



#joemquedoacasa

AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat



ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

**PROPUESTA DE ACTIVIDADES Y JUEGOS
PARA ESTIMULAR LA MOTRICIDAD GRUESA Y LAS PRAXIAS**

GUIA REALIZADA POR EL EQUIPO DE TERAPIA OCUPACIONAL DE AYA ESPAI

Montse Arana, Helena Chocano i Virginia Peña



AYA

ESPai TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-17 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

PROPUESTA DE ACTIVIDADES Y JUEGOS PARA ESTIMULAR LA MOTRICIDAD GRUESA Y LAS PRAXIAS

SI EN ALGUN MOMENTO OS HABÉIS CUESTIONADO LA IMPORTANCIA DE JUGAR CON VUESTROS HIJOS/AS, ESTAS SÓLO SON ALGUNAS DE LAS RAZONES POR LAS QUE OS ANIMAMOS A HACERLO.

PORQUE JUGANDO CON VUESTROS/AS HIJOS/AS...

ESTIMULÁIS SU
DESARROLLO
SENSORIAL Y
PSICOMOTRIZ

MEJORÁIS LA
RELACIÓN
FAMILIAR Y
REFORZÁIS SU
AUTOESTIMA
Y SU SENTIDO
DE
COMPETENCIA

POTENCIÁIS SUS
HABILIDADES
DE
COMUNICACIÓN
E INTERACCIÓN Y
DE REGULACIÓN
EMOCIONAL

ESTIMULÁIS SUS
HABILIDADES
COGNITIVAS Y DEL
LENGUAJE Y EL HABLA

ESTIMULÁIS SU
IMAGINACIÓN Y SU
CREATIVIDAD

¡¡SOIS TODOS MÁS
FELICES!!

I PORQUE MIENTRAS JUGÁIS CON VUESTROS HIJOS/AS PODÉIS...

FOMENTAR LA
PARTICIPACIÓN
ACTIVA Y LA
AUTONOMÍA

FOMENTAR LA
ESCUCHA ACTIVA,
LA NEGOCIACIÓN,
EL PACTO Y LOS
LÍMITES

REFORZAR
POSITIVAMENTE EL
ESFUERZO I FAVORECER
EL USO DE UN
LENGUAJE EN POSITIVO

POTENCIAR EL
JUEGO GRUPAL Y
COOPERATIVO

¡DISFRUTAR
DEL PLACER
DE JUGAR, NO
IMPORTA LA
EDAD QUE
TENGAS!

NO BUSQUES
EXCUSAS PARA NO
JUGAR. SÉ
PROTAGONISTA DE
LO QUE PARA TU
HIJO SERÁ, SEGURO,
¡EL MEJOR
MOMENTO DEL DÍA!

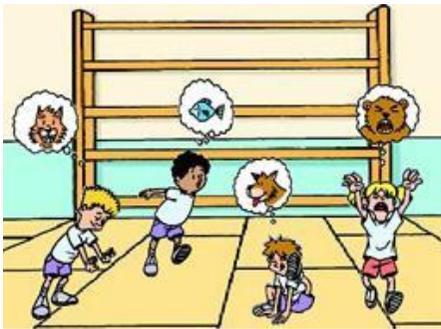


AYA

ESPÀI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

Estas son algunas propuestas que podéis hacer en casa para pasar un buen rato con vuestros hijos/as y a su vez, estimular las habilidades de motricidad gruesa y de planificación. La mayor parte de las propuestas las podéis hacer con vuestro cuerpo y materiales que tengáis por casa.

PROPUESTA DE ACTIVIDADES Y JUEGOS PARA ESTIMULAR LA MOTRICIDAD GRUESA Y LAS PRAXIAS.		
PROPUESTA 1. Mundo animal		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
<p>-Cartas o pictogramas de animales.</p> <p>En caso de no tener nada de esto o no poseer de impresora para imprimir los pictogramas, cada jugador puede pensar en un animal.</p> <p>Existen variantes en las que podemos imitar situaciones, acciones del día a día, películas, emociones, etc. ¡Echadle imaginación!</p>	<p>Tendremos que imitar el animal que nos haya tocado ¡ojo, sin hacer ruidos!, solo con nuestro cuerpo y el resto de los jugadores tendrá que adivinar de que animal se trata.</p>	



AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

PROPUESTA 2. Carreras de sacos		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
Basta con tener un pasillo o espacio largo en casa y bolsas de basura.	Ponernos las bolsas de basura a modo de saco en los pies y ser más rápido que el resto.	

