

	<b>SISTEMA DE GARANTIA DE LA CALIDAD</b> <b>GESTIÓN DOCUMENTAL</b>	EMISIÓN	25/11/2021
		ACTUALIZACIÓN	25/11/2026
	<b>EJERCICIOS PARA TRABAJAR PROCESOS DE ESTIMULACIÓN</b> <b>MOTORA Y EMOCIONAL</b>	SGDC-INS-12	
		Versión: 01	
	Control: ____	Pág.1 de 3	

La estimulación oportuna durante los primeros años de vida es fundamental en el desarrollo infantil para lograr un desarrollo integral del niño en las etapas de su vida. La estimulación en la educación inicial se logra mediante la repetición útil de pequeñas sesiones que forman rutinas agradables para el bebé, lo cual le brinda seguridad y confianza; sensaciones que potencializan su desarrollo integral.

El área motora gruesa tiene que ver con movimientos de los distintos músculos del cuerpo – tanto de la cabeza a los pies como del cuerpo a las extremidades – y, donde gracias a su coordinación, el niño puede mantener una postura, desplazarse y moverse en su entorno. Por lo que las habilidades motrices gruesas se relacionan con los cambios en la posición del cuerpo, el logro del equilibrio, la coordinación, agilidad y la fuerza. Si bien es cierto que la genética y el temperamento juegan un rol importante en las habilidades motrices, el ambiente y el estilo de crianza contribuyen de forma significativa en el adecuado desarrollo de estas áreas. Como padres se pueden facilitar ciertos aprendizajes, mediante la estimulación adecuada. Por lo tanto, la mejora de las habilidades no se produce sólo por el crecimiento y desarrollo normal, sino que a través de las oportunidades específicas que tengan los niños para practicar actividades y con el feedback y estimulación de los padres y otras personas importantes. Y con esto, se fomenta el desarrollo de las funciones ejecutivas y, por ende, el desarrollo cognitivo de los niños.

Es importante que los niños participen en actividades que les permitan descubrir su cuerpo en movimiento. Este se debe hacer principalmente a través del juego y experiencias motrices básicas, que contribuirán al adecuado desarrollo motor que servirá como una base para el desenvolvimiento intelectual, afectivo y social. Desde el punto de vista emocional, es necesario hacer una correcta estimulación por medio del mantenimiento de las capacidades mentales, evitar la desconexión del entorno, fortalecer las relaciones sociales, dar seguridad, incrementar la autonomía del paciente, estimular la propia identidad y autoestima, dignificar, mejorar el estado y sentimiento de salud.

Esta guía está diseñada para los cuidadores de los niños con el fin de que estimulen el desarrollo integral con ejercicios y actividades de la vida cotidiana a través de gestos y tareas simples para llevar a cabo en la casa o en cualquier lugar de manera que favorezca el desarrollo del niño en todas sus esferas.

**Objetivo General:** Favorecer el proceso de desarrollo en la etapa infantil de manera integral

**Objetivos específicos:**

- Lograr una estimulación motora para facilitar las tareas y el desenvolvimiento en el contexto y su interacción
- Favorecer la salud mental por medio de la estimulación sensorial y emocional

**Ejercicio 1:** Colocar al niño en una mesa con pinturas, hojas sin rayar y lapiceros. le indicamos que pinte. Al finalizar le pedimos que nos ayude a ordenar todo lo que utilizo. se puede realizar durante unos 20 minutos.

 <b>NIT. 900.315.383 - 3</b>	<b>SISTEMA DE GARANTIA DE LA CALIDAD</b> <b>GESTIÓN DOCUMENTAL</b>	EMISIÓN	25/11/2021
	<b>EJERCICIOS PARA TRABAJAR PROCESOS DE ESTIMULACIÓN MOTORA Y EMOCIONAL</b>	ACTUALIZACIÓN	25/11/2026
		SGDC-INS-12	
		Versión: 01	
		Control: _____	Pág.2 de 3



**Ejercicio 2:** Con un rompecabezas, una pelota y con objetos o juguetes del niño hacer un circuito para mejorar su concentración, ubicando diferentes bases y designando una actividad a realizar en cada una de ellas. Se recomienda hacerlo de manera ordenada. Este circuito va a durar alrededor de 20 minutos o el tiempo que se demore realizando cada una de las bases.

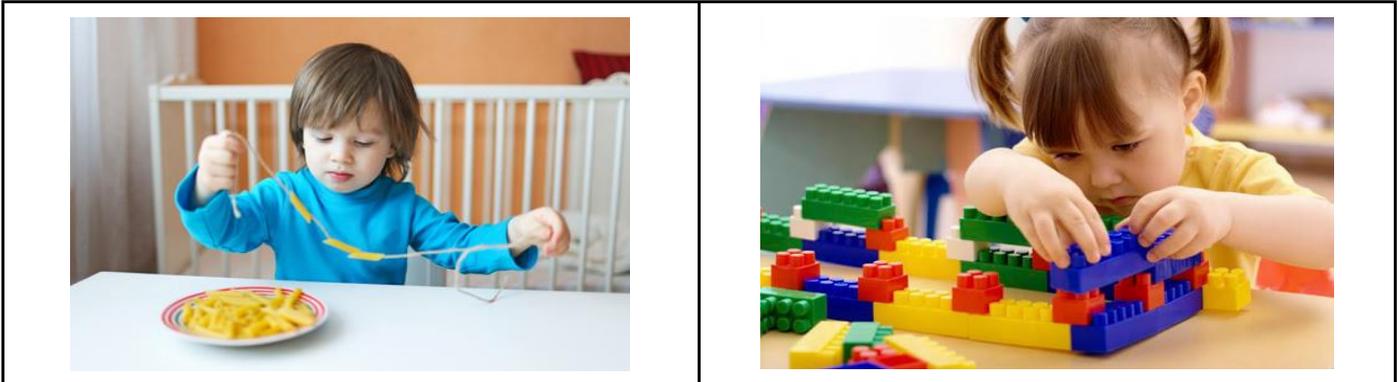


**Ejercicio 3:** En un lugar amplio de la casa, vas a dibujar o a hacer tres caminos con diferente dificultad y diferentes texturas, puede ubicar uno con una cuerda, el otro con una cobija y el otro con hojas de papel o dibujar pies en el suelo. Al final de los caminos vas a ubicar un balde y el niño debe llevar la pelota recorriendo uno de los caminos, dejarla en el balde y devolverse por otro camino diferente al que se fue.



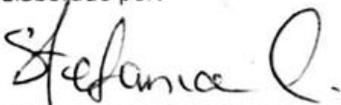
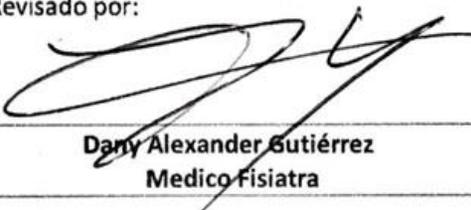
	<b>SISTEMA DE GARANTIA DE LA CALIDAD</b> <b>GESTIÓN DOCUMENTAL</b>	EMISIÓN	25/11/2021
		ACTUALIZACIÓN	25/11/2026
	<b>EJERCICIOS PARA TRABAJAR PROCESOS DE ESTIMULACIÓN</b> <b>MOTORA Y EMOCIONAL</b>	SGDC-INS-12	
		Versión: 01	
	Control: ___	Pág.3 de 3	

**Ejercicio 4:** Con ayuda de un rompecabezas y con un plato lleno de pastas, indicarle al niño que introduzca las pastas en una cuerda, una por una, y al finalizar se le pedirá que con el rompecabezas arme figuras. Las dos actividades tienen una duración de 30 minutos aproximadamente.



**Ejercicio 5:** Ubicar dibujos y figuras encima de una mesa y empiece a preguntarle al niño que es cada una de las piezas y de qué color esta hecha. Se recomienda poner alrededor de 10 objetos y 10 figuras en papel (dibujos) pueden ser objetos de la casa, juguetes y demás. que el niño pueda reconocer.



Elaborado por:  <b>Stefania Casas Vásquez</b> Practicante Fisioterapia UAM	Revisado por:  <b>Dany Alexander Gutiérrez</b> Medico Fisiatra	Aprobado por:  <b>Carolina Zuluaga Ospina</b> Coordinadora de calidad
--	---	---

**CONTROL DE CAMBIOS**

N° VERSIÓN	DETALLE DEL CAMBIO	FECHA DEL CAMBIO
01	Creación del documento	25/11/2021