

Capacitación comunitaria para personas con discapacidad

**CUADERNOS DE CAPACITACIÓN
PARA LA MADRE O UN FAMILIAR
DE UN NIÑO O NIÑA CON DISCAPACIDAD
- ACTIVIDADES DE JUEGO 2ª parte-**



**Organización Panamericana de la Salud
Organización Mundial de la Salud
Instituto Salvadoreño de Rehabilitación de Inválidos**

Catalogación elaborada por el Centro de Documentación e Información en Salud, OPS/OMS, El Salvador

Organización Panamericana de la Salud

Capacitación comunitaria para personas con discapacidad: RBC Manual de Rehabilitación Basada en la comunidad/ Organización Panamericana de la Salud, Instituto Salvadoreño de Rehabilitación de Inválidos. -- 1ª. Ed. -- San Salvador, El Salvador: OPS 2002.

583 p.; 28 cm.

ISBN 99923-40-12-6

1- Rehabilitación. I Instituto Salvadoreño de Rehabilitación de Inválidos. II. Título.

NLM WB32074/O68/2002

PUBLICADO POR LA ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD, REPRESENTACION EL SALVADOR, CON APOYO TECNICO DE LA INICIATIVA TRIPARTITA MEXICO – CANADA – OPS Y FINANCIAMIENTO DE LA AGENCIA CANADIENSE PARA EL DESARROLLO INTERNACIONAL (CIDA).
OPS/OMS en El Salvador.

73 Avenida Sur N° 135. Colonia Escalón, Apartado Postal 1072, San Salvador, El Salvador. www.ops.org.sv

**CUADERNOS DE CAPACITACIÓN
PARA LA MADRE O UN FAMILIAR
DE UN NIÑO O NIÑA CON DISCAPACIDAD
-ACTIVIDADES DE JUEGO-**

Cuaderno No. 26

Actividades de juego para niños y niñas con discapacidad

5

Organización Panamericana de la Salud
Organización Mundial de la Salud
Instituto Salvadoreño de Rehabilitación de Inválidos

CUADERNO NO. 26

ACTIVIDADES DE JUEGO PARA NIÑOS Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD ACTIVIDADES DE JUEGO – FOLLETO 3.

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO



El niño repite sonidos emitidos por otros



Responde a su nombre



Se detiene cuando escucha "no"



Reconoce a sus familiares

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SÍ MISMO



Se sienta sin caerse



Levanta pequeños objetos



gatea



Se come una galletita sin ayuda



Gira sobre su cuerpo

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO

- Siéntate frente al niño ó niña.
- Háblale y escucha los sonidos que él emite.

Repite los sonidos que el niño ó niña emita, tales como "agu", "uuuu", "Aaa" o "lil".



Animalo para que te mire mientras haces estos sonidos. De este modo, el niño ó niña podrá ver los movimientos de tus labios. Deja que repita los sonidos. Demuéstrale que estás contento con lo que él hace. Puedes abrazarlo, besarlo o hablarle, y reír con él.



- Si el niño ó niña no emite sonidos, trata de enseñarle a hacerlo. Llama su atención. Luego haz distintas figuras con tus labios, al mismo tiempo que emites sonidos. Por ejemplo, abre tu boca mientras emites el sonido "Aaaa".

Enséñale al niño ó niña a hacer lo mismo. Pon su mano en tus labios y deja que sienta cómo tus labios se mueven. Luego pon las manos del niño ó niña sobre los labios de él ó ella. Ayúdalo a hacer figuras con los labios mientras emite los sonidos. Luego deja que intente emitir el sonido.

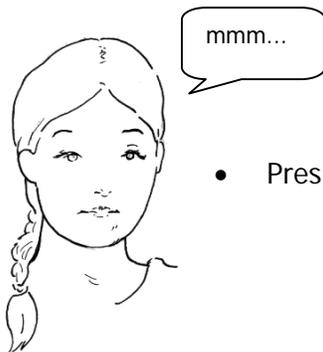


Haz las siguientes formas y sonidos con tus labios. Luego deja que el niño ó niña trate de emitir los mismos sonidos.



- Abre la boca como si estuvieras bostezando o di "aa".

- Estira los labios hacia los lados y di "ee".



- Presiona los labios juntos y di "mm".



- Siéntate frente al niño ó niña. Cúbrete la cara con un pañal ó tela. Luego quítatelo y riete. Animalo para que te quite el pañal de la cara y luego riete con él.



- Señala al niño ó niña y pronuncia su nombre. Toma su mano y repite su nombre mientras lo señalas con su mano.



Pon un pañal ó tela sobre la cabeza del niño ó niña. Mientras halas el pañal hacia abajo, para que él te mire, pronuncia su nombre. Repite la misma acción hasta que el niño ó niña hale solo el pañal cuando tú pronuncias su nombre. Ríete con el niño ó niña cuando éste hale el paño.

- Cuando el niño ó niña toca un objeto que no debe tocar, di “no” en forma muy firme sin gritarle.

La próxima vez que veas al niño ó niña yendo hacia el objeto o tratando de tocarlo, vuelve a repetir “no”. Enséñale a repetir “no” después que tú lo hagas. Llévelo lejos del objeto.



No le prestes mucha atención al niño ó niña cuando éste comience a hacer algo que no quieres que él haga. Di “No” y retíralo de lo que él estaba haciendo.

Luego, cuando el niño ó niña haga algo que quieres que haga, demuéstrale que te sientes feliz por lo que él ha hecho.

- El niño ó niña aprenderá a reconocer a miembros de su familia. Cuando vea a un familiar o a alguien a quien conoce bien, se sentirá feliz.

Si el niño ó niña no reconoce a sus familiares, dí quién es la persona. Pídele a esta persona que juegue con el niño ó niña.

Cuando el niño ó niña vea a alguien a quien no conoce, puede sentirse triste o asustado.

Dile quién es la persona. Pídele a la persona que le hable al niño ó niña sin asustarlo más de lo que éste está.



RESULTADOS.

- Si el niño ó niña hace estas actividades, prueba las actividades de comunicación y comportamiento indicados en el siguiente folleto de este cuaderno.

Si el niño ó niña no hace todas estas actividades, puede tener dificultad para oír, ver o aprender. Continúa con estas actividades y consulta al Personal de Salud.

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SI MISMO.



- Cuando el niño ó niña está sentado solo ó sola, dale objetos para que juegue mientras esté sentado. Pon algunos objetos delante suyo y algunos objetos a los lados. Esto lo alentará a moverse y darse vuelta mientras está sentado.

- Al niño ó niña le gustará jugar con objetos de distintos tamaños. Dale objetos que él ó ella pueda levantar usando todos los dedos de la mano.



- También dale objetos que pueda levantar usando un dedo y el pulgar. No le des objetos que el niño ó niña se pueda tragar.



- Cuando el niño ó niña se pueda sentar, tratará de cambiarla de posición constantemente.

Por ejemplo, tratará muchas veces de sentarse luego de estar acostado sobre el estómago. Intentará hacer esto muchas veces hasta que pueda sentarse sin ayuda.



Alienta al niño ó niña para que haga esta actividad mientras está acostado sobre el estómago y para que trate de apoyarse en los brazos. Puedes ayudarlo a rodar sobre sus caderas y luego a ayudarse con sus brazos para cambiar de posición.



- Cuando el niño ó niña se encuentra acostado de espalda, jugará con sus pies. Si el niño ó niña no hace esto, ayúdalo a tomarse los pies con las manos. El niño ó niña puede intentar poner los dedos de los pies en la boca y jugar con los pies.

