

ESTIMULACIÓN TEMPRANA PARA BEBÉS DE 4 A 24 MESES



- Prof. María Saravia.
- Prof. Natalia Samas

OBJETIVO PRINCIPAL

- ❖ LOGRAR UNA ADAPTACIÓN ACUÁTICA DEL NIÑO A EDADES TEMPRANAS, REFORZANDO EL VÍNCULO DE AMOR Y CONFIANZA ENTRE PADRES E HIJOS, EN UN MEDIO DIFERENTE AL COTIDIANO, A TRAVÉS DE UNA ACTIVIDAD ÚNICA, LÚDICA, PLACENTERA E IRREPETIBLE.

OBJETIVOS GENERALES

- ❖ Incrementar y diversificar la capacidad de movimiento.
- ❖ Afianzar la autonomía del niño dentro y fuera del agua.
- ❖ Favorecer la sensación de seguridad del bebé y de los padres en el medio acuático.
- ❖ Favorecer la integración dentro del grupo.
- ❖ Experimentar la importancia del juego y las canciones como medio educativo y de socialización entre bebés, familias y medio.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ❖ Proporcionar una estimulación acuática a través de una amplia variedad de vivencias motoras y actividades lúdicas.
- ❖ Lograr una correcta adaptación del niño en el agua: que se sienta seguro y se divierta.
- ❖ Lograr una adaptación de la respiración a la actividad acuática.
- ❖ Descubrir y realizar diferentes desplazamientos con o sin ayuda.
- ❖ Experimentar y lograr un correcto equilibrio dentro del agua.
- ❖ Estimular la coordinación fina.
- ❖ Trabajar con diferentes materiales, de diferente textura, color y tamaño.

CARACTERÍSTICAS PSICOMOTRICES:

4 a 6 meses	CUERPO	JUEGOS Y AGUA
	<ul style="list-style-type: none">• Apoya las manos, alza el pecho y mantiene por más tiempo la postura de balconeo.	<ul style="list-style-type: none">• Juega con las manos, con juguetes con sonido.
	<ul style="list-style-type: none">• Al sentarse mantiene erguida la cabeza.	<ul style="list-style-type: none">• Busca tomar los objetos a su alcance. Saborea los juguetes.
	<ul style="list-style-type: none">• Descubre sus pies e intenta llevarlos a la boca.	<ul style="list-style-type: none">• Los cambios de postura varían las formas de jugar.
	<ul style="list-style-type: none">• Acostado, puede girar hacia ambos lados.	<ul style="list-style-type: none">• Apoya las palmas abiertas, sostenido se sienta en las colchonetas.
	<ul style="list-style-type: none">• Comienza la coordinación óculo-manual-bucal.	<ul style="list-style-type: none">• Puede poner la cara en el agua y aprender el uso de la pausa respiratoria en inmersión.

6 a 8 meses CUERPO	JUEGO Y AGUA
<ul style="list-style-type: none"> • Se sienta solo en trípode y realiza ajustes equilibratorios. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aparece un muñeco, juguete y objeto preferido que despierta su apego y lo acompaña en momentos como el ir a dormir.
<ul style="list-style-type: none"> • Puede girar el cuerpo en su eje longitudinal. 	<p>Comienza a imitar gestos simples (aplaudir, pestañar).</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Levanta su pecho con extensión de brazos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Suelta y tira juguetes y objetos.
<ul style="list-style-type: none"> • Repta. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se esconde.
<ul style="list-style-type: none"> • Buena apertura y cierre de las manos, puede pasar un objeto de una mano a la otra. 	<ul style="list-style-type: none"> • Disfruta de las alfombras estimuladoras y los ritmos en brazos de un adulto.
<ul style="list-style-type: none"> • Sus movimientos son más pausados, armónicos y coordinados. 	<ul style="list-style-type: none"> • En el agua predomina la exploración bucal, extiende los brazos y se sostiene tomado de elementos o del borde. Chapotea.
	<ul style="list-style-type: none"> • Cara a cara, observa e imita soplar burbujas.
	<ul style="list-style-type: none"> • Inicia la inmersión espontánea. Sentado entra al agua a los brazos de mamá o papá.

