

At Arm's Reach/AI alcance de la mano

Por qué es importante

Cuando los niños son pequeñitos comienzan a mover el cuerpo con un propósito determinado. Cuando usted le ofrece a su niño experiencias que lo animan a moverse, extenderse y estirarse, usted fomenta el desarrollo de su motricidad gruesa y fina.

Materiales

varios juguetes interesantes pequeños (por ej.: sonajeros, mordedores, bloques de colores o animales de peluche); cobija suave

Qué hacer

1. Esta actividad se recomienda solo para los bebés que ya pueden sostener el peso de su cuerpo lo suficiente como para realizar ejercicios acostados de barriguita.
2. Coloque la cobija en el piso, en un lugar apartado de donde se realicen otras actividades.
3. Coloque a su niño de barriguita sobre la cobija. Muéstrelle un juguete y descríbaselo. *[Nombre de su niño], mira, tengo un sonajero azul y blanco.*
4. Ponga el juguete sobre la cobija, casi al alcance de su niño de manera que tenga que estirar el brazo para agarrarlo.
5. Dele tiempo para que mueva el juguete, lo toque y se lo lleve a la boca.
6. Cuando dé señales de que ya está pronto para hacer otra cosa, coloque otro juguete casi a su alcance para que lo agarre.
7. Anímelo a usar el otro brazo, colocando el juguete más cerca del brazo que no usó antes.
8. Repita el juego durante todo el tiempo que su niño esté interesado. Ponga mucha atención a su nivel de actividad. Estar acostado de barriguita y estirarse para alcanzar los juguetes requiere mucho esfuerzo. Usted puede notar que le está costando trabajo sostener la cabeza y el cuello, ya no agarra los objetos o tiene cara triste. Cuando dé señales de que ya no quiere jugar o de que su cuerpo se está cansando, ayúdelo a cambiar de posición para que pueda descansar los músculos.