- El niño ó niña intentará girar sobre sí mismo y acostarse boca abajo. Al principio, hará esto al intentar alcanzar un objeto.



- Cuando el niño ó niña pueda cambiar de posición, lo hará porque le resultará más fácil moverse sobre su estómago.



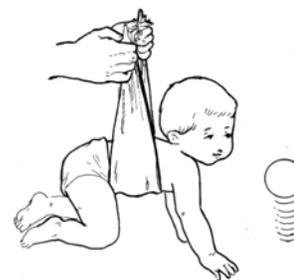
Al principio, el niño ó niña se moverá hacia delante o hacia atrás con el estómago sobre el piso.

Cuando el niño ó niña se encuentre acostado boca abajo, mueve un juguete que haga ruido delante del niño. Deja que toque el juguete.

Luego retira el juguete. Pídele al niño ó niña que vaya a buscarlo.

- Luego que el niño ó niña aprenda a moverse sobre su estómago, tratará de mover las manos y las rodillas. Puedes ayudarlo a aprender a hacer esto. Coloca tus manos debajo de su estómago y levántalo hasta que el niño se encuentre sobre sus manos y rodillas. Luego ayúdalo a moverse y a tomar el objeto.

- Si el niño ó niña no puede moverse sin ayuda, puedes sostenerlo con un pañal puesto alrededor de su cintura. Usa el pañal para levantar al niño ó niña sobre sus manos y rodillas.



Si el niño ó niña no mueve sus brazos y piernas, enséñale a hacerlo moviendo sus brazos y piernas hacia ti.

- Cuando el niño ó niña pueda movilizarse sin ayuda, dale juguetes para empujar por el suelo.
- Puedes hacer una pelota de tela. Deja que el niño ó niña empuje la pelota y gatee para atraparla.

Algunas veces, puedes jugar con el niño ó niña empujando la pelota hacia él, luego que éste la haya empujado en otra dirección.



- Cuando el niño ó niña pueda sentarse y usar sus manos para jugar con distintos objetos, comenzará a comer sin ayuda.



Al principio, el niño ó niña comerá cosas que son fáciles de sostener, como por ejemplo, una galleta.



- El niño ó niña continuará necesitando ayuda para comer otros alimentos.

- Si el niño ó niña es muy pequeño, continúa amamantándolo. El niño deberá también comer otros alimentos.



RESULTADOS

- Si el niño ó niña puede hacer estas actividades, prueba las actividades de movimiento descritas en el siguiente folleto de este cuaderno.

Si el niño ó niña no hace todas estas actividades, puede tener dificultad para moverse. Continúa tratando de hacer que el niño haga estas actividades, y consulta al Personal de Salud.

ACTIVIDADES DE JUEGO – FOLLETO 4

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO



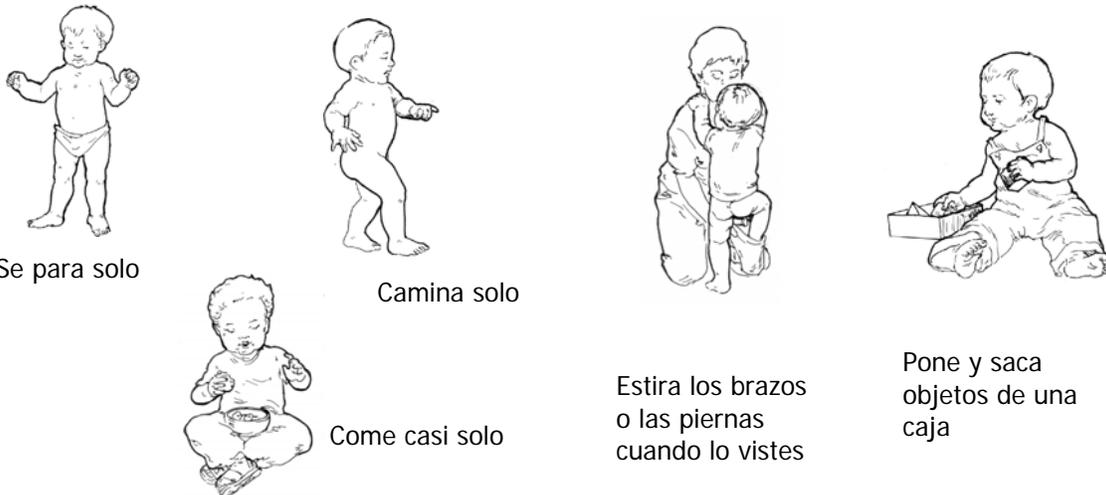
El niño ó niña
dice unas pocas
palabras

Repite gestos
hecho por otras
personas

Comprende
preguntas simples

Responde a
órdenes simples

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SÍ MISMO



Se para solo

Camina solo

Come casi solo

Estira los brazos
o las piernas
cuando lo vistes

Pone y saca
objetos de una
caja

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO.

- El niño ó niña comenzará a decir unas pocas palabras.
- Háblale sobre los objetos y personas de la casa.

Pídele que repita los nombres de los objetos y de las personas.



Llévalo de paseo por el pueblo.

Muéstrale personas y objetos diciéndole sus nombres y describiéndolo. Muéstrale y descríbele cosas que están cerca y que están lejos, como, por ejemplo, animales, árboles, pájaros y el cielo.

Pídele al niño ó niña que nombre las cosas que ven.

Cuando le muestres un animal al niño ó niña, haz el sonido que hace el animal. Pídele al niño ó niña que repita los sonidos.

- Cuando el niño ó niña intente nombrar cosas o hacer los sonidos de un animal demuéstrole que esto te complace. Haz esto abrazándolo, sonriéndole, etc.
- Si el niño ó niña tiene dificultad para hablar, deja que te toque la cara mientras hablas.

Coloca las manos del niño ó niña sobre tu rostro y deja que el niño sienta cómo se mueven tus labios cuando hablas.



Coloca las manos del niño ó niña sobre su propia cara. Enséñale a sentir los movimientos de sus labios mientras repite lo que tú dices.

Coloca las manos del niño ó niña sobre tu garganta y permítele que sienta los movimientos cuando hablas.

Luego coloca la mano del niño ó niña sobre su propia garganta mientras él habla.



Cuando el niño ó niña emita sonidos, demuéstrole que esto te complace.



- Anima al niño ó niña a repetir los movimientos que tú haces. Por ejemplo, aplaude con las manos y pídele que aplauda con las suyas.

Hazle “adiós” con las manos. Pídele que haga lo mismo.

Estire los brazos hacia el niño ó niña y pídele que estire sus brazos hacia ti.

Si el niño ó niña tiene dificultad para moverse, ayúdalo para que repita los movimientos que haces.



- El niño ó niña debe aprender a comprender preguntas simples.

Háblale y señálale los objetos de los cuales estás hablando.

Si el niño ó niña tiene dificultad para entender lo que estás diciendo, repite la pregunta. Luego ayúdalo a contestarla.

- El niño ó niña también debe aprender a seguir órdenes simples. Juega con él para ayudarlo a aprender a hacer esto.

Por ejemplo, puedes enseñarle a seguir órdenes para que se siente y para que se levante. Esto lo puedes hacer si al sentarte dices “siéntate”, y al pararte dices “párate”. También puedes pedirle a algún familiar que siga tus órdenes. Luego pídele al niño ó niña que haga lo mismo.

También puedes darle al niño ó niña otras órdenes simples, tal como “Dame la taza”. Si el niño ó niña no sigue tus órdenes, repite lo que has dicho. Luego ayuda al niño ó niña a seguir las órdenes. Juega con él a pasarse la taza u otros objetos.