8 a 10 meses CUERPO	JUEGO Y AGUA
<ul style="list-style-type: none"> Se mantiene erecto, sostenido de objetos con buen apoyo de la planta de los pies. 	<p>Usa el cuerpo en juegos rítmicos.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Logra la cuadrupedia e inicia el gateo. 	<ul style="list-style-type: none"> Juega a desaparecer y aparecer.
<ul style="list-style-type: none"> Sostenido del tronco apoya las manos y avanza en carretilla. 	<ul style="list-style-type: none"> Se mira en lo espejos.
<ul style="list-style-type: none"> Gesto de rastrillo con objetos pequeños , barrido con el brazo y la mano. 	<ul style="list-style-type: none"> Incorpora los juegos de encastre, explora huecos y salientes, juega a meter y sacar objetos o juguetes.
	<ul style="list-style-type: none"> En el agua disfruta observando otros niños, compartiendo espacios con ellos y rondas cara a cara.
	<ul style="list-style-type: none"> Gatea sobre colchonetas y baja al agua hacia atrás.
	<ul style="list-style-type: none"> Ya no le atrae estar acostado boca arriba, intenta darse vuelta.
	<ul style="list-style-type: none"> De pie dentro del agua realiza inmersiones espontáneas.

10 a 12 meses CUERPO	JUEGO Y AGUA
<ul style="list-style-type: none"> • Realiza varias actividades motoras y las combina: gatea , se sienta, en cuadrupedia se alza y mira entre las piernas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Disfruta mucho de los juegos corporales en el suelo y en la cama.
<ul style="list-style-type: none"> • Incorpora a su actividad pausas de silencio corporal y observación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Juega repitiendo sonidos.
<ul style="list-style-type: none"> • Se sienta seguro y equilibrado (se puede sentar solo) 	<ul style="list-style-type: none"> • Disfruta con juguetes de empujar y arrastrar, de golpear, lanzar, rodar y los jugos con mímica.
<ul style="list-style-type: none"> • Estando acostado, gira su cuerpo de boca abajo a boca arriba y viceversa. 	<ul style="list-style-type: none"> • El agua le permite afianzar su postura vertical, dentro del agua camina solo o tomado de un dedo.
<ul style="list-style-type: none"> • Inicia el uso del pulgar y el índice como pinza. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se impulsa con sus piernas.
	<ul style="list-style-type: none"> • Inicia caminatas sobre las colchonetas en el agua.

12 a 15 meses CUERPO	JUEGO Y AGUA
<ul style="list-style-type: none"> • Se pone de pie solo y comienza a caminar. Hacia los 15 meses acelera la marcha y descubre que puede correr. 	<ul style="list-style-type: none"> • Disfruta las canciones y ritmos con otros.
<ul style="list-style-type: none"> • Usa los brazos para equilibrarse. 	<ul style="list-style-type: none"> • Explora el rostro humano.
<ul style="list-style-type: none"> • Trepa y baja con ayuda. 	<ul style="list-style-type: none"> • Su habilidad manual le permite enroscar, desenroscar, abrir, cerrar cajas y envases.
<ul style="list-style-type: none"> • Baja hacia atrás de camas, escalones, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos convocantes: libros, pelotas, modelado con masa, juegos de armado y encastre básicos.
<ul style="list-style-type: none"> • Disfruta de la actividad rítmica y de la pausa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Preferencia de juguete según género: muñecas o autitos.
<ul style="list-style-type: none"> • Crece su habilidad manual (ahora tiene las manos libres). 	<ul style="list-style-type: none"> • Disfruta el agua en superficie e inmersión, tiene buen equilibrio sentado y parado, corre por colchonetas y salta al agua.
	<ul style="list-style-type: none"> • Juega con las burbujas.
	<ul style="list-style-type: none"> • Desde posición vertical dentro del agua se acuesta y pasa a través de un aro.
	<ul style="list-style-type: none"> • El tobogán le permite más profundidad a sus inmersiones espontáneas.

