

Parar y
Caminar

Terapia Física Actividades en Casa

Pegatinas y Escalónes

Nivel de Grade:

Preescolar - Secundaria

Habilidad Específica:

El fortalecimiento de las piernas y el equilibrio relacionado con subir escaleras

Materiales:

- Una superficie vertical (pared, puerta, o ventana cerrada baja)
- Un taburete (libro grueso o caja)
- Pegatinas
- Cinta adhesiva
- Papel

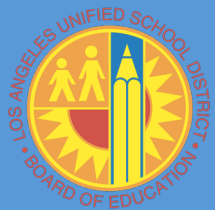
El estudiante debe estar con un adulto en todo momento cuando participe en estas actividades

PRECAUCIÓN: para las actividades de equilibrio, asegúrese de elegir un espacio ABIERTO para que si su estudiante pierde el equilibrio, no caiga en nada. Un adulto debe estar DENTRO DE LAS ARMAS en todo momento para atraparlos si se caen.

Instrucciones:

1. Coloque pegatinas o pedazos de cinta adhesiva en el piso para que el niño tenga que ponerse en cuclillas para agarrar uno.
2. Haga que su hijo suba en el taburete o en una superficie baja y estable, brindándole asistencia física o ayuda según sea necesario (como se muestra en la imagen).





Parar y
Caminar

Terapia Física Actividades en Casa

Pegatinas y Escalones

Instrucciones:

3. Haga que el niño coloque la pegatina en el papel, colocando las manos cerca del tronco del niño como se muestra para evitar la pérdida de equilibrio.
4. Baje y repita, proporcionando la asistencia necesaria para la seguridad.



Modificaciones a la Actividad:

Si esto es difícil, retire el taburete o encuentre una superficie más baja para practicar el escalonamiento. Ponerse en cuclillas para recoger pegatinas funcionará en la fuerza funcional, así que omita el paso adelante y solo trabaje en cuclillas para reducir el nivel de dificultad.

Cómo Incorporar a las Rutinas Educativas:

- Dibuja una imagen para que el niño decore
- Si tiene pegatinas redondas, puede hacer que rellenen una cara (discutiendo partes faciales)
- Tracen su nombre o una letra
- Trabajen en la clasificación o el recuento de colores
- Si tiene cinta de pintores, puede dibujar a una persona y usar la cinta como vendajes, trabajando en la identificación de partes del cuerpo