

ORIENTACIONES GENERALES PARA EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD

Objetivos:

1. Conocer y tomar conciencia del propio cuerpo.
 2. Desarrollar la motricidad y el equilibrio.
- Sirva de modelo a su hijo/a para que le imite señalando las partes del cuerpo, empezando por las principales y las de mayor tamaño (cabeza, piernas, brazos...) hasta llegar a las menos usuales (barbilla, codo, hombro, cejas...). Realice este ejercicio ante el espejo, con su propio cuerpo, con el de su hijo/a, con muñecos.
 - Pídale que haga un dibujo de la figura humana y oriéntele sobre las partes fundamentales de la misma.
 - Enséñele y afiance su conocimiento de las nociones izquierda/derecha en sí mismo. Cuando lo haya conseguido ayúdele a reconocerlas en el espacio: qué hay a tu derecha, tuerce para la izquierda...
 - Ayúdele a afianzar esas nociones de la siguiente forma: tócate la oreja izquierda, levanta tu mano derecha...buen ejercicio para desarrollar el equilibrio estático.
 - Use recortes de revistas usadas para que él/ella forme el esquema corporal y lo pegue en otra hoja a modo de puzzle. Recorte un bebé, un niño, un adulto, anciano y que los pegue, con su ayuda, siguiendo el orden natural del crecimiento.
 - Caminar por una cinta estirada en el suelo, o una raya pintada...es un buen ejercicio para desarrollar el equilibrio estático.
 - Los juegos de siempre son fundamentales para desarrollar esta área: pelotas, cuerdas, canicas, aros, bolos, "hula-hop"...
 - Desarrollan el equilibrio juegos como caminar a la pata coja, quedarse quieto/a sobre un solo pie manteniendo el equilibrio, caminar en desnivel con un pie sobre el bordillo de la acera....
 - Rasgar, recortar, picar, repasar, pegar...botar, lanzar, recoger en el aire la pelota...son actividades y juegos divertidos que desarrollan la coordinación ojo-mano que más tarde beneficiará el aprendizaje de la escritura.