15 a 18 meses

CUERPO

- Su marcha es firme, da pasos acelerados y corre, tanto que a veces se detiene con dificultad.
- Le cuesta cambiar la dirección de la carrera.
- Salta en profundidad elementos bajos.
- Sube y trepa escalera de pie con apoyos (pared, baranda, mano de un adulto).
- Baja sentado o tomado de escaleras, apoyando siempre el mismo pie primero, no alterna pasos.
- Se trepa y sienta solo en una silla.
- Manipula pelotas con pies y manos.
- Desarrolla más su habilidad fina, garabatea, manipula objetos pequeños y mecánicos (llaves, cerraduras, botones de encender y apagar).

JUEGO Y AGUA

- Disfruta que lo persigan y escapar.
- Disfruta los juguetes vehículo que puede empujar o propulsar sentado con ambas piernas a la vez (bugguie).
- Disfruta los juegos de enhebrar y aumenta la complejidad de ensambles y construcciones.
- En la piscina, disfruta y repite incansablemente saltos y entradas al agua y juegos corporales sobre colchonetas.
- Se orienta en la inmersión y permanece más tiempo sumergido.
- Inicia juegos de impulso de plantas de pie para “volar” y llegar a otros brazos. Experimenta mover su cuerpo en el aire.

18 a 21 meses	CUERPO	JUEGO Y AGUA
<ul style="list-style-type: none"> • Estando de pie puede sentarse o acucillarse con equilibrio. 		<ul style="list-style-type: none"> • Combina canto básico y mímica para las canciones.
<ul style="list-style-type: none"> • Deambulación exploratoria: trepa y baja solo si le alcanzan sus brazos y piernas, y si no pide ayuda. 		<ul style="list-style-type: none"> • Sigue aumentando la complejidad de sus encajres y construcciones.
<ul style="list-style-type: none"> • Empuja y remolca objetos para probar su fuerza y para alcanzar alturas a las que no llega solo. 		<p>Aparecen el papel y lápices como juguetes.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Su habilidad motora le permite realizar acciones que no está preparado para resolver (actúa sin medir las consecuencias de sus acciones). 		<ul style="list-style-type: none"> • En el agua el adulto ya no sostiene sino que acompaña: aparece el “yo puedo”, iniciación a la autonomía.
<ul style="list-style-type: none"> • Ejercita sus músculos bucales: sopla, mueve los labios, saca la lengua, hace pucheros. 		<ul style="list-style-type: none"> • Le encanta experimentar su cuerpo en el aire (juega a saltar y volar como actividad espontánea).

21 a 24 meses	CUERPO	JUEGO Y AGUA
<ul style="list-style-type: none"> • Camina y corre y diferencia el ritmo de ambas acciones. 		<ul style="list-style-type: none"> • Su mayor habilidad física enriquece sus juegos corporales.
<ul style="list-style-type: none"> • Trepa muy bien y se queda esperando que la bajen 		<ul style="list-style-type: none"> • Juega a que lo persigan.
<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce los esfínteres. 		<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce y agrupa juguetes por sus colores. Dispone juguetes en fila y torres.
<ul style="list-style-type: none"> • Usa las manos para empujar, para defenderse, para recuperar un espacio o un juguete. 		<ul style="list-style-type: none"> • Arma rompecabezas con piezas grandes.
<ul style="list-style-type: none"> • Sentado con las piernas, recibe y empuja una pelota. 		<ul style="list-style-type: none"> • Usa instrumentos de percusión y con teclas.
<ul style="list-style-type: none"> • Empuja y arrastra juguetes rodantes (triciclos, carritos, autos). 		<ul style="list-style-type: none"> • En el agua disfruta de juegos corporales y elige elementos flotantes que le dan independencia.
<ul style="list-style-type: none"> • Puede soplar por la nariz. 		<ul style="list-style-type: none"> • Puede retener agua en la boca sin tragarla y hacer con ella un chorrito.

