

PROPUESTA DE ACTIVIDAD PARA HACER EN CASA

NIVEL: 0-1 AÑOS

FECHA: 4/4/2020

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Psicomotricidad

Objetivos

- Utilizar las experiencias sensoriales para iniciarse en la toma de conciencia del propio cuerpo y en el conocimiento de sí mismo.
- Descubrir y utilizar las propias posibilidades sensoriales y motrices para observar fenómenos y explorar elementos de su entorno inmediato.
- Desarrollar la expresión de sensaciones.
- Favorecer y promover el acceso al pensamiento simbólico y a la representación mental.

Materiales

Cintas, telas, cordones, lazos, papel de colores, papel de regalo, papel de aluminio, film, hilos, lana, esponjas, globos, pelotas, calcetines, cojines, almohadas, alfombras, mantas, cajas de cartón, cajas de zapatos, latas, estropajos, cascabeles grandes, celo, cinta de carroceros, etc.

Cómo se hace

La actividad consiste en crear para los niños y niñas diferentes espacios que contengan distintas propuestas de movimiento, acción y exploración utilizando materiales que están presentes de forma habitual en vuestras casas. Os mostramos en imágenes algunos ejemplos:

Podéis colgar cintas, cordones, lazos, papel de colores, telas, pañuelos, etc. del techo, de algún mueble, de una puerta, etc. el lugar que mejor os convenga. Podéis usar celo, cinta de carroceros o cualquier otro tipo de cinta para pegarlo o atarlo con lana o hilo y pegar este a la superficie elegida y que el niño o la niña puedan tocarlo. Al final de la cinta o el material que utilicéis, podéis atar algún juguete, sonajero, etc. para que les resulte aún más interesante.



Otra propuesta desde el techo podría ser algo así (recordad que los globos son un material muy estimulante para los y las peques pero uno de los más peligrosos en cuanto a peligro de asfixia así que procurad que no los muerdan o metan en la boca):



También podéis hacer circuitos con cojines, almohadas, almohadones, alfombras enrolladas, mantas dobladas o amontonadas, etc. Al colocarlas no hace falta que todo esté plano como en las imágenes, sería interesante que tuviera distintas alturas y volúmenes para que la experiencia sea más estimulante:





Un clásico que siempre está de moda y nunca falla a la hora de estimular el movimiento en niños y niñas es la pelota. Si dejáis varias a su alcance de diferentes tamaños, formas, colores, etc. el movimiento y la diversión estarán garantizados. Si no tenéis ninguna en casa podéis sustituirlas por calcetines enrollados:



Los caminos sensoriales formados por materiales de distintas texturas son siempre una opción muy recomendable. Dejad que se paseen por encima descalzos para aumentar las sensaciones. Podéis usar alfombras, telas, bayetas, pañuelos, estropajos, esponjas, objetos de distintas texturas, papel de aluminio, papel de burbujas, rollo de cocina, algodón, una bandeja con agua, harina, etc. o ¡cualquier cosa que se os ocurra de la que dispongáis en casa!:



	<p>Otra opción puede ser crear una alfombra sensorial con distintos objetos y texturas pegadas sobre un cartón, tela o una alfombra. Por ejemplo:</p>  <p>Por último os proponemos una instalación sencilla con cajas de cartón de zapatos, de la compra o de lo que tengáis: de metal, de galletas, cereales, pañuelos, etc. Apiladas a distintas alturas, mejor que sean de diferente tamaño y mejor aún si dentro tienen algo escondido que les sorprenda si consiguen abrir la caja, o al descubrir que pesa más una que otra o que emiten algún sonido. Si no disponéis de cajas podéis utilizar rollos de papel higiénico y de cocina y esconder en el medio de los tubos los objetos. Un ejemplo sería:</p> 
Espacio	Se puede realizar en cualquier lugar de vuestra casa mientras que el espacio esté libre de objetos que dificulten o supongan un riesgo para el movimiento libre.
Os puede interesar (enlaces)	Os recomendamos un poco de música para acompañar la actividad: https://youtu.be/bLSIPr1DGg0 https://youtu.be/ZOghnO6vofs