Pautas para la estimulación motriz en el primero año de vida

23 de Enero de 2021

Tiempo estimado de lectura: 3 min 30 sg

Durante el primero año de vida, el bebé adquiere las facultades que le van a facilitar todos los procesos de aprendizaje imprescindibles para la vida adulta.

El desarrollo motor es fundamental para el desarrollo íntegro del cerebro, con gran repercusión, en las etapas posteriores del bebé.

El cuerpo humano está diseñado para moverse, pero debe aprender a hacerlo. El hecho de nacer no asegura la capacidad de moverse. Esta facultad depende de las oportunidades de práctica y de la calidad de ellos movimientos. Por estas y otras razones, el aprendizaje motriz debe estar dirigido por los adultos que deben planificar actividades físicas diarias para el bebé que necesita de aprendizajes y experiencias específicos que deben introducirse y realizarse desde los primeros días de vida. Así, estaremos respondiendo a la naturaleza del ser humano.



Beneficios de la estimulación motriz (actividad física)

- Mejora su capacidad de concentración y su capacidad intelectual. Ejemplo: tiene que idear el modo más adecuado para alcanzar un objeto.
- Desarrolla la visión próxima. Ejemplo: acomoda la visión conforme logra acercarse al objeto

deseado.

- Aumenta su destreza manual, así como el sentido del tacto. Ejemplo: distingue los tamaños, diferencia las texturas, el duro del blando, el firme del móvil.
- Mejora el sentido del equilibrio, la orientación espacial y temporal. Ejemplo: lograr un objetivo le cuesta un tiempo que valora y entiende.
- Al aumentar su capacidad motriz dispone de mayor seguridad en sus actos y, por tanto, disminuye el riesgo de accidentes.
- Construye la base motriz para disfrutar de la vida social y natural; para manipular objetos, instrumentos, utensilios; para expresarse corporalmente o mediante habilidades como la pintura, la música, etc. En definitiva, para disfrutar plenamente de la vida y afrontar los retos futuros.