Háblale y señálale las cosas de las cuales estás hablando.

RESULTADOS.

- Si el niño ó niña puede hacer todas estas actividades, puedes intentar las actividades de comunicación y comportamiento indicadas en el siguiente folleto de este cuaderno.

Si el niño ó niña no hace estas actividades, puede tener dificultad para oír, ver o aprender. Continúa tratando de hacer estas actividades. Puede tomarle mucho tiempo aprenderlas. Consulta al Personal de Salud.

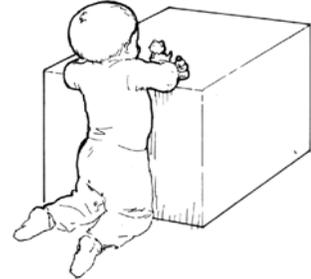
MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SI MISMO.



- Pon al niño ó niña sobre el suelo delante de una caja o silla. Coloca algunos juguetes sobre la silla. Anima al niño ó niña para que se acerque al banco ó silla y tome los objetos.

Al principio, puedes colocar los juguetes al borde del banco ó silla para que el niño ó niña pueda tomarlo arrodillándose al lado de la misma.

Después que el niño ó niña puede hacer esto, coloca los juguetes en el centro del banco ó silla o en una más alta. Luego ánimalo para que se pare y juegue con los juguetes mientras está parado.



Si el niño ó niña no puede arrodillarse o pararse, puedes ayudarlo a hacer esto.

Luego, ayúdalo a pararse y a jugar con los juguetes.

- El niño ó niña puede comenzar a caminar apoyándose en cajas, sillas, mesas o paredes.



- Tómalo de las manos y ayúdalo a caminar.
- Luego de caminar con ayuda, el niño ó niña puede intentar pararse solo.
- Luego puede intentar caminar solo.



Siéntate delante del niño ó niña con un juguete en tus manos. Llama al niño ó niña y pídele que camine hacia ti y tome el juguete. Cuando el niño ó niña camine hacia adonde te encuentras, dale el juguete.

También puedes darle comida.

- Luego que el niño ó niña de unos pocos pasos, demuéstrale que te encuentras complacido con lo que ha hecho. Puedes sonreírle y hablarle, acariciarlo o abrazarlo.



- Si el niño ó niña tiene dificultad para mantenerse parado, puedes fabricar una base de apoyo.

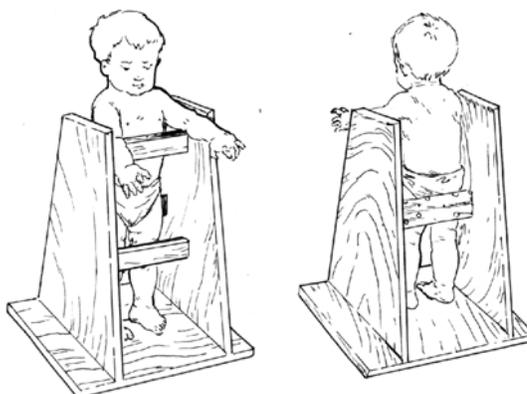
Puedes usar una caja de madera para ayudar al niño ó niña a mantenerse parado.



Si no encuentras una caja, puedes fabricar un apoyo como se muestra en la figura. Un trozo de madera ó de preferencia tela fuerte sostiene al niño ó niña por el pecho.

Otro trozo de madera ó de preferencia tela fuerte sostiene al niño ó niña a la altura de las rodillas.

Si usas trozos de madera cúbrelos con tela gruesa. Agrega una banda de tela que sujete al niño a la altura de las nalgas.



Deja que el niño ó niña se pare en una caja o sostenido con una de estas bandas, por una media hora. Juega con el niño ó niña mientras esté en la caja. Luego deja que el niño ó niña se siente y juegue con sus juguetes.

Ayúdalo a que se pare con un apoyo varias veces al día. El niño ó niña debe estar parado por un período breve de tiempo y luego sentarse nuevamente.

- Puedes hacer otras actividades con el niño ó niña para ayudarlo a usar las piernas. Juega con él de manera que disfrute el movimiento.



etc.

Deja que el niño ó niña se siente en un tronco, en un neumático o en una caja pequeña y que pretenda que es una bicicleta. Enséñale a mover su cuerpo de arriba para abajo mientras esté sentado. Ayúdalo a sentir que está manejando una bicicleta. Enséñale a sentarse solo y a jugar.

En vez de una bicicleta, el niño ó niña puede pretender que el tronco es un animal. Enséñale a hacer los sonidos del animal mientras está sentado sobre el tronco. Enséñale a hacer los sonidos de un caballo, de un burro,

El niño también puede pretender que está manejando un bus ó carro. Enséñale a hacer los sonidos que hace un bus ó el carro.

- Sienta al niño ó niña sobre un banquillo o una caja y párate frente a él. Pídele que se pare. Puedes ayudarlo a pararse poniendo tus manos debajo de sus brazos.



- Puedes animarlo a pararse sin ayuda al sostener un objeto brillante delante suyo para que el niño ó niña se estire y lo sostenga.

Haz esta actividad muchas veces hasta que el niño ó niña pueda pararse sin ayuda.

- Puedes ayudar al niño ó niña a caminar. Párate detrás suyo. Sostenlo por debajo de sus brazos.

Coloca los pies del niño ó niña sobre los tuyos. Luego, camina hacia delante, llevando al niño ó niña contigo. Esto le dará la sensación de caminar.



- Cuando el niño ó niña ya pueda caminar, dale algo para empujar mientras camina.

Animalo dándole un juguete para que lleve en el carrito.

Puede usar un barril, una caja o un carrito. El carrito puede hacerse fijando cuatro ruedas y una manija a la caja. Enséñale al niño ó niña a empujarlo.

Cuando el niño ó niña pueda caminar sin dificultad, puedes darle juguetes para arrastrar tirándolos con una cuerda.



- El niño ó niña continuará jugando con objetos de distintos tamaños. Aprenderá a poner y a sacar objetos de una caja.
- Recoge algunos objetos, tales como semillas de colores, conchas de mar, y piedras de distinto tamaño.

Coloca una lata delante del niño ó niña.

Ayúdalo a levantar uno de los objetos y a dejarlo caer dentro de la lata. Dile que escuche el sonido que hace el objeto al caer dentro de la lata. Luego pídele que deje caer otro objeto dentro de la misma.



Comienza con objetos más grandes y luego utiliza objetos más pequeños.

Ayuda al niño ó niña a sacudir la lata y pídele que escuche los sonidos que ésta hace.

Ayúdalo a vaciar la lata.



- Haz agujeros en el fondo de una caja de cartón. Da vuelta la caja y deja que el niño ó niña deje caer objetos por los agujeros.

Nombra los objetos que el niño ó niña pone dentro de la caja. Luego pídele que trate de nombrarlos.

Pídele al niño ó niña que busque los objetos. Cuando el niño ó niña los encuentre debajo de la caja, pretende estar sorprendido. Esto hará que el niño ó niña se ría.



- Deja que el niño ó niña juegue con arena y agua, o con tierra y agua.

El niño ó niña puede hacer figuras en la arena o el barro. Anímalo para que pretenda que está haciendo pan o galletas. Ayúdalo a hacer formas que parezcan pan o galletas.

- Junta seis cajas de distinto tamaño. Muéstrale cómo poner la caja mas pequeña dentro de la caja que le sigue en tamaño. Saca la caja más pequeña y pídele que las junte nuevamente. Dale la ayuda que necesite.



