

Siempre hay tres partes de un recuerdo, la tuya, la de los demás y la verdad, que está en algún sitio en medio de las otras dos.

Una cultura ideal es aquella que crea un lugar para cada ser humano.

Cada vez que liberamos a una mujer, liberamos a un hombre. (Margaret Mead)



TÁCTICAS PARA DESARROLLAR LA COORDINACIÓN MOTRIZ GRUESA

Tácticas	Ejemplos	Beneficios
Circuitos motores	Series de estaciones con distintos movimientos (saltar aros, gatear por túnel, caminar sobre líneas)	Desarrollar equilibrio, coordinación, fuerza y agilidad.
Juegos tradicionales de movimiento	Rayuela, la cuerda, la soga, el pañuelo, la carrera de sacos.	Coordinación bilateral, velocidad, precisión y sociabilidad.
Bailes y juegos rítmicos	Coreografías sencillas, juegos con música (como “Simón dice”)	Coordinación al ritmo, lateralidad, expresión corporal.
Actividades con pelotas grandes	Lanzar, atrapar, patear, botar, hacer pases en pareja.	Control postural, coordinación ojo-mano y ojo-pie.
Ejercicios de equilibrio	Caminatas sobre líneas, bancos secos, cojines inestables.	Mejorar la estabilidad y la conciencia corporal.
Juegos de imitación de animales	“Camina como un cangrejo”, “salta como rana”, “gatea como gato”.	Explorar diferentes patrones de movimiento y control corporal.
Carreras de relevos o en equipo	Con desplazamientos variados (en zigzag, con obstáculos).	Velocidad, trabajo en equipo, coordinación dinámica general.

**Recomendaciones
para aplicar las
tácticas:**

Adaptar al nivel
madurativo de los
niños.

Incorporar el
juego como motor
principal de
aprendizaje.

Evaluar
progresivamente
el desarrollo del
equilibrio,
coordinación,
lateralidad y ritmo

Acompañar con
música,
consignas claras y
refuerzo positivo.



TÁCTICAS PARA DESARROLLAR LA COORDINACIÓN MOTRIZ FINA



Recomendaciones:

```
graph TD; A[Recomendaciones:] --- B[Haga las actividades divertidas y variadas , evitando la repetición mecánica.]; A --- C[Estimular la coordinación bilateral ( usar ambas manos)(usar ambas manos).]; A --- D[Progresar de lo simple a lo complejo , según la edad y habilidad.]; A --- E[Acompañar con canciones, cuentos o historias que den sentido al ejercicio.];
```

Haga las actividades divertidas y variadas , evitando la repetición mecánica.

Estimular la coordinación bilateral (usar ambas manos)(usar ambas manos).

Progresar de lo simple a lo complejo , según la edad y habilidad.

Acompañar con canciones, cuentos o historias que den sentido al ejercicio.

Tácticas	Ejemplos	Beneficios
Recortes con tijeras	Recortar líneas rectas, curvas o figuras sencillas.	Mejora el control de la mano y la coordinación ojo-mano.
Trazos, dibujos y coloreados	Seguir caminos, copiar formas, colorear dentro de márgenes.	Fortalecer los movimientos necesarios para la escritura.
Juegos de encaje o ensamble	Rompecabezas, bloques pequeños tipo LEGO, fichas de formas.	Precisión manual y percepción espacial.
Enhebrado y trenzado	Pasar cuerdas por orificios, cuentas, botones o cordones.	Desarrollar precisión, ritmo y coordinación bimanual.
Pintura con pinceles o esponjas	Usar distintos tipos de pinceles, sellos o esponjas con pintura.	Estimula el control de la presión y el movimiento dirigido.
Modelado con plastilina o masa	Amasar, hacer bolitas, estirar, cortar con moldes.	Fortalecer los dedos y mejorar la manipulación.
Actividades digitales interactivas	Usar el mouse o la pantalla táctil en juegos educativos.	Precisión, reflejos y coordinación digital.
Juegos de vestir y desvestir	Abotonar, subir cierres, atar cordones, colocar broches.	Fomentar la autonomía y destreza manual.