en una silla, agacharse, etc, a los 2 añitos el niño puede saltar con los dos pies juntos. se pone en cucullas sube y baja escalera con apoyo de la pared.

MOTORA DRUESA DE 1-2 AÑOS



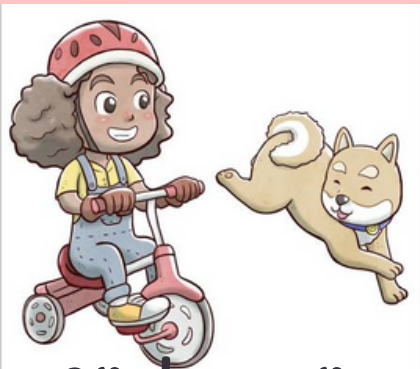
Rayuela de los animales de la granja

La mamá demostrara al niño como es saltar alternando los pies y a su vez fortalecerá el equilibrio, cada vez que salte en un cuadrante el niño imitara el animal de cada cuadrante



EL CIRCUITO

La mamá demostrara al niño como es el ejercicio, utilizando objetos de casa que donde el niño pueda derrumbar objetos, caminar manteniendo equilibrio, saltar ,pasar debajo de una barra, arrastrarse como soldaditos.



jugando con mi triciclo

La mamá empujara inicialmente al niño ya sentado en su triciclo, luego el niño practicara el pedaleo.
una vez su niño domine el triciclo, lo puede hacer mas divertido trazando una pista con una tiza.



Me divierto con las rondas

El niño tendrá movimientos corporales con la dramatización de la ronda de LOS POLLITOS DICEN PIO PIO, PIO CUANDO TIENEN HAMBRE, CUANDO TIENEN FRIO...



BENEFICIOS PARA EL NIÑO:

- *favorece el desarrollo del control muscular y equilibrio,
- *fomenta la inteligencia.
- *fortalece el vínculo afectivo con los padres.
- *fortalece el planeamiento motor.

MOTOR GRUESO DE 1-2 AÑOS



conociendo nuestro cuerpo

con ayuda de mi mama conozco mi cuerpo, canto y bailo tocando cada parte de mi cuerpo como lo indica la canción.

CABEZA CARA HOMBROS PIE-
HOMBRO PIE-HOMBRO PIE Y
UNAVUELTA ENTERA.bis)

asociación de figuras con colores primarios

Inicialmente la mamá explicara al niño:¿ que es una estrella?,
¿que es un corazón?,
¿que es un circulo?,
también explicara los colores primarios.

*con ayuda de un dado con estrella amarilla, corazón rojo, circulo azul,
* el niño debe tirar el dado, ejem:si cae en corazón rojo el niño debe correr y buscar un corazon rojo que mama escondio en casita.

competencias

Juego con mis primitos y amiguitos,
La mamá les muestra como son los juegos.

*coloca 3 vasos desechables en el piso separados uno del otro.

*el niño debe pasar al rededor de los vasos en diferentes posiciones, el más rápido se le incentivara con un premio.

*posiciones: gateo,manos y pies en el piso sin poner rodilla, arrastrarse como soldadito y correr en pintillitas,



visitar el parque con los amiguitos, estimula mi área social y su vez desarrollamos habilidades motoras como lo son subir bajar, balancearse, surrarsen escalar.



Desventajas de no estimular el área motor grueso.

El niño puede tener problemas para gatear, caminar , correr e ir en bicicleta o nadar, si no se estimula el motor grande de los músculos, los niños deben aprender a controlarlos para ser mas precisos en sus movimientos, ejercitar su equilibrio y coordinación.

MOTORA GRUESA 1-2 AÑOS

Coordinación y Equilibrio



Coloca varios cojines en el suelo, poner al niño para que gatee encima de ellos, le ayudara a desarrollar su psicomotricidad gruesa.