Cuando el niño ó niña haya puesto una de las cajas dentro de la otra y las separe, usa tres cajas. Enséñale al niño ó niña a poner una dentro de otra y a separarlas. Luego deja que el niño ó niña lo haga.

Cada vez que el niño ó niña ponga una caja dentro de otra o las separe, demuéstrole que esta tarea te complace.

Continúa enseñándole, agregando una caja por vez hasta que el niño ó niña haya puesto las seis cajas una dentro de otra y luego las haya separado.

- Anima al niño ó niña a usar ambas manos, dándole un bote ó una botella de plástico pequeña con una tapa que él pueda abrir y cerrar.
- Cuando el niño ó niña juegue con objetos, puede usar una mano más que la otra. Deja que use la mano que él prefiera. No lo fuerces a usar una mano más que la otra.
- Cuando el niño ó niña pueda usar las manos para jugar con distintos objetos, también podrá alimentarse solo y comer la mayoría de los alimentos.



Cuando sea la hora de comer, coloca algún alimento que al niño ó niña le agrada delante suyo. Siéntate a su lado y dile cual es la comida.

Pon tu mano sobre la mano del niño ó niña. Ayúdalo a levantar la comida y a llevársela a la boca. Repite esto, ayudándolo cada vez menos. Continúa haciendo lo mismo hasta que el niño ó niña pueda comer sin ayuda.

Háblale y cuéntale historias mientras come.

Mientras el niño ó niña se lleva el alimento a la boca, dile que está comiendo.



Permite que el niño ó niña huela distintos tipos de alimentos y dile sus nombres.

- Si amamantas al niño ó niña, continúa haciéndolo esto aunque el niño ya coma otros tipos de comida, hasta los dos años.
- El niño ó niña comenzará a ayudar cuando lo vistes.



Al principio, el niño ó niña levantará un brazo o una pierna mientras lo estás vistiendo. Deberás continuar vistiéndolo.

RESULTADOS

- Si el niño ó niña puede hacer todas estas actividades, trata de hacer las actividades de movimiento descritas en el siguiente folleto de este cuaderno.

Si el niño ó niña no hace todas estas actividades, puede tener dificultad para moverse. Continúa tratando de hacer estas actividades con el niño y consulta al Personal de Salud.

ACTIVIDADES DE JUEGO – FOLLETO 5

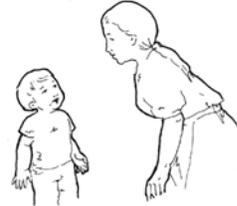
COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO



Se llama a sí mismo por su nombre



Cuando se le pide, señala partes de su cuerpo



Pide cosas

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SÍ MISMO



Junta y separa cosas



Corre



Ayuda a que lo desvistan



Sabe cuando usar el inodoro



Sube y baja escaleras

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO.

- Tu niño ó niña aprenderá a llamarse por su nombre.

Señala al niño ó niña y pregúntale: "¿Cómo te llamas?" Luego di su nombre. Repite esta actividad muchas veces. Haz que el niño ó niña diga su nombre contigo cuando le preguntes "¿Cómo te llamas?". Continúa preguntádoselo de vez en cuando hasta que el niño ó niña diga su nombre.

Llámalo por su nombre cuando le hables y cuando juegues con él.



- El niño ó niña también aprenderá a nombrar las partes de su cuerpo. Tú lo puedes ayudar a aprender a hacer esto.
- Siéntate con el niño ó niña. Señala su nariz y dile "Esta es tu nariz".

Luego pregúntale "¿dónde está tu nariz"?

Dirige la mano del niño ó niña y enséñale a mostrarte su nariz. Deja que el niño ó niña se toque la nariz, la sienta y diga "nariz" cuando se la toca.

Cada vez ayúdalos menos hasta que el niño ó niña sepa cual es la nariz.

- Señala otras partes del cuerpo y enséñale al niño ó niña sus nombres de la misma manera.
- Canta canciones o haz juegos que nombren las distintas partes del cuerpo.
- Cuando converses con el niño ó niña, usa los nombres de las partes del cuerpo.



Algunos niños ó niñas necesitan mucho tiempo para aprender a nombrar objetos. Juega con tu niño ó niña todos los días y dile los nombres de las cosas. Puedes dejar que el niño ó niña juegue tratando de nombrar los objetos y dejándolos caer dentro de una caja, o encontrando objetos y nombrándolos.

- El niño ó niña aprenderá a pedir cosas, tales como comida o juguetes.

Puedes ayudar para que el niño ó niña aprenda diciéndote los nombres de las cosas. Luego, hazle preguntas sobre lo que le acabas de decir.

Por ejemplo, puedes preguntarle que quiere comer. Anima al niño ó niña para que nombre la comida que quiere. Dale la comida enseguida después que él te ha hecho saber que es lo que quiere. Si el niño ó niña señala la comida, dile el nombre y dásela hasta después de un momento no inmediatamente. Si intenta decir el nombre dáselo inmediatamente. Continúa animándolo para que nombre distintos tipos de alimentos.

- Cuando el niño ó niña está aprendiendo a hablar, las palabras que salgan de su boca no serán muy claras. El niño ó niña también puede inventar palabras o decir palabras a medias.

Toda vez que el niño intente comunicarse, demuéstrale que esto te complace. Así lo animarás a continuar tratando de comunicarse y a hablar.



RESULTADOS.

- Si el niño ó niña hace estas actividades, intenta las actividades de comunicación y comportamiento indicadas en el siguiente folleto de este cuaderno.

Si el niño ó niña no hace estas actividades, puede tener dificultad para oír o aprender. Continúa intentado estas actividades y consulta al Personal de Salud.

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SI MISMO.



- Al niño ó niña le seguirá gustando jugar con objetos de distintos tamaños. Seguirá poniendo y sacando objetos de una caja. Al niño ó niña también le gustará armar y desarmar cosas.

Busca una caja grande.

Pon distintos objetos en la caja como pelotas de plástico ó de papel, trocitos de tela, flores, frutas, hojas.

Enséñale a sacar los objetos de la caja uno por uno y a ponerlos nuevamente dentro de la misma.

Mientras el niño ó niña saca cada objeto de la caja, dile "afuera" y haz que el niño repita la palabra "afuera". Mientras el niño pone cada objeto nuevamente dentro de la caja, enséñale a decir "adentro".



- Ayuda al niño ó niña a meterse dentro de la caja. De este modo, él sentirá lo que es estar "adentro" de algo. Llama al niño por su nombre. Dile, por ejemplo, "Juana adentro de la caja". Pídele que lo repita.

Ayúdalo a salir de la caja. Di "Juana afuera de la caja". Pídele que lo repita.



- Dale al niño ó niña distintos objetos con los que él pueda jugar. Anímalo a jugar con los objetos.



- Dale objetos que él pueda poner uno encima del otro. Puedes darle bloques ó cubos de madera o cajas de diferente tamaño.

El niño ó niña puede hacer torres con los bloques y luego derribarlas. Esto hará que el niño ó niña se ría.



- Enseña al niño ó niña a usar la madera y las cajas para construir casa, escuelas, puentes, etc.



- Puedes darle objetos para ponerles una cuerda. Dale una cuerda gruesa y objetos grandes o semillas con grandes agujeros en el medio. Puedes también usar tela para hacer pequeños anillos para ponerle a la cuerda.

Ayuda al niño a pasar la cuerda por los objetos ó semillas y a sacarlas.

Luego deja que el niño ó niña haga esta actividad solo.

- Dale al niño una lata grande o un balde con arena y unas cuantas latas pequeñas. Enséñale a poner arena dentro de las latas. Enséñale a sostener una lata en cada mano y a pasar arena de una lata a la otra.

