



Servizio
Sanitario
della
Toscana



Con il patrocinio di
**REGIONE
TOSCANA**



Guía informativa

¡Juega conmigo!

Actividades recomendadas para estimular el desarrollo de las praxias



¡Juguemos juntos!

Queridos padres:

Este manual se ha creado con la intención de ofrecer consejos e ideas para jugar con vuestros hijos de una manera sencilla, creativa y ecológica.

Ideas que no se deben convertir en ejercicios o pruebas lúdicas para que vuestros hijos las experimenten como si estuvieran en la escuela o durante la terapia, sino que deben ser experiencias agradables de intercambio, descubrimiento y conquista de habilidades.

Ideas para desarrollar juntos que pueden ser muy útiles para pasar esas tardes en compañía, que ayudan a evitar la exposición prolongada a la televisión y que refuerzan la autoestima y la autoeficacia.

La Importancia del juego

«Los juegos de los niños no son solo juegos, sino sus actividades más serias»

Michel de Montaigne

A través del juego

Los niños descubren y experimentan:

- su cuerpo
- la relación con los demás y con los objetos
- el espacio que le rodea

De esta forma aprende habilidades necesarias para un desarrollo en armonía (emocional-relacional, cognitivo, lingüístico, 3 motor-práxico)

¡Ponte a jugar!

Cuando juegues con tu hijo o hija posizionati alla sua altezza

- colócate a su altura
- busca su mirada
- observa qué hace
- dale tiempo para que experimente
- ofrécele la posibilidad de imitarte
- conecta con sus emociones y ¡DIVIÉRTETE!

Los niños necesitan explorar y conocer con todos los sentidos.

Por esa razón, en los dos primeros años de vida es importante ofrecerles y compartir objetos reales.

La Organización Mundial de la Salud ha publicado algunas recomendaciones: no se debería dejar que los bebés y los niños vean de forma pasiva la televisión, el teléfono móvil, la tableta o el ordenador. Las nuevas pautas establecen que ANTES DE LOS DOS AÑOS los niños NO deberían nunca pasar el tiempo sentados de forma pasiva delante de una pantalla.

En cambio, el límite para niños de 2 a 4 años es de una hora al día, aunque en general sería mejor todavía menos tiempo.

¡Internet y nuevas tecnologías SÍ!

pero como fuente de ideas y consejos para crear nuevo material de juego para los niños



«El cesto de los tesoros»

a partir de 6 meses



El cesto de los tesoros es una actividad para proponer a los niños a partir de los 6 meses, cuando son capaces de permanecer sentados y su interés por el mundo que les rodea aumenta considerablemente.

Una experiencia única gracias a la cual pueden descubrir y explorar el mundo a través de los sentidos. Mediante la manipulación, los niños pueden descubrir muchos aspectos de un determinado objeto, como su peso, tamaño, forma, ruido...

Si está bien organizado, el cesto de los tesoros se puede convertir en una oportunidad para descubrir a través de la concentración y la coordinación oculo-manual.

Qué podemos meter dentro de un cesto de los tesoros

- OBJETOS DE ORIGEN NATURAL: piñas, conchas, castañas, piedras de río, esponjas naturales, cáscaras de coco;
- OBJETOS DE MATERIALES NATURALES: ovillos de lana y algodón, salvamanteles de paja, brochas de afeitarse, cepillos de dientes, peines de madera, cepillos de cerdas naturales;
- OBJETOS DE MADERA: sonajeros, pinzas para la ropa, anillas para cortinas, cucharas, hueveras;
- OBJETOS DE METAL: manojos de llaves, cadenas, batidores, cacerolas, cajas de puros, tapas de tarros de mermelada, ralladores pequeños, moldes para galletas, tapón de lavabo con cadena;
- OBJETOS BLANDOS: de piel, tela, caucho, pelo: borla para maquillaje en polvo, trozos de

tubos de caucho, pelotas de tenis, bolsos de piel con cremallera, bolsitas de tela rellenas de lavanda, tomillo, clavo de olor, calzador de hueso

«El cesto de los tesoros»



Algunos ejemplos:

- PARA LA INTEGRACIÓN VISTA/OÍDO/TACTO: sonajeros, manojos de llaves, plástico de burbujas para embalar, papel de aluminio...
- PARA LA INTEGRACIÓN VISTA/TACTO: peluches, papel de lija, juguetes de goma, arena, legumbres, diferentes harinas, pasta cruda, espuma de afeitar...
- PARA LA INTEGRACIÓN TACTO/GUSTO/OLFATO: nata, zanahorias, pasta de sal..