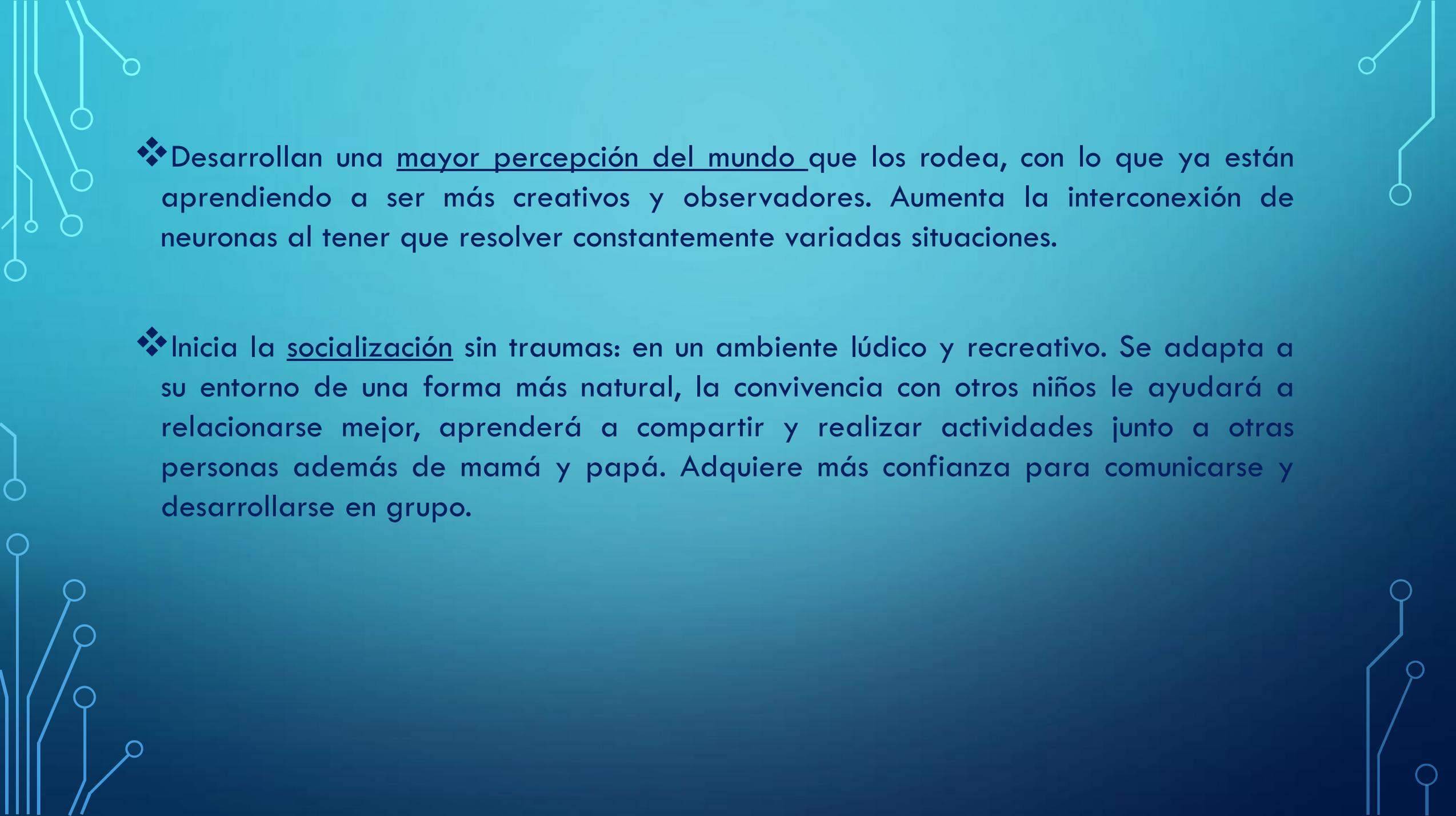
REFLEJOS ARCAICOS

Los siguientes reflejos son relevantes para la actividad en el agua:

Reflejo	Características	En el agua
PRENSION PALMAR 2 a 4 meses	Las manos agarran vigorosamente objetos que estimulan la sensibilidad de sus palmas	Tomarse del borde, tomar objetos dispersos en el agua. Suspenderse de los dedos de bastones.
CIERRE DE GLOTIS (Nac a 7 meses)	Breve apnea (bloqueo respiratorio).	Inmersión.
TÓNICO-CERVICAL	Hiperextensión de cabeza.	Facilita maniobras sin inmersión de la cabeza en decúbito ventral. Inicia el ascenso del cuerpo después de la inmersión. Interviene más tarde en los momentos de aspiración.
DE MORO (Nac a 4 meses)	Los brazos se extienden hacia arriba y atrás, y se vuelven a cerrar.	Facilita la flotación de espaldas.
PARACAÍDAS 5 a 9 meses	El bebé extiende los brazos para apoyar las manos ante una caída.	Favorece la entrada de cabeza. Ayuda a la propulsión en la zambullida.
PALPEBRAL (Nac a 2 años)	Abrir los ojos debajo del agua.	Ayuda a orientarse debajo del agua.
PRECIPICIO (3 a 6 meses)	Determina que el bebé eche el cuerpo hacia atrás, cuando sentado en el borde de la piscina, se ha inclinado hacia el agua. Corta el intento de zambullida.	Cuidar entradas al agua desde el borde.