Deja que el niño ó niña juegue con la arena.



- Dale un guacal grande, una lata o un balde lleno con agua. Deja que el niño meta sus manos en el agua y que juegue.

Dale pequeños palitos, cajas o barcos hechos de papel o de hojas. Muéstrale como se mueven en el agua. Deja que el niño ó niña sienta como se mueven en el agua y déjalo jugar con ellos.



- Luego que el niño ó niña pueda caminar bien, intentará correr.

- Puedes ayudarlo a caminar bien caminando con él sobre terreno disparejo.



Sube y baja escaleras con el niño ó niña.



Sube y baja las colinas con el niño ó niña.

- Cuando el niño ó niña pueda usar los brazos y las piernas para hacer estas actividades, también podrá ayudarte a que lo desvistas.

Puede ser capaz de quitarse la ropa a medias. Luego, tú deberás ayudarlo para que se la quite totalmente.



- El niño también puede aprender a usar la letrina.

Observa al niño ó niña y descubre a que hora del día hace pupú. En el momento del día en que el niño ó niña hace pupú, llévalo a la letrina. Dile al niño ó niña que haga pupú en la letrina.

Quédate con el niño ó niña y dile que a ti te hace feliz que use la letrina. Puedes contarle historias para que el niño se quede en la letrina hasta que lo haya terminado de usar.



Si el niño ó niña no puede sentarse por sí solo, coloca una caja sobre la letrina. El niño ó niña podrá sentarse sobre la caja.

Si el niño tiene dificultad para sentarse, puedes hacer una caja con respaldo para apoyar la espalda y los brazos.

Apenas el niño ó niña haya defecado en la letrina, dile que lo ha hecho muy bien.

Limpia al niño ó niña. Luego que pasen unos días, comienza a enseñarle a limpiarse solo.

Lávate las manos cada vez que lleves al niño ó niña a la letrina.

Enséñale a lavarse las manos después que haya usado la letrina.

Cuando el niño ó niña haya aprendido a usar la letrina para hacer pupú, enséñale a usarlo para hacer pipi. Puedes hacer esto de la misma manera.

RESULTADOS.

- Si el niño ó niña puede hacer todas estas actividades, prueba las actividades de movimiento indicadas en el siguiente folleto de este cuaderno.

Si el niño ó niña no hace todas estas actividades, puede tener dificultad para moverse o para aprender. Continúa intentando estas actividades y consulta al Personal de Salud.

ACTIVIDADES DE JUEGO – FOLLETO 6

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO



Nombra objetos que le son familiares



Juega con otros niños



Trata de ayudar a sus padres

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SÍ MISMO



Le gusta trepar



Salta



Usa el inodoro sin ayuda



Se desviste sin ayuda



Patea una pelota

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO.

- Tu niño ó niña está aprendiendo a hacer muchas cosas. También podrás ver que el niño ó niña comienza a demostrar muchos de sus sentimientos.

Por ejemplo, el niño ó niña puede sentirse triste, lastimado o solo. Si esto sucede, háblale. Demuéstrale que lo quieres cerca de ti y que no lo abandonarás.

Dale todo tu cariño y afecto. Cuando más sienta un niño ó niña que es querido, más tratará de hacer lo que quieres que él haga. No le hagas sentir que es malo o que no es querido.



- Todo niño ó niña atraviesa por una etapa en la que no hace lo que su familia desea. Esta etapa seguramente pasará luego de un tiempo. Si tu niño ó niña muestra este tipo de comportamiento, la familia debe ser paciente con él.

Los niños ó niñas que tienen dificultad para hacer actividades que otros niños de su edad hacen, pueden mostrar este tipo de comportamiento durante más tiempo.

- Cuando el niño ó niña hace algo que es correcto o hace algo que quieres que haga, demuéstrale que te sientes satisfecho con lo que él ha hecho. Dile que lo ha hecho muy bien. Cuando el niño ó niña diga o haga algo que es correcto, dale algo que a él le guste o que le gustaría tener. También puedes dejar que haga algo que él quiera.
- A veces, los niños se enojan mucho.

Un niño puede enojarse por varias razones:

- No se siente querido, amado o seguro.
- No puede hacer o tener lo que quiere porque así no lo quiere su familia.



- Está enfermo.
- No puede comunicar o hacer lo que quiere debido a su discapacidad.
- Enojarse es la única manera que tiene el niño ó niña de conseguir lo que quiere.
- Observa al niño ó niña y descubre cuál de las razones que se mencionaron anteriormente hace que el niño se enoje. Obsérvalo y averigua que es lo que quiere. Averigua también qué cosas hacen que el niño ó niña se reponga.

- Si el niño ó niña se enoja a menudo porque es la única manera que tiene para conseguir lo que quiere, deja de prestarle atención cuando se enoja.



La próxima vez que el niño ó niña se enoje, no le prestes atención. No le des lo que él quiera o no hagas ningunas de las cosas que causen que el niño se reponga. Ni siquiera lo mires, ignóralo. Luego de un tiempo, el niño se repondrá solo.



Mas tarde, cuando el niño ó niña esté haciendo algo que quieres que haga, dale todo cariño y atención.



- El niño ó niña puede enojarse a menudo debido a que no puede hacer algunas actividades debido a su discapacidad.

Capacita al niño ó niña para hacer todo lo que él pueda sin ayuda, hazle saber que lo ayudarás en las cosas que no pueda hacer solo.

• Si el niño ó niña sigue enojándose a menudo, consulta al Personal de Salud.

- Algunas veces, el niño ó niña tratará de hacer todo lo que pidas que haga.

El niño ó niña puede intentar ayudarte en tus tareas . Anímalo para que te ayude, aún si realmente el niño ó niña no puede hacerlo.



El niño ó niña puede también repetir actividades que te haya visto hacer a ti. Dale una escoba pequeña o algunas ollas y anímalo para que haga lo que tú estas haciendo.

Dile que juegue a que es un papá o una mamá. Dale un animal o una muñeca para ayudarlo a jugar.

Cuando el niño ó niña haga estas cosas, demuéstrale que te sientes complacido con lo que hace. Puedes agradecerle por ayudarte.



Puedes hacer muchas actividades con el niño ó niña para que aprenda sobre las cosas que lo rodean.

Estas actividades lo ayudarán a nombrar cosas y a comprender cómo funcionan.

- Junta varios objetos de la casa y del patio. Haz que el niño ó niña te ayude a juntar los objetos. Luego ponlos en el suelo o sobre una mesa. Siéntate con el niño delante de los objetos.

Levanta uno de los objetos y dáselo al niño ó niña que lo sostenga. Pregúntale: "**¿Qué es esto?**". Si el niño ó niña no puede responder correctamente, ayúdalo a hacerlo.



Luego pídele que te pregunte sobre el objeto y respóndele.

A continuación, pídele al niño ó niña que levante un objeto y te pregunte a ti: "**¿Qué es esto?**". Debes contestarle. Luego pregúntale algo sobre el mismo objeto. Si el niño ó niña no puede contestar tu pregunta, ayúdalo a hacerlo.

Túrnate con el niño ó niña para preguntarle sobre los objetos que ambos han juntado.



Da al niño ó niña fotografías sacadas de tarjetas, almanaque, libros ó del diario. Pídele al niño ó niña que junte las figuras con los objetos que se encuentren en la casa o en el jardín y que sean los mismos que se muestran en las figuras.

Animalo para que dibuje. Deja que juegue con un lápiz y un papel o con un palito en la arena.