¿Y si se los mete en la boca?

Para un niño pequeño, la exploración de objetos con la boca es algo normal, es su primera forma de conocer el mundo (siempre bajo la atenta supervisión de un adulto).

Agarre de pinza

a partir de 9 meses

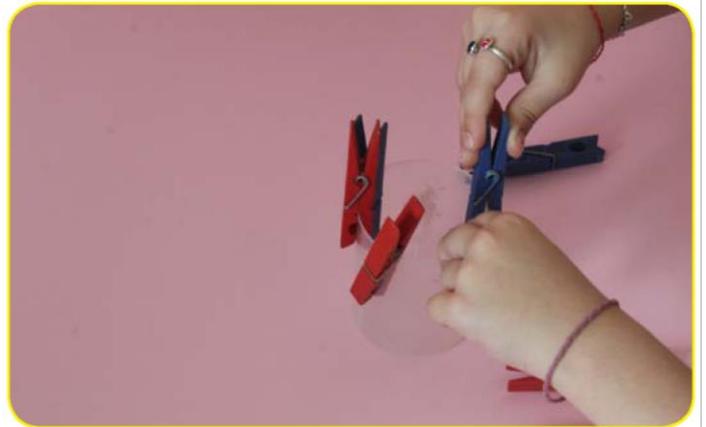
Ofrecer al niño la oportunidad de estimular el agarre de pinza con pequeños objetos comestibles, por ejemplo, bolitas de cereales o trozos de galleta.



Para reforzar el agarre de pinza:



Recoger piezas de plástico con las pinzas.



Crear marcos con pinzas para la ropa en botes de plástico.

Introducir huevos

a partir de 10 meses

Hacer que introduzca huevos de plástico en un recipiente con un agujero en la tapa.



Objetos cotidianos para utilizar las manos

A partir de 18 meses



Abrir y cerrar el velcro de los zapatos.

A partir de 20 meses



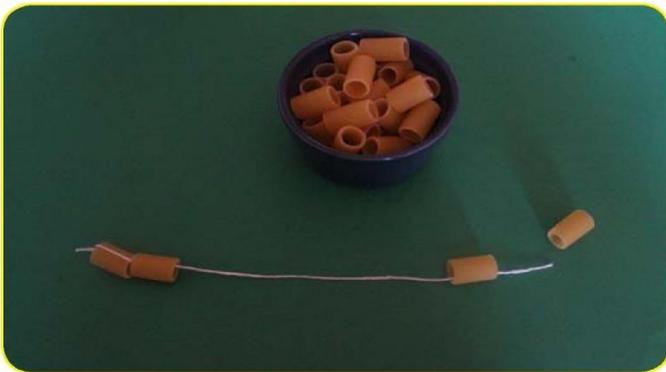
Abrir y cerrar una cremallera (bolsos, abrigos, mochilas, etc.).

A partir de 24 meses



Abrir y cerrar el tapón de una botella.

El collar



a partir de 24 meses

Hacer un collar con pasta (por ejemplo, macarrones) y un hilo rígido (por ejemplo, cordel de cocina mojado en Vinavil y dejado secar) o un cordón de zapatos

El collar con pasta o con botones

a partir de 24 meses



Enhebrar botones o pasta cada vez más pequeña en un cordón de zapatos o en un cordel de cocina.

El juego de «introducir»



Introducir tapones de bolígrafo en la ranura de un frasco.



Introducir discos en la ranura correspondiente

Introducir tapones de corcho en la ranura correspondiente.



a partir de 24 meses



Introducir cuentas en palillos para brochetas fijados en una bola de plastilina/pasta de sal



Introducir palitos en la ranura correspondiente.

Los encajes

A partir de 24 meses



Pasta para moldear



Moldear plastilina o masa de pan

Algunas ideas con las tijeras

A partir de 36 meses



Recortar los confetis siguiendo la línea.

Moldear plastilina o masa de pan para crear «serpientes» o cortar la plastilina con unas tijeras de punta redonda para preparar «bolitas» o «caramelos» para dar de comer a un muñeco .



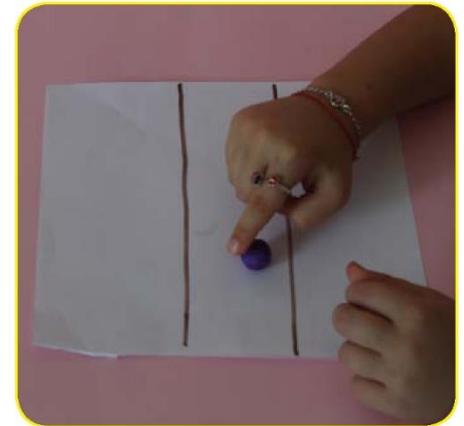
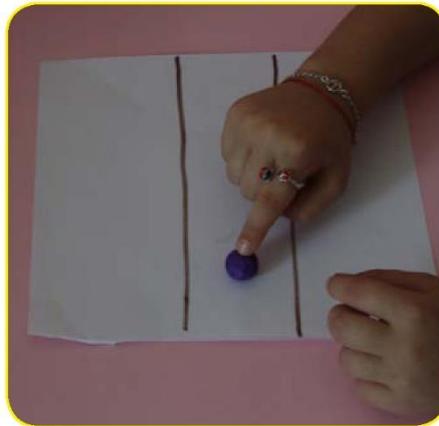
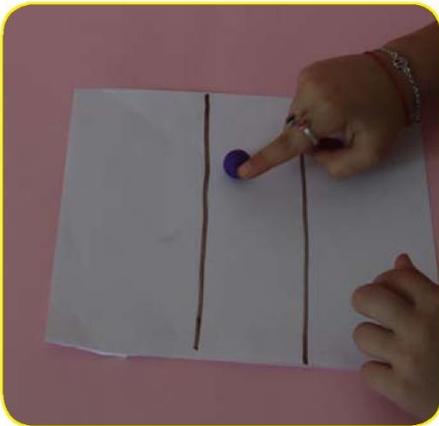
Los clavos

a partir de 36 meses

Ofrecer al niño la oportunidad de introducir los clavos en el tablero en orden aleatorio (o en fila), o siguiendo un patrón.



El recorrido



Preparar en un folio un recorrido, empujar con el dedo una bolita/canica para hacer que llegue a la meta.

Los tornillos

a partir de 36 meses



El juego de las marionetas



Jugar con marionetas de dedo que deben:

- saludarse con un beso (oponer el pulgar a los otros dedos)
- transportar un objeto pequeño juntos (oponer el pulgar a los otros dedos)
- hacer una reverencia (flexionar todos los dedos)
- despertarse (con el puño cerrado extender todos los dedos)
- Hacer que realice estos movimientos primero con una mano cada vez y luego con las dos manos simultáneamente

Se puede jugar al juego descrito en la página anterior, en lugar de con el guante, con pegatinas de emoticonos o personajes pegados en los dedos, o dibujando emoticonos con un bolígrafo en la yema de los dedos.



La experiencia sensoriomotora ayuda y facilita la organización de acciones cada vez más complejas e intencionales (praxias) que permiten al niño: vestirse y desvestirse comer y beber solo lavarse dibujar y escribir ordenar la mochila... ¡SER AUTÓNOMO!

¡Aprovecha tus pasiones!

Podéis hacer que los niños participen en actividades sencillas de la vida cotidiana, les encantará ayudarlos y podrán desarrollar nuevas habilidades a la vez que se sentirán satisfechos.

En la cocina

amasar



mezclar



desgranar legumbres



poner la mesa



En el jardín

excavar



regar



recoger flores y hojas



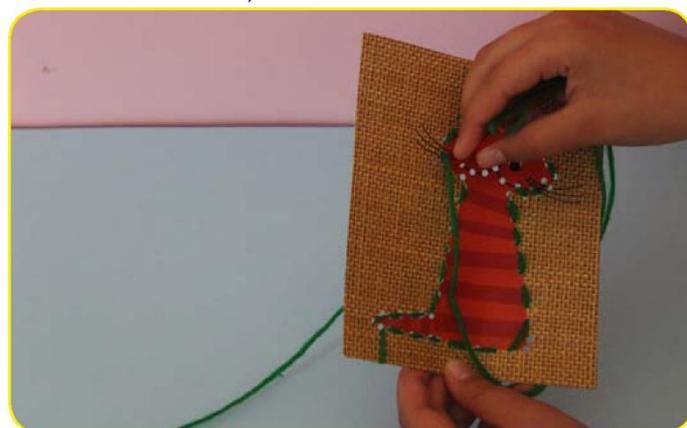
En casa

- Arreglar cosas (desatornillar/atornillar)
- Tender la ropa (con pinzas para la ropa)
- Colocar objetos (por ejemplo, vaciar la bolsa de la compra o el lavavajillas)
- Pegar objetos rotos



a partir de 36 meses

También experimentamos cosas que podrían ser peligrosas jugando como si las hiciéramos de verdad (coser, clavar clavos con un martillo, serrar..)



Juego de bolos

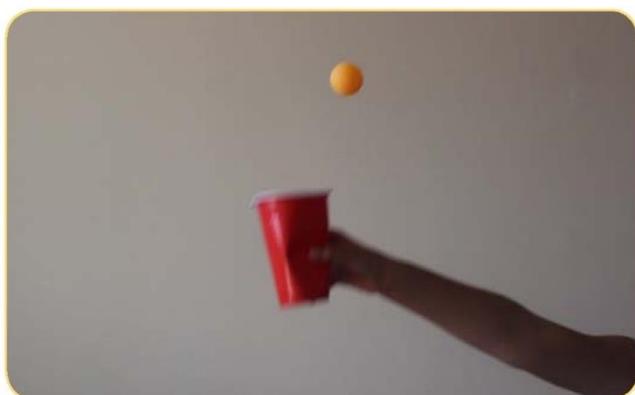


Jugar con una pelota para lanzarla con las dos manos (hasta los 3 años) o con una mano (a partir de los 4 años) en dirección a los bolos con el objetivo de derribar el mayor número posible. Los bolos se pueden sustituir por botellas de plástico llenas de agua según la dificultad.



Juegos de lanzar y atrapar

Dai 4 anni



Jugar con una bolita y un vaso a lanzar y atrapar.



Jugar a lanzar dardos o bolas intentando dar en la diana para facilitar el agarre y la puntería.



Jugar a tenis primero con un globo y luego con una pelota para facilitar el agarre.



Arrugar trozos de papel (aluminio o papel de seda) para crear las bolas.
Lanzar las bolas que hemos hecho para encestrarlas en el cubo.

Encajar dos piezas y cada vez más complicados hasta montar un puzle

a partir de 24 meses



Memory o bingos de imágenes



Jugar a encontrar la misma imagen o rellenar la casilla con la imagen correspondiente; a este juego pueden jugar solos, en pareja o en un grupos pequeños. Se pueden crear las imágenes en una cartulina, con fotos o dibujos impresos.



Adivina dónde va y cómo se pone

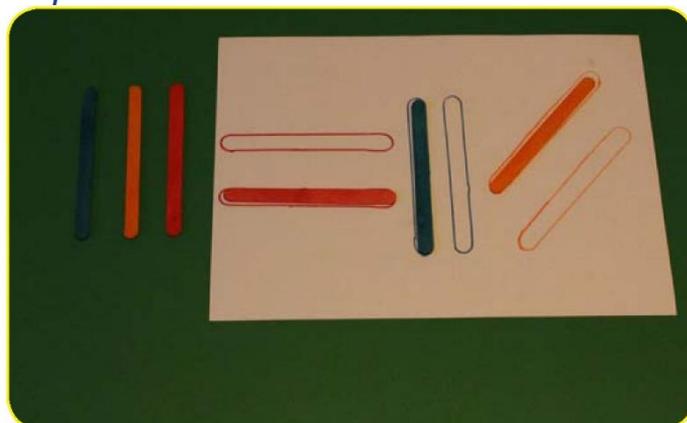
A partir de 24 meses

El niño debe colocar el círculo en el color correspondiente.