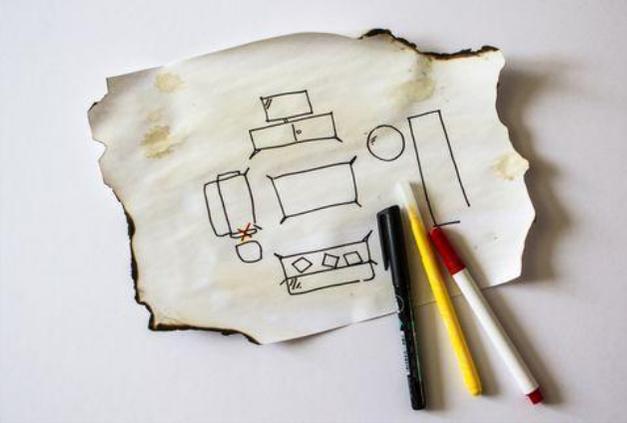


AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

#joemquedoacasa

PROPUESTA 3. La búsqueda del tesoro		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
<p>Un folio, lapiceros de colores y cualquier objeto que pueda servir como tesoro.</p>	<p>Dibujamos en un folio un mapa de nuestra casa y señalamos dónde se encuentran escondidos los tesoros.</p> <p>Se puede complicar el juego poniendo normas: solo se puede buscar el tesoro gateando, o yendo a la pata coja, etc.</p> <p>Otra opción es que uno de los peques vaya con los ojos cerrados y su hermano o mamá/papá le vaya indicando hacia dónde ir para encontrar los tesoros guiándose por el mapa (hacia delante, hacia atrás, derecha, izquierda, arriba, abajo, ¡cuidado con el escalón!, etc.</p> <p>También se puede modificar el mapa por ir encontrando pistas que nos acerquen al objeto. Por ejemplo: "la siguiente pista se encuentra en un lugar donde guardamos la comida".</p>	



AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

PROPUESTA 4. El juego de las sillas		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
<p>Dos sillas</p> <p>Una cuerda</p> <p>Cintas de colores (se pueden fabricar con cartulina, papel de cebolla o pintándolas en un folio y recortándolas)</p>	<p>Pegamos las cintas en la cuerda y la atamos a las sillas. Entonces podemos dar secuencias de órdenes y el niño tendrá que tocar con el pie lo colores en el orden que le hemos dicho.</p> <p>Ejemplo: amarillo-rosa-verde-azul.</p> <p>Podemos aumentar poco a poco el número de colores en una misma orden.</p> <p>Además de trabajar a nivel corporal, estamos trabajando otros componentes de carácter cognitivo (memoria auditiva, atención, etc.).</p>	

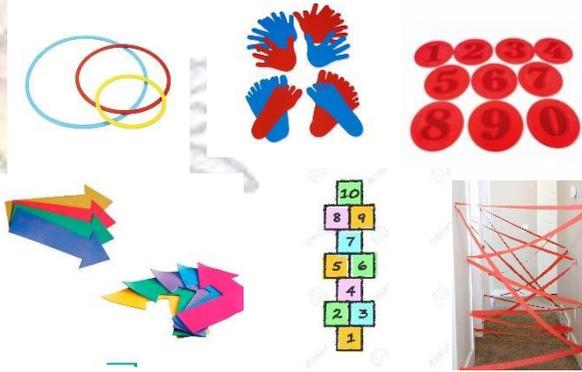


AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

#joemquedoacasa

PROPUESTA 5. Circuitos		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
<p>Formas de pies y manos.</p> <p>Aros.</p> <p>Flechas y números.</p> <p>Conos (papel higiénico o cajas de cartón)</p> <p>Todos los podemos realizar con cartulinas.</p>	<p>Seguir el circuito siguiendo las flechas, pasando los números en orden u orden inverso, saltando de un aro a otro, usando el pie o mano que esté dibujado, sorteando objetos, etc.</p> <p>Crear rayuelas o twisters.</p> <p>Colocar cintas en un pasillo y tener que esquivarlas mientras recogemos objetos</p>	



AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aja@aja-espai.cat www.aja-espai.cat

<p>Cintas de papel.</p>	<p>Colocar cintas en un pasillo y tener que esquivarlas mientras recogemos objetos.</p>	
<p>Cinta de carrocerero</p>	<p>Creamos un recorrido con la cinta en el suelo de la habitación y ponemos objetos a lo largo del mismo. Tenemos que recoger todos los objetos sin salirnos del recorrido.</p> <p>Podemos poner diferentes normas: pasar el recorrido a la pata coja, saltando, de lado, con las manos y los pies, etc.</p>	



AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

Latas de conservas o tomate, colacao, etc. que sean cilíndricas y algo alargadas

Cuerda

Fabricamos unos zancos haciendo dos agujeros a las latas en la parte inferior e introducimos la cuerda.