- Los colores rojo, amarillo y azul son a menudo los primeros colores que un niño aprende a conocer. Enséñale al niño ó niña a reconocer y a nombrar estos colores.

Junta con el niño ó niña algunos objetos de distintos colores. Estos pueden encontrarse en su casa o patio, como, por ejemplo, flores, frutas, vestimenta, tazas.

Comienza enseñándole a poner juntos objetos del mismo color. Pon objetos de color rojo y de color amarillo delante del niño ó niña. Muéstrale que objetos son de color rojo y cuáles son de color amarillo. Luego pídele que junte todos los objetos rojos en un grupo y todos los objetos amarillos en otro grupo.



Cuando el niño ó niña pueda hacer esta actividad, pon otros objetos de distintos colores, especialmente de color azul con los objetos de color rojo y amarillo. Pídele que junte todos los objetos rojos. Luego pídele que haga lo mismo con los de color amarillo y por último que junte los de color azul.



Luego que el niño ó niña haya hecho esto con objetos de color rojo, amarillo y azul, dale objetos de otros colores.

- Descríbele qué es lo que hacen juntos durante el día: comer, dormir, cocinar, limpiar y jugar.

Luego de unos días, comienza a preguntarle: “¿Qué es lo que estoy haciendo?” y “¿Qué es lo que estás haciendo?”.

Si el niño ó niña no puede contestar, dile como se llama la actividad que están haciendo. Hazle nuevamente la misma pregunta y ayúdalo a contestarla.

Tú puedes convertir esto en un juego en el que los dos se hagan preguntas por turnos.

- Pídele a otros niños que jueguen con él. Al principio, los niños jugarán uno al lado del otro, pero sin jugar uno con el otro. Cada niño hará algo por separado.



Pasado un tiempo, los niños comenzarán a jugar juntos.

- Anima al niño ó niña a jugar con objetos y a pretender que estos objetos son alguna otra cosa. Por ejemplo, los niños pueden usar cajas como casas, palitos como animales, muñecos como bebés, etc.

RESULTADOS.

- Si el niño ó niña hace estas actividades, prueba las actividades de comunicación y comportamiento indicadas en el siguiente folleto de este cuaderno.

Si el niño ó niña no hace estas actividades, puede tener dificultad para ver, oír o aprender. Continúa con estas actividades y consulta al Personal de Salud.

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SI MISMO

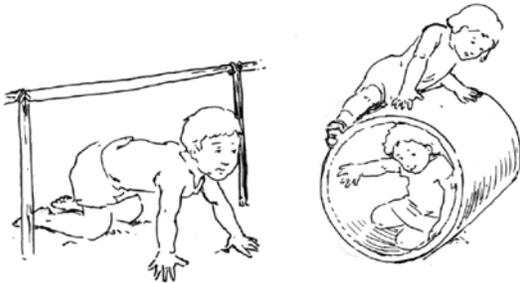


- Cuando el niño ó niña pueda caminar y correr, intentará hacer otros movimientos.

Al niño ó niña le gustará subirse encima de objetos que encuentre en la casa y fuera de ella.

Aunque debes cuidar que no se caiga, ánimalo para que se trepe a distintos objetos.

Muéstrale cómo trepar cercas, portones y barriles. Deja que el niño ó niña se suba a estos objetos. Dale toda la ayuda que necesite hasta que él pueda hacerlo solo.



Muéstrale como gatear y arrastrarse por debajo de cercas y portones, y como pasar a través de un barril.

- También puedes mostrarle como saltar desde objetos bajos, tales como troncos o cajas.



Cuando el niño pueda saltar sin ayuda, saltará desde objetos más altos y más grandes.



- Pídele a otro niño ó niña que juegue con él. Haz una pelota de trapo. Enséñale a los niños a tirarse la pelota en distintas direcciones y maneras. Pueden tirarse la pelota por lo alto, por lo bajo, por encima de la cabeza o por entre las piernas.





Inventa juegos para que los niños hagan con la pelota.

Muéstrale a tu niño como patear la pelota.

- Cuando el niño ó niña pueda hacer las actividades indicadas en esta sección también podrá desvestirse sin ayuda.

Si el niño ó niña tiene dificultad para quitarse la ropa, puedes ayudarlo.



Pon tu manos sobre las del niño ó niña y ayúdalo a quitarse la ropa. Dile lo que está haciendo.

Cada vez que lo ayudes a desvestirse, pídele al niño ó niña que haga por sí solo todo lo que le sea posible.

Mientras el niño ó niña aprende a desvestirse, comienza a ayudarlo cada vez menos hasta que él pueda hacerlo solo.



El niño ó niña seguirá necesitando ayuda para vestirse.



- Luego de haber aprendido a usar la letrina, el niño ó niña podrá aprender a ir a la letrina sin ayuda.

Si la letrina que usan los adultos es muy grande para el niño ó niña, enséñale a usar un guacal, una bacinica o una lata.

Ayúdalo hasta que él pueda ir a la letrina y lavarse las manos sin ayuda.

RESULTADOS.

- Si el niño ó niña hace estas actividades, prueba las actividades de movimiento indicadas en el siguiente folleto de este cuaderno.

Si el niño ó niña no hace todas estas actividades, puede tener dificultad para moverse o para aprender. Continúa intentando estas actividades y consulta al Personal de Salud.

ACTIVIDADES DE JUEGO – FOLLETO 7

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO



Habla sobre lo que hace



Hace preguntas



Agrupar objetos de acuerdo a su tamaño



Nombra los colores



Compara formas y figuras

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SÍ MISMO



Salta sobre un pie



Se viste sin ayuda



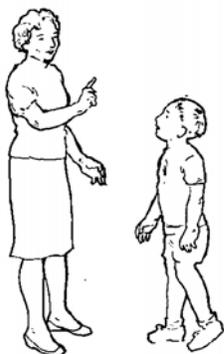
Camina en puntas



Se baña sin ayuda

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO

- Anima al niño ó niña para que te cuente sobre las cosas que hace. Pídele que te cuente sobre los niños con los que jugó o sobre las cosas que vio y que hizo durante el día.
- Cuéntale una historia. De vez en cuando, pregúntale algo sobre la historia que le estás contando.



Mientras tú continúas la historia, haz que el niño ó niña te pregunte sobre lo que le estás contando.

Luego, pídele al niño ó niña que te cuente a ti una historia. Puedes, entonces, preguntarle cosas sobre lo que te está contando. Algunas veces, le puedes contar una historia sobre un niño ó niña que hace las mismas cosas que él hace. Pero también puede hacer las cosas que tu niño no hace. Cuéntale cosas que lo hagan reír.



- Lleva al niño ó niña a caminar por el campo. Dile lo que sabes de las cosas que ven juntos. Cuéntale sobre el sol, la luna, las estrellas, la tierra, los ríos, las plantas, los animales, los pájaros.

Muéstrale y explícale las diferencias entre las colinas y los valles, los ríos y los lagos, los árboles y los arbustos, etc.

De vez en cuando, hazle preguntas sobre lo que le contaste. Ayúdalo a contestarlas.

Pídele al niño ó niña que te haga preguntas. Explícale lo que él quiera saber.



- También puedes mostrarle al niño ó niña fotografías y pinturas de animales, árboles, personas, etc. Pídele que nombre las cosas que ve en las fotografías o pinturas.



- Ayuda al niño ó niña a juntar palitos de distintos tamaños. Muéstrale como ordenarlos de acuerdo al tamaño. Mézclalos. Pídele que los ordene nuevamente sin ayuda. Dale toda la ayuda que necesite. También se pueden usar piedritas de distintos tamaños.