Tuneles con cajas de cartón



Colocar cojines como si fueran obstáculos, hacer túneles con cajas de cartón, por las que el niño tendrá que pasar para llegar a su juguete favorito

Rodar una Pelota

Poner a el niño que visualmente siga la pelota, el niño deberá agarrarla cuando la pelota rueda. la madre se sienta a una distancia prudente la tira suavemente hacia el. comenzará a rodarla hacia diferentes direcciones



Burbujas

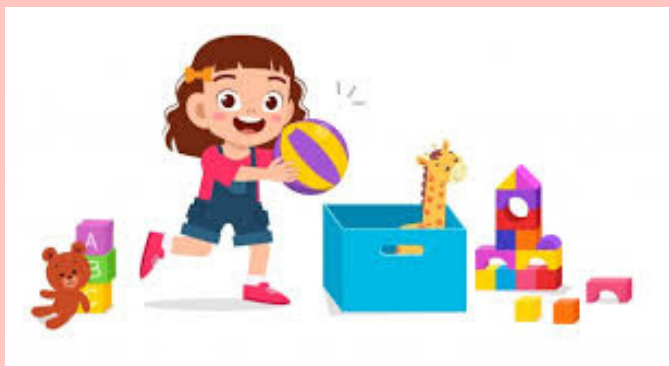


Hacer burbujas para que los niños se movilen corran, salten a tratar de romper las burbujas.

1 a 2 años : El niño puede caminar, correr, saltar subir y bajar... La motricidad gruesa es directamente relacionada con estas y muchas habilidades y destrezas que los niños desarrollan durante su crecimiento.

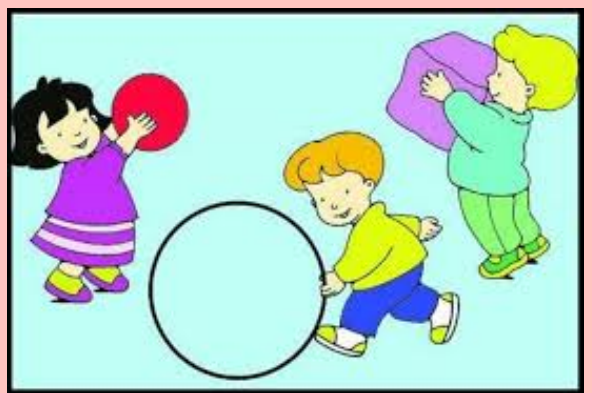
MOTORA GRUESA 1-2 AÑOS

Mejoro mi Equilibrio



Enseñarles a recoger los juguetes del suelo, ayudara a mejorar su equilibrio.

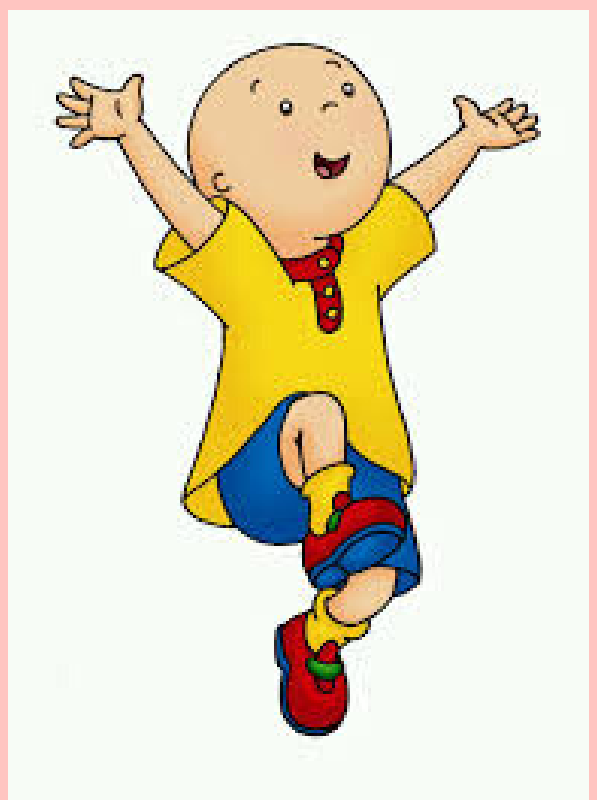
Movemos el Cuerpo



Guindamos un hula-hula e incentivamos al niño a meter una pelota dentro del aro.

Brinca, Brinca!

un ejercicio muy práctico que debemos fomentar en el niño es el ponerle a brincar ya que a través de él trabajamos: confianza en sí mismo, madurar su sistema muscular y esquelético, mejorar la coordinación, quemar energías. La motricidad gruesa es la habilidad de manejar el cuerpo para hacer movimientos grandes. ejercitar su equilibrio y coordinación.