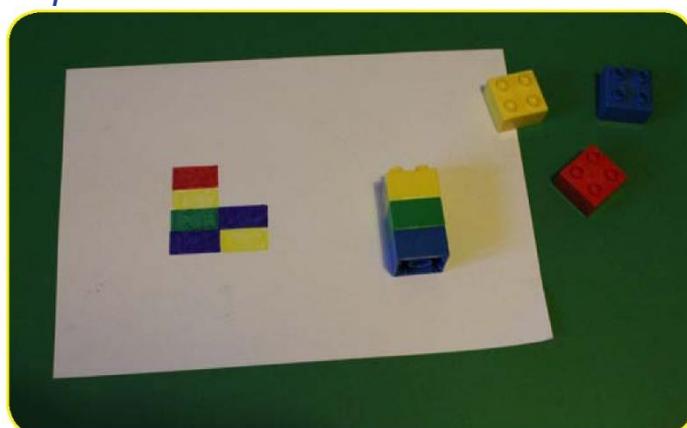
a partir de 4 años

Colocar los palitos de colores en las siluetas del color correspondiente respetando su posición.



a partir de 4 años

Con cubos de colores, construir torres, trenes, escaleras y otras construcciones, empezando desde las más sencillas hasta las más complicadas (como la estructura y la cantidad de elementos). Construir al mismo tiempo que el niño con un cubo cada vez o proporcionar el modelo ya construido antes de verdad y después dibujado.nato



Torre de cubos

a partir de 20 meses

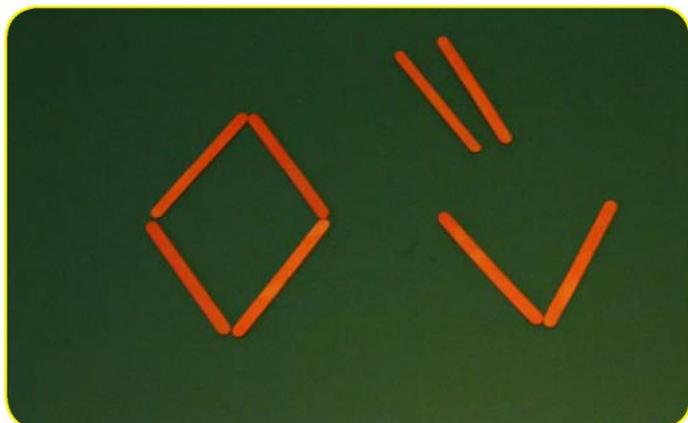
Crear una torre o un tren con cubos.



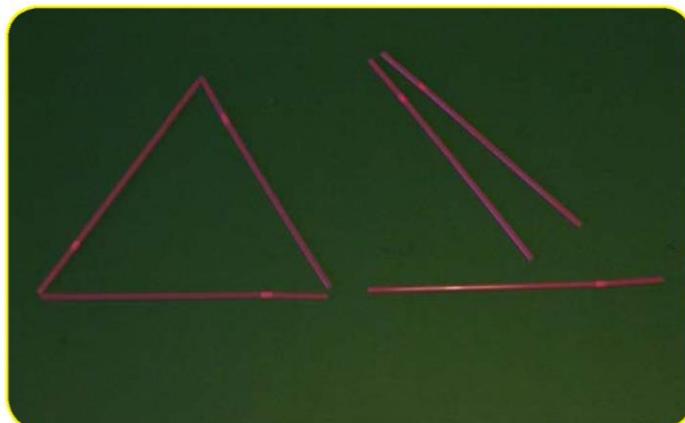
Praxias constructiva con palitos

a partir de 4 años

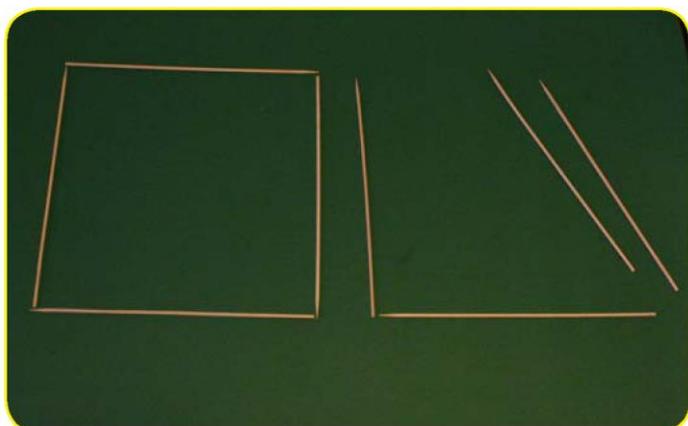
Para copiar las figuras geométricas se pueden usar:



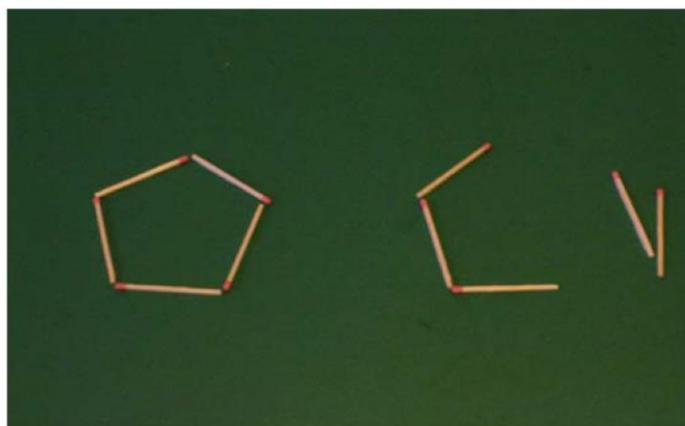
palillos



pajitas



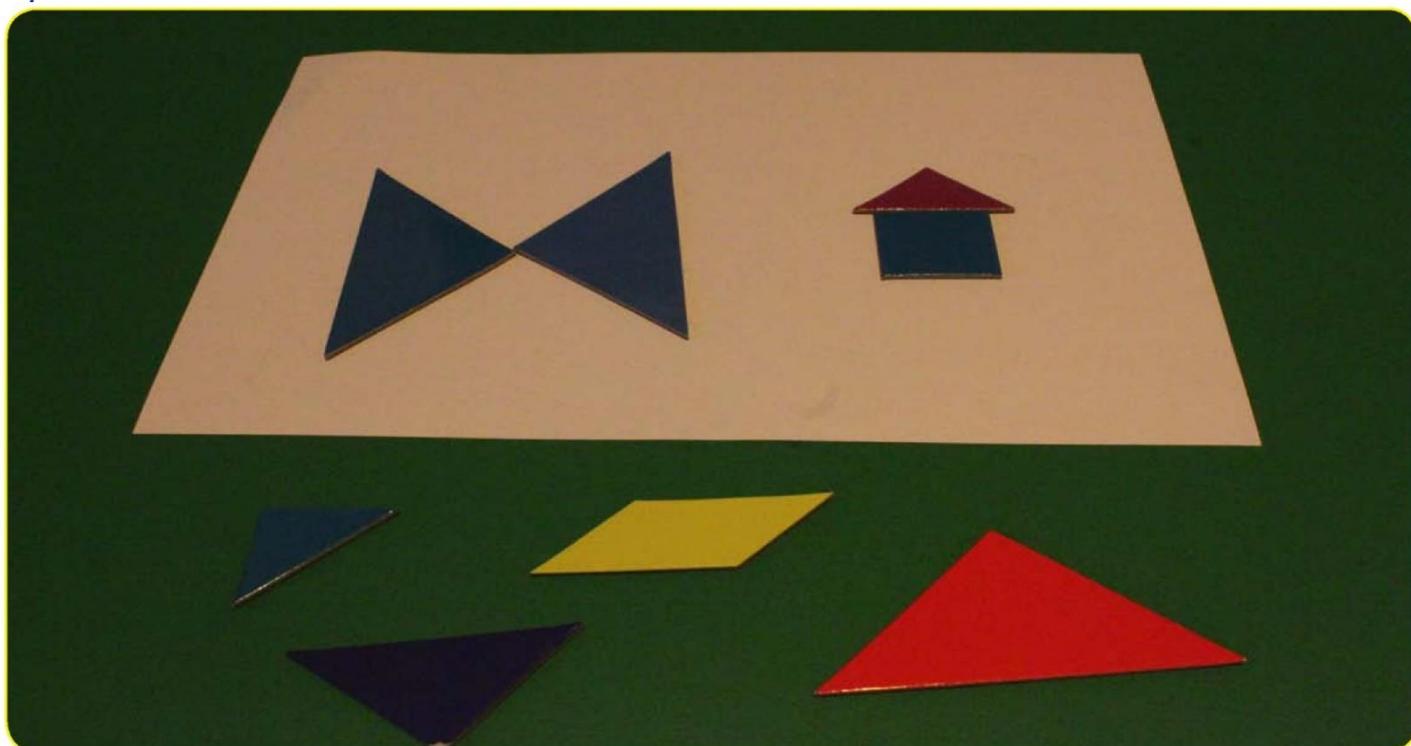
palillos para brochetas de madera



cerillas

Tangram

a partir de 4 años



Con las formas geométricas se puede crear figuras.

a partir de 5 años



Con siete piezas de diferentes formas se puede crear una figura utilizando todas las piezas.
Se puede empezar superponiendo las distintas piezas y después reproducirlas.
Para reproducir las 7 formas se puede buscar en Internet «Tangram para colorear». Se pueden encontrar numerosas fotos y siluetas para tomar como modelo

Dibujar con harina de maíz

a partir de 4 años



Superficies verticales

utilizar pizarras (negras o blancas) o papel de regalo colgado en la pared
hacer que copie trazos verticales y horizontales, redondos, cruces, casas, serpientes, nubes, etc.



Estarcido



Elaborado por los
Terapeutas neuropsicomotores
de la etapa del desarrollo del Servicio Sanitario de la
Región Toscana

Con la contribución de
Ordini TSRM PSTRP di
Firenze, Arezzo, Prato, Pistoia, Lucca, Massa Carrara
Pisa, Grosseto, Livorno
Siena

Fotografías de
Caterina Fineschi

TPX 5195 AUSL TC GRAFICA - LM



Estas recomendaciones son el resultado de la experiencia laboral de un grupo de terapeutas neuropsicomotores de la etapa del desarrollo del Servicio Sanitario de la Región Toscana.

El trabajo del terapeuta neuropsicomotor de la etapa del desarrollo tiene como principal objetivo estimular un desarrollo equilibrado y en armonía del niño en su conjunto.