Ayuda al niño ó niña a inventar historias usando los palitos y las piedritas como si fueran personas y animales.

Deja que el niño ó niña juegue con otros niños. Anima a los niños a jugar usando palitos, piedritas u otros objetos como si fueran personas y animales.

- Deja que el niño ó niña juegue con objetos que tengan distinta forma.

Muéstrale como ordenarlos de acuerdo a la forma. Júntalos y pídele al niño ó niña que los ordene sin ayuda.

Pídele que nombre las diferentes formas.



- Muéstrale al niño ó niña como dibujar figuras en la arena usando un palito. También puedes enseñarle a dibujar sobre un papel con un lápiz o con carbón.
- Tú puedes dibujar figuras tales como cruces, círculos y cuadrados. Luego pídele al niño ó niña que dibuje las mismas figuras. Haz que el niño las nombre mientras las dibuja.

- De un gran trozo de papel o cartón, recorta distintas figuras, como círculos, semicírculos, cuadros, etc.

Ayuda al niño ó niña a poner las piezas recortadas en los agujeros correspondientes del papel. Luego saca las piezas y pídele al niño que las vuelva a poner en sus lugares sin ayuda.

- También puedes mostrarle al niño ó niña como contar los objetos con los que él juega.



Muéstrale como contar dos objetos, luego tres, etc.



- Luego puedes pedirle al niño ó niña que ordene los objetos por forma o tamaño, y que cuente los objetos que tienen la misma forma o tamaño. Por ejemplo, el niño ó niña puede contar cuántos objetos redondos y cuántos cuadrados hay, o puede contar cuántos objetos pequeños tiene y luego cuántos grandes.

Tú puedes ayudarlo a contar muchas cosas como dedos, ya sean de las manos o de los pies, u ojos; miembros de la familia, las ventanas del cuarto, etc.

- Junta con el niño ó niña, en la casa o en el patio, unos cuantos objetos de distintos colores, como flores, frutas, ropa, tazas. Vean cuántos son rojos, amarillos y azules.
- Pon los objetos de diferentes colores adelante del niño ó niña. Pídele que te dé el objeto pregúntale de qué color es. Ayúdalo a contestar.



Haz lo mismo para los objetos de color amarillo y los de color azul.

Cada vez que el niño ó niña haya escogido el color correcto, hazle saber que lo ha hecho bien.

Luego que el niño ó niña aprenda los colores rojo, amarillo y azul, enséñale otros colores de la misma manera.

RESULTADOS

- Si el niño ó niña puede hacer todas estas actividades, intenta las actividades de comunicación y comportamiento indicadas en el siguiente folleto de este cuaderno.
- Si el niño ó niña no puede hacer estas actividades, puede tener dificultad para ver, oír o aprender. Continúa haciendo estas actividades y consulta al Personal de Salud.

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SI MISMO.

- Los niños que pueden correr y saltar intentarán hacer otros movimientos. Juega con el niño ó niña para ayudarlo a disfrutar de distintos movimientos.



- Si el niño ó niña puede saltar desde cajas pequeñas o troncos, deja que intente saltar de cajas o troncos más grandes.

- Pídele al niño ó niña que salte sobre objetos pequeños puestos sobre el suelo. Estos pueden ser pequeños palitos o trozos de cuerda. Pídele que salte sobre ellos.

- Pídele que se pare sobre un pie y que se quede en esa posición el mayor tiempo posible. Luego pídele que haga lo mismo con el otro pie.



Dile que intente estar parado sobre un pie el mismo tiempo que puede estar parado sobre el otro. Tú puedes contar mientras el niño ó niña esté parado sobre cada pie para ver si el tiempo que está parado sobre un pie es el mismo que sobre el otro pie. Pídele al niño ó niña que cuente contigo.

- Cuando el niño ó niña pueda pararse sobre un pie, pídele que salte en un pie.

Luego pídele que salte sobre el otro pie.

RESULTADOS

- Si el niño ó niña puede hacer todas estas actividades, intenta las actividades de movimiento indicadas en el siguiente folleto de este cuaderno.
- Si el niño ó niña no puede hacer estas actividades, puede tener dificultad para moverse o para aprender. Continúa haciendo estas actividades y consulta al Personal de Salud.

ACTIVIDADES DE JUEGO – FOLLETO 8

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO



Dibuja



Cuenta objetos



Ayuda a sus familiares con las tareas de la casa



Cuida a niños mas pequeños

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SÍ MISMO



Salta sobre un pie



Participa en juegos de movimiento



Va a la escuela

COMUNICACIÓN Y COMPORTAMIENTO

- Si el niño ó niña ha hecho las otras actividades indicadas en este cuaderno de capacitación, podrá estar listo para aprender nuevas actividades.

- Dale un trozo de tela. Enséñale a doblarlo en distintas formas y tamaños.

Dale al niño ó niña pequeños objetos para envolver y atar con el trozo de tela.

- También puedes enseñarle al niño ó niña a doblar papeles en distintas formas y tamaños. Luego, podrá cortar el papel en distintas figuras y tamaños.

Muéstrale como hacer juguetes de papel.

Muéstrale como hacer barquitos, muñecos y animales.

- Dibuja la figura de un hombre en un trozo de papel. Recórtala. Corta la cabeza, las manos, los brazos, los pies y las piernas, de manera que ahora la figura esté separada en varias partes.

Muéstrale las distintas partes recortadas en su propio cuerpo.

Muéstrale cómo poner juntas las distintas partes del cuerpo del hombre de papel.

Pídele que nombre las distintas partes del cuerpo del hombre. Al mismo tiempo, pídele que señale estas partes en su propio cuerpo.

- Dale al niño ó niña dos latas o baldes, uno con agua y el otro con tierra.

Deja que el niño ó niña forme lodo mezclando la tierra con el agua. Muéstrale cómo hacer juguetes con el lodo, cómo hacer casas, animales, personas, puentes.

Deja que el niño ó niña juegue con el lodo.

Deja que el niño ó niña te enseñe el camino hacia y desde la tienda muchas veces. Cuando creas que el niño ó niña puede ir solo a la tienda, deja que él vaya a hacer las compras.

De este modo, le permitirás familiarizarse con el pueblo.

- Puedes enseñarle al niño ó niña a ayudar a la huerta.

Enséñale a plantar semillas de verdura, frutas y flores. Luego, el niño ó niña puede verla crecer.

Enséñale a cuidar las plantas, a regarlas y a no dejar que las maten insectos dañinos.



Enséñale las diferencias entre las plantas y las malezas y muéstrale cómo arrancar las malezas.

RESULTADOS.

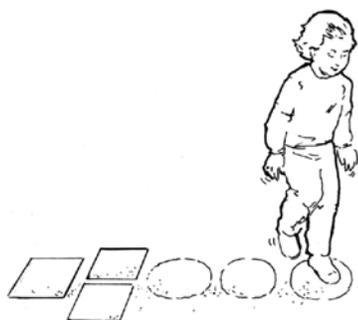
- Si el niño ó niña puede hacer todas estas actividades, tanto tú como el niño ó niña lo han hecho bien. El niño ó niña ya está listo para ir a la escuela.

Si el niño ó niña no hace estas actividades, puede tener dificultad para ver, oír, o aprender. Continúa intentando las actividades y consulta al Personal de Salud.

MOVIMIENTO Y CUIDADO DE SI MISMO.

Si el niño ó niña ha hecho bien las otras actividades de movimiento indicadas en este cuaderno de capacitación, le gustará hacer otras de estas actividades.

