Pautas para a estimulación motriz no primeiro ano de vida

23 de Xaneiro de 2021

Tempo estimada de lectura: 3 min 30 sg

Durante o primeiro ano de vida, o bebé adquire as facultades que lle van a facilitar todos os procesos de aprendizaxe imprescindibles para a vida adulta.

O desenvolvemento motor é fundamental para o desenvolvemento íntegro do cerebro, con gran repercusión, nas etapas posteriores do bebé.

O corpo humano está deseñado para moverse, pero debe aprender a facelo. O feito de nacer non asegura a capacidade de moverse. Esta facultade depende das oportunidades de práctica e da calidade dos movementos. Por estas e outras razóns, o aprendizaxe motriz debe estar dirixido polos adultos que deben planificar actividades físicas diarias para o su bebé que necesita de aprendizaxes e experiencias específicas que deben introducirse e realizarse desde os primeiros días de vida. Así, estaremos respondendo á natureza do ser humano.



Beneficios da estimulación motriz (actividade física).

- Mellora a súa capacidade de concentración e a súa capacidade intelectual. Exemplo: ten que idear o modo máis adecuado para alcanzar un obxecto.
- Desenvolve a visión próxima. Exemplo: acomoda a visión conforme logra achegarse ao obxecto

desexado.

- Aumenta a súa destreza manual, así como o sentido do tacto. Exemplo: distingue os tamaños, diferencia as texturas, o duro do brando, o firme do móbil.
- Mellora o sentido do equilibrio, a orientación espacial e temporal. Exemplo: lograr un obxectivo cústalle un tempo que valora e entende.
- Ao aumentar a súa capacidade motriz dispón de maior seguridade nos seus actos e, por tanto, diminúe o risco de accidentes.
- Constrúe a base motriz para gozar da vida social e natural; para manipular obxectos, instrumentos, utensilios; para expresarse corporalmente ou mediante habilidades como a pintura, a música, etc. En definitiva, para gozar plenamente da vida e afrontar os retos futuros.