El terapeuta neuropsicomotor de la etapa del desarrollo colabora con equipos multidisciplinares formados por profesionales sanitarios de rehabilitación, neuropsiquiatras infantiles, psicólogos y profesionales del área de rehabilitación pediátrica y pedagógica.

Para obtener más información y asesoramiento, puedes ponerte en contacto con el terapeuta neuropsicomotor de la etapa del desarrollo del Servicio de Rehabilitación Funcional de la infancia y la adolescencia de tu centro de referencia.

Queremos dar las gracias a todos los niños que se han prestado para hacer de modelos para poder escribir este manual.

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

GIOCO, CREO E IMPARO, V. SANTI, ASTRO EDITORE 2019.

I GIOCHI PIÙ STIMOLANTI E CREATIVI DA FARE CON IL TUO BAMBINO DA 0 A 6, G. COZZA, NEWTON COMPTON EDITORE, 2018.

IL GIOCO DEI BAMBINI, E. BAUMGARTNER, CAROCCI EDITORE, COLLANA LE BUSSOLE, 2010.

“GUIDELINES ON PHYSICAL ACTIVITY, SEDENTARY BEHAVIOUR AND SLEEP FOR CHILDREN UNDER 5 YEARS OF AGE” – WORLD HEALTH ORGANIZATION (2019).

LIBROS DE ACTIVIDADES MONTESSORI DESDE 0 MESES HASTA 6 AÑOS.

CONSEJOS PARA NAVEGAR POR INTERNET
laminifactory.com/2018/09/5-cestini-dei-tesori-per-bambini-dai-6.html

Red social Pinterest (introduciendo, por ejemplo, «juegos motricidad fina» o «actividades de grafomotricidad»).

Nuvoleinscatola.it

Passettidalumaca.com