Hay muchas actividades que le puedes enseñar. El también puede aprender algunas de estas actividades de otros niños.



- Busca una llanta o un neumático viejo. Enséñale al niño ó niña a correr con el neumático o con la rueda, haciéndola rodar con las manos o con un palo.

Muéstrale al niño ó niña como dibujar figuras sobre el suelo siguiendo modelos.

Dile al niño ó niña que salte siguiendo las formas.

Enséñale a saltar en una pierna de una figura a la otra.



- Busca a otro niño ó niña para que juegue con el tuyo. Enséñales a jugar al "salta burro".

Un niño ó niña se agacha en posición de gateo. El otro niño ó niña pone sus manos sobre la espalda del primer niño ó niña. Salta sobre el cuerpo del otro niño y se agacha delante de su compañero de juego. Así, se intercambian los roles. El niño ó niña que estaba agachado es ahora quien salta sobre el niño ó niña que está ahora agachado. Así pueden seguir jugando hasta que se cansen.



- Si otros niños en tu pueblo están elevando piscuchas, ayuda a tu niño ó niña a hacer una piscucha y a elevarla.

Para hacer una piscucha, corta un gran trozo de papel fino en una forma que al niño ó niña le guste. Amarra trozos livianos de madera que servirán de marco para la piscucha y pega el trozo de papel a la madera con goma ó engrudo. Amarra pedacitos de papel o pedazos de tela livianos a una cuerda y pégalos a la piscucha a

manera de cola. Agrégale una cuerda larga para que el niño sostenga la piscucha.

- Reúne a un grupo de tres o más niños. Cuéntales historias. Haz distintos gestos con tu rostro y mueve tus brazos, piernas y cuerpo para hacer más claro lo que les estás contando.

Luego pídeles que se cuenten historias de la misma manera en que tú lo hiciste.

- Enséñale a los niños a contarse historias entre ellos sin hablar. Enséñales a usar gestos y movimientos de brazos, piernas y cuerpos para comunicar lo que quieren decir.



- Reúne a un grupo de cuatro o más niños para que jueguen con el tuyo. Enséñales a cantar y a bailar en grupo. Muéstrales cómo hacer una rueda mientras cantan y aplauden con las manos. Enséñales a moverse de distintas maneras siguiendo el ritmo de sus canciones.

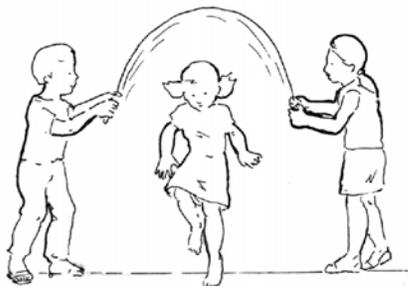
- Puedes enseñarles a jugar al "pulpo".



En este juego, un niño pretende estar dormido. Este niño es el "pulpo". Los otros niños bailan y corren en círculo alrededor del pulpo. El pulpo pretende despertarse rápidamente y debe tocar a uno de los otros niños.

El niño que es tocado se transforma en el "pulpo".

- Pídele a dos o más niños que jueguen con el tuyo. Enséñales a jugar "Escondelero".



Dile a los niños que uno de ellos debe contar con los ojos cerrados y los otros tratarán de esconderse, luego el o ella debe encontrarlos. Ayuda a los niños a esconderse y dile al otro que los busque.



Al primero que encuentren es el que después debe contar.

- Puedes enseñarles a los niños juegos que se pueden hacer con una cuerda.

Dos niños sostienen una cuerda, uno a cada extremo y la mueven en círculo. Otro niño ó niña se para en el medio y salta sobre la cuerda cada vez que ésta toca el suelo. Enséñales a los niños a contar cada vez que salta.

Enséñale a cada niño ó niña a saltar la cuerda solo. Pídeles que cuenten cada vez que la saltan. Has una competencia. El niño ó niña que salta la cuerda más veces sin parar será el ganador.

- Tu niño ó niña también puede usar una cuerda para hacer lo siguiente: Pon la cuerda en línea recta sobre el suelo. El niño ó niña puede caminar poniendo sus pies sobre la cuerda y dando pasos largos.

También puede dar pequeños pasos. En este juego, el talón del pie que el niño ó niña coloque adelante debe tocar los dedos del otro pie.

El niño ó niña puede cruzar sus pies de un lado al otro de la cuerda mientras camina.

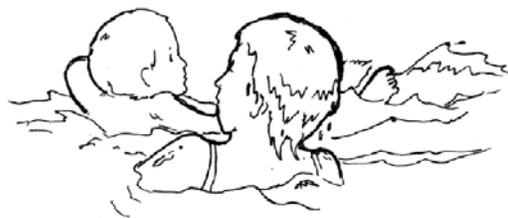


- Enséñale al niño ó niña a caminar sosteniendo libros u otros objetos sobre la cabeza.



Reúne a tres o más niños para que corran carreras con el tuyo mientras sostienen objetos en sus cabezas.

- Si vives en una zona donde hay lagos y ríos, enséñale al niño ó niña a nadar.



Ve con él al río o al lago, y juega con él en el agua.

Cuando el niño ó niña ya no le tenga miedo al agua, enséñale a nadar. De este modo, el niño ó niña podrá jugar en el agua con mayor seguridad y confianza. Si tú no le puedes enseñar a nadar, busca a alguien más para que lo haga, puede ser un familiar, un amigo o un vecino.

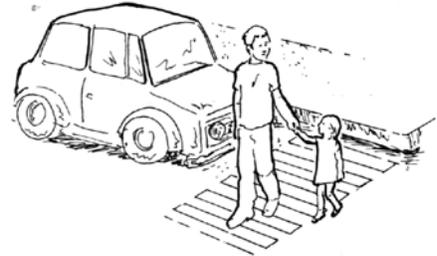
Si el niño ó niña no aprende a nadar, enséñale a no ir al río o al lago solo.

- Antes que el niño ó niña vaya a la escuela, enséñale cómo llegar a ella sano y salvo.

Si tu niño ó niña es muy pequeño todavía, enséñale a no ir adonde hay tráfico. Antes que los niños ya más grandes comiencen a ir a la escuela enséñales a cuidarse del tráfico y a cruzar el camino por donde corresponde.

Lleva al niño ó niña a la orilla del camino. Enséñale a caminar del lado del camino de frente al tráfico, para que pueda ver los automóviles u otros vehículos que se acercan.

Cuando le enseñas al niño ó niña a cruzar el camino, enséñale a mirar y a escuchar atentamente en ambas direcciones. Explícale que siempre debe cruzar el camino cuando no hay tráfico o cuando éste se haya detenido. Si hay señales indicando por dónde debe cruzar la gente, enseña al niño ó niña a cruzar el camino por estos lugares.



Cruza con el niño ó niña muchas veces, describiéndole y explicándole cómo tiene que hacerlo.

Luego dile que cruce el camino solo y obsérvalo. Repite esta actividad hasta que estés seguro que el niño ó niña pueda cruzar el camino solo sin peligro.

Si en algunos caminos hay mucho tráfico, dile al niño ó niña que le pida ayuda a un adulto para cruzarlo.

RESULTADOS.

- Si el niño ó niña puede hacer todas estas actividades, tú y él habrán hecho las cosas bien. El niño ó niña ahora puede cuidarse por sí mismo y podrá desplazarse por el pueblo.

Si el niño ó niña no hace todas estas actividades, puede tener dificultad para moverse o para aprender. Continúa tratando de hacer estas actividades con el niño ó niña y consulta al Personal de Salud.



**Organización
Panamericana
de la Salud**

*Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud*