

## Movimientos de Juego Físico para Intentar

Golpetear Alcanzar Agarrar

Soltar Estirarse Trepase

Arrastrarse Caminar

## Ideas de Juguetes para Juego Físico

Gimnasio de cuna

Mobles

Espejos

Estera para palmotear

Campanal de repique de 3"

Plataformas bajas para escalar

Columpios de infantes con cinturones de seguridad

Juguetes para empujar y tirar

Carros sencillos

Animales con ruedas



# Juego Físico Diario!

**Maneras Alegres de Mantener a su Niño Activo y en Forma**

**(6 meses a 1 año)**

## Por que Juego Físico?

Los juego físicos son importantes para el crecimiento saludable y para el desarrollo de los niños pequeños.

A través del juego activo, los niños aprenden:

- acerca de sus cuerpos,
- lo que sus cuerpos pueden hacer, y
- como controlar las cosas alrededor de ellos.

El amor al juego físico es uno de los regalos más importantes que usted puede darle a su niño.

**Intente lo siguiente  
con su niño y  
diviértanse!**



## Vamos a Jugar!

**Sacúdase!** Mueva su cuerpo y sacuda una sonaja para motivar a su niño a reaccionar de la misma manera.

**"Sacuda, sacuda, sacuda, menee, bambole, tiemble,  
Sacúdase arriba..., sacúdase abajo...,  
Sacúdase rotando, rotando y rotando."**

**Estallar Burbujas** Con su niño en un asiento de infante o silla de carro, sopla burbujas cerca de su niño y muéstrelle como estallarlas.

**"Bonitas burbujas que en el cielo van,  
estálla cada una mientras cerca flotan."**

**Patea! Patea! Patea!** Pegue campanitas en una almohada ligera y pongala a cierta distancia de alcance de las piernas del niño. Toque cada parte del cuerpo repitiendo este ritmo.

**"Pierna, pié, dedo, pierna, pié, dedo,  
patea, pateo, pateo, la almohada!"**

**Rema, Rema, Rema Nuestro Bote** Mientras esté sentado en el piso, ponga a su niño en medio de sus piernas de modo que ambos esten mirando hacia delante. Ponga un tubo vacío de papel en frente de los brazos de su niño de modo que ambos lo sostengan. Suavemente inclínese hacia al frente y hacia atrás en un movimiento de remo mientras recita el siguiente ritmo.

**"Rema, rema, rema el bote, rio abajo flotamos.  
Empujando y estirando nuestro remo,  
en el piso juntos nos sentamos."**