El niño de 1 a 2 años va adquiriendo habilidades para mover armoniosamente los músculos de su cuerpo, mantener el equilibrio, agilidad fuerza, velocidad en sus movimientos.

MOTORA GRUESA 1-2 AÑOS

Los Bolos

con este juego podemos trabajar en los niños los brazos y las piernas en el lanzamiento. a su vez aprenden a coordinar los movimientos al tirar los bolos. así el niño podrá controlar su cuerpecito, le permite medir fuerza e intensidad y estimular su motricidad gruesa.



Derrumba la Pirámide

para este juego podemos utilizar envases de yogurt vacíos, colocamos al niño de pie o sentado. alejamos la pirámide del niño y le animamos a apuntar y derribar con una pelota pequeña. Trabajamos puntería y coordinación.



los niños de 1 a 2 años necesitan juegos y juguetes que estimulen su movilidad e inteligencia.

MOTORA GRUESA 1-2 AÑOS



Reunión de Globos

la madre esconderá globos por la habitación y elegirá lugares donde el niño tenga que agacharse y subir. el niño recogerá los globos y los colocará dentro de una canasta. con este juego podemos desarrollar capacidades musculares y movimientos.

Pintamos con los Pies

colocar un pedazo de papel manila en el piso lo aseguramos con cinta adhesiva, ponemos pintura de colores en los pies del niño; al pintar con sus piecitos y dar pasos trabajamos equilibrio coordinación y movimientos.



Al desarrollar la motricidad gruesa se ejercitan gran grupo de músculos, equilibrio y coordinación.



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años



INTEGRANTES:
LICDA. IRELIA JORDÁN
LICDA. YISELA JARAMILLO
LICDA. LISBETH CONCEPCIÓN



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años



REALIZAR JUEGOS
PARA AFIANZAR SU
EQUILIBRIO:
ARRODILLARSE,
CAMINAR EN
PUNTILLAS

REALIZAR CIRCUITOS
DE PSICOMOTRICIDAD,
PARA PONER A PRUEBA
SUS HABILIDADES.
POR EJEMPLO:
RAYUELA, SUBIR Y
BAJAR 2 ESCALONES,
CAMINAR SOBRE
DIFERENTES
TEXTURAS



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años

JUEGUEN A LOS
BOLOS: ACOMODE
ENVASES VACÍOS
PLÁSTICOS A UNA
DISTANCIA Y CON
UNA PELOTA
AYÚDELE A
LANZARLA PARA
QUE SE CAIGAN



IMITEN MOVIMIENTOS DE
ALGUNOS ANIMALES, COMO
LOS PERROS, GUSANOS,
MARIPOSAS. ENTRE OTROS.



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años

CONFECCIONE
CIRCUITOS CON
OBSTÁCULOS,
PARA QUE EL NIÑO
SALTE SOBRE
ELLOS



ENTREGUELE UNA PELOTA
AL NIÑO, INDICÁNDOLE
QUE LA PATE EN VARIAS
DIRECCIONES

Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años

COLOQUE UNA
CUERDA EN EL
PISO Y JUEGUEN
AL SALTAR
FUERA Y DENTRO
DE ELLA



INDIQUELE AL NIÑO QUE
SALTE EN UN SOLO PIES.



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años

CON SU TRICICLO
AYÚDELE PARA
QUE SIGA
LAS LÍNEAS
DIBUJADAS EN EL
PISO.



CONFECCIONAR
HUELLITAS DEL PIE DEL
NIÑO, CON PAPEL DE
DIFERENTES COLORES,
COLOCARLAS EN EL PISO
EN UNA DIRECCIÓN Y
PIDA AL NIÑO QUE
CAMINE SOBRE ELLAS.



