

# Habilidades visomotoras: de 4 años

## Desarrollar movimientos ojo-mano

A medida que su hijo vaya creciendo, empezará a usar los ojos, la vista y las manos a la vez. Esto le ayuda aprender a moverse, jugar y coordinar los movimientos ojo-mano. A continuación, se detallan algunas habilidades que puede esperar y formas de ayudar a su hijo.

## Habilidades del niño y formas de ayudar

### Leer y contar

- Al leer, señale los objetos y cuéntelos con su hijo.
- Cuando esté fuera, señale, cuente y nombre los objetos.



### Niña aprendiendo a contar

### Reconocer colores

- Señale o nombre 4 colores básicos.

- Pregúntele al niño qué color lleva puesto. Señale los distintos colores de su camisa.
- Nombrar colores en libros o rompecabezas.
- Nombrar los colores de los objetos de la casa y del exterior.

### Armar rompecabezas

- Completar un rompecabezas de 4 o 5 piezas.
- Comience a quitar sólo 2 o 3 piezas para que su hijo las vuelva a colocar. Intente que el niño haga el rompecabezas solo.
- Coloque su mano sobre la del niño para guiarlo hacia la combinación correcta.



### Rompecabezas de madera marca Melissa & Doug

### Tirar pelotas

- El niño puede tirar una pelota pequeña por debajo hasta 5 pies de distancia, golpeando el objetivo al menos a 2 pies del suelo.
- Practique con su hijo el juego de tirar bolsas.



## Niños lanzando bolsas por debajo

- El niño puede patear una pelota grande mientras se aleja rodando, o rodando hacia el niño desde 4 pies de distancia.
- Agarre a su hijo de la mano mientras practica a caminar o correr para patear la pelota mientras se aleja rodando.



## Niño pateando una pelota

### Ponerse los zapatos

El niño está aprendiendo a ponerse los zapatos en los pies correspondientes. Puede ayudar a su hijo a ponerse los zapatos en los pies correctos usando "pistas de zapatos".

- Corte una calcomanía grande por la mitad y coloque cada mitad dentro de la suela del zapato. Pídale que empareje los dibujos con los zapatos.
- Puede usar pistas que ya están en el zapato, "a los unicornios de la punta de sus zapatos les gusta enfrentarse".



**Ejemplo de zapatos de unicornio**

## Cepillar los dientes

El niño está aprendiendo a cepillarse los dientes con movimientos horizontales y verticales. Puede ayudar a su hijo:

- Coloque su mano sobre la de ellos para mostrarles cómo cepillarse todas las partes de la boca.
- Asegúrese de dejar que lo intente por sí mismo. Puede cepillarle los dientes después de que haya intentado solo.



## Niño cepillándose los dientes

### Servicios de Rehabilitación (Rehab)

**682-885-4063**

Estas instrucciones sólo son guías generales. Su proveedor de atención médica puede darle instrucciones especiales. Por favor, hablele a su proveedor de atención médica si tiene cualquier pregunta o preocupación.