Una vez fabricados nuestros zancos, podemos realizar los diferentes recorridos con ellos.





AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

PROPUESTA 6. Bolos		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
Botellas de agua llenas de arroz o legumbres Una pelota.	Colocar las pelotas como si se tratase de los bolos e intentar derribar las máximas posibles con la pelota.	
PROPUESTA 7. Baloncesto		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
Cesta o cubo. Pelotas	Colocar el cubo o varios cubos a diferentes distancias y tener que encestar la pelota. También podemos añadir clasificación por colores o por números (asignando a cada pelota y cubo un color o número)	



AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

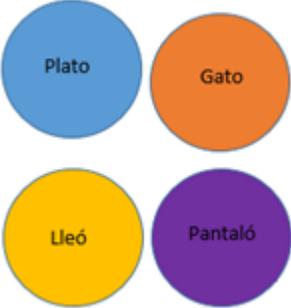
PROPUESTA 8. ¡Que no caiga!		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
Globos Matamoscas o algo similar También se puede hacer con platos de plástico y depresores como aparece en la imagen	Tenemos que dar toques con el globo sin que caiga al suelo. Puede ser al ritmo de la música o jugar en parejas También se puede llevar el globo a través de un circuito sin que este se caiga.	
PROPUESTA 9. ¡Atrapa el pañuelo!		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
Pañuelos o trapos	Cada jugador ha de ponerse un pañuelo en forma de cola o en la parte del cuerpo que quiera, visible. Se marca un tiempo de juego y durante ese tiempo tenemos que conseguir robar la mayoría de los pañuelos y evitar que nos quiten el nuestro. Se puede realizar a la vez que estamos haciendo otras actividades para fomentar además la atención o atención dividida.	



AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

PROPUESTA 10. ¡Encuentra la rima!		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
Platos o cartulinas Rotuladores	<p>En cada plato o cartulina (recortada previamente en forma de círculo), escribimos palabras que rimen. Cuantas más rimas distintas, más se complica el juego.</p> <p>Repartimos las rimas por el suelo de la habitación y ponemos una línea de salida. Los jugadores esperan la orden y tienen que salir a buscar la palabra. Ejemplo: una palabra que rime con plato.</p> <p>Si resulta muy difícil o para niños más pequeños se puede modificar y que sea de clasificar. Ejemplo: un objeto que esté en la cocina.</p>	



AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

C/ Ballester 17-19 25002 Lleida 973046219 - 667666578 aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

PROPUESTA 11. Juego simbólico		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
<p>Imaginación y todo lo que encuentres por casa</p>	<p>No os olvidéis de trabajar el juego simbólico, podéis recrear lo que queráis: cocineros, tiendas, policías y ladrones, médicos, papás y mamás, la selva, ...</p> <p>Además, si queréis sacarle el máximo partido al juego simbólico y trabajar todos los componentes de ideación, planificación y ejecución implicados en la praxis, recordar que podéis estructurar el juego con vuestros hijos desde el principio:</p> <ul style="list-style-type: none">- A qué vamos a jugar.- Qué vamos a necesitar.- Cómo lo vamos a hacer, quién será quién, etc.- Construir lo necesario para el desarrollo del juego (objetos, materiales, etc).- Por último ¡A JUGAR!	



AYA

ESPAI TERAPÈUTIC PER AL DESENVOLUPAMENT INFANTIL

 C/ Ballester 17-19 25002 Lleida  973046219 - 667666578  aya@aya-espai.cat www.aya-espai.cat

PROPUESTA 12. ¡A cocinar!		
QUÉ NECESITAMOS	QUÉ PODEMOS HACER	IMAGEN
<p>Alimentos y material de cocina y la ayuda de un adulto</p>	<p>Podemos hacer todo tipo de recetas: dulces, saladas, lo que queramos.</p> <p>Al igual que con el juego simbólico, darles importancia a los pasos previos a cocinar como tal, nos ayudará a trabajar lo componentes de la praxis:</p> <ul style="list-style-type: none">- Elegir qué cocinaremos- Dónde buscaremos la receta- Qué necesitamos para cocinarla- Cómo lo cocinaremos- Cocinarlo siguiendo los pasos para hacer la receta- Por último... ¡A comer!	