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años

TOMAR AL NIÑO
DE LA MANO,
CON CUIDADO
PUEDA SUBIR
POR PEQUEÑOS
OBSTÁCULOS,
SALTE, CAMINE
POR EL BORDE

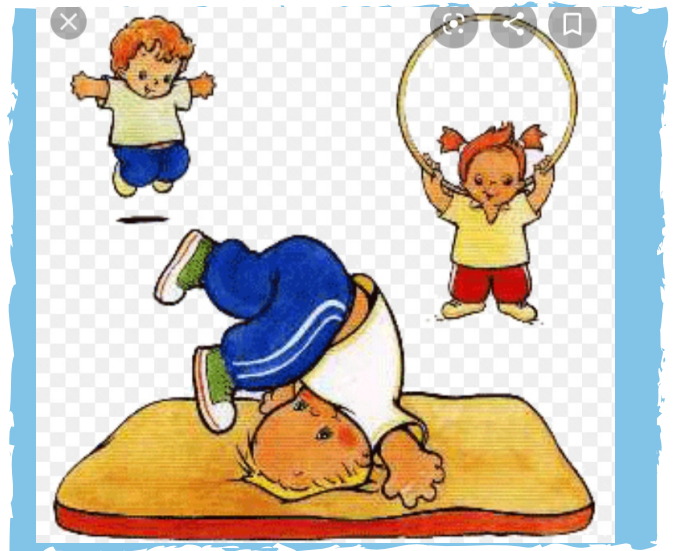


ANÍMELO A QUE SE VISTA
SOLO, PUES ALLÍ PONDRÁ
EN FUNCIÓN TODO SU
CUERPO.



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años

BRINCAR
SOBRE UNA
COLCHONETA
Y HACER
VOLTERETAS



CON UN ULA ULA,
PASARLO POR TODO EL
CUERPO, DE ARRIBA
HACIA ABAJO Y
VICEVERSA.



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años

CORRER, REALIZANDO
CARREAS, CONTANDO 1,2,3
CELEBRARLE LA ACTIVIDAD
AL FINALIZAR.
POR EJEMPLO: LO
LOGRASTE.

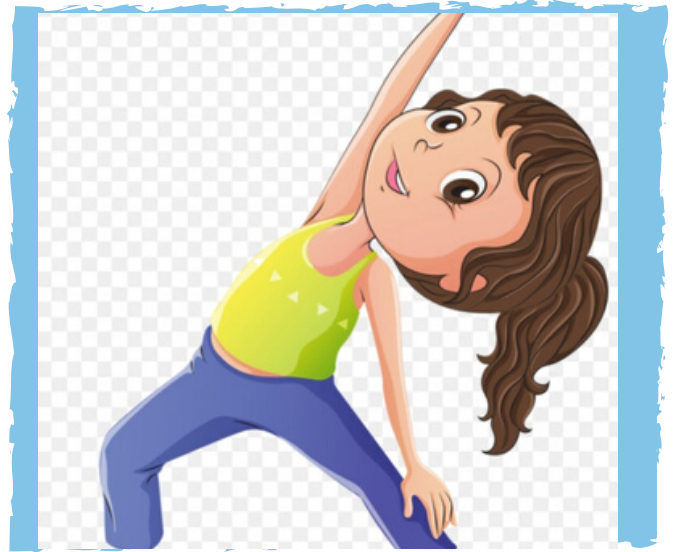


REALIZAR
ACTIVIDADES PARA
EL EQUILIBRIO,
CON DIBUJOS EN EL
PISO. LINEA RECTA,
CURVAS, CIRCULOS .
QUE CAMINE SOBRE
ELLAS.



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años

HACER EJERCICIOS,
ESTIRANDO SU
CUERPO EN
DIFERENTES
DIRECCIONES



BAILAR AL RITMO DE
LA MÚSICA, SUAVE,
RÁPIDO, LENTO Y MUY
RÁPIDO



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años

CON UNA LIGA
CAMINAMOS Y
SEGUIMOS AL QUE
VA ADELANTE



SENTADOS EN EL PISO
PASARSE LA PELOTA DE
ADELANTE HACIA ATRÁS

Y VICEVERSA



Actividades Motoras Gruesas para realizar en casa a Niños de 2 a 3 años

CAMINAR SOBRE
UNA TABLA, PARA
TRABAJAR SU
EQUILIBRIO



HACER RONDAS
CANTANDO,
DESPLAZÁNDOSE
DE
UN LADO AL OTRO