BENEFICIOS PARA EL BEBÉ

- ❖ Desarrollo psicomotor: mejora la coordinación , el equilibrio y el conocimiento del espacio. Incrementa la fuerza gracias a los ejercicios musculares, haciendo que haya un desarrollo temprano de las habilidades psicomotrices tales como gatear o caminar.
- ❖ Fortalecimiento del sistema cardiorrespiratorio: mejora la resistencia del bebé. Amplia la capacidad de su sistema respiratorio y la regulación adecuada de su circulación sanguínea.
- ❖ Estimulan su apetito, lo hacen comer y dormir mejor.
- ❖ Refuerza su seguridad e independencia: el bebé se siente más seguro y disfruta mucho aprendiendo a “nadar” al sentir que sus padres tienen su atención concentrada en él. Aprende gradualmente a salir de dificultades cada vez de forma más autónoma.

- 
- The background is a solid teal color. In the four corners, there are decorative white line-art elements that resemble circuit traces or neural pathways, with small circles at the end of the lines.
- ❖ Desarrollan una mayor percepción del mundo que los rodea, con lo que ya están aprendiendo a ser más creativos y observadores. Aumenta la interconexión de neuronas al tener que resolver constantemente variadas situaciones.
 - ❖ Inicia la socialización sin traumas: en un ambiente lúdico y recreativo. Se adapta a su entorno de una forma más natural, la convivencia con otros niños le ayudará a relacionarse mejor, aprenderá a compartir y realizar actividades junto a otras personas además de mamá y papá. Adquiere más confianza para comunicarse y desarrollarse en grupo.

CONTENIDOS

- **Golpeos de manos** en el agua.
- **Balances:** laterales y anteroposteriores.
- **Entradas al agua:** cocodrilo, sentado, arrodillado y parado. Desde el borde con el Profesor de pie fuera del agua, lo lanzamos en forma vertical a una altura adecuada.
- **Flotación dorsal** asistida, puede girar a ventral.
- **Flotación dorsal y ventral** en colchonetas.
- **Flotación con elementos:** flota-flota, flotadores.
- **Giros** en el eje longitudinal (dorsal a ventral y viceversa), con entrada al agua.
- **Inmersiones:** vertical, sentado, ventral. Sin y con desplazamientos.

- **Desplazamientos en colchoneta:** reptando, gateando, caminando, finalizando con entrada al agua.
- **Desplazamiento ventral:** con y sin ayuda (pequeños tramos).
- **Desplazamiento dorsal:** con y sin ayuda.
- Desplazamiento hacia algo o alguien (pataleo reflejo).
- Desplazamientos simétricos, asimétricos y reflejos de MMII y MMSS.
- **Agarres del borde:** ejercicios de tracciones
- **Suspenderse** tomados de bastones.

TOMAS

Es la forma en que las manos sostienen el cuerpo del niño. Buscamos que sea un sostén flexible y contenedor.

- Enseñar a los padres la forma de agarrar a su hijo: sin apretar.
- Se debe repartir el peso del bebé entre las dos manos.
- Comunicación no verbal: si el padre no tiene confianza se la va a transmitir al bebé.
- Las tomas al principio son de frente a los padres y cerca del cuerpo de ellos. El padre lo debe tomar con seguridad y de a poco ir eliminando el contacto corporal a ir alejándolo.

El tipo de tomas han sido clasificadas según la posición que queremos lograr:

Tomas para lograr una posición **VENTRAL**:

- Ambas manos debajo de las axilas.
- Ambas manos debajo de la panza.
- Una mano en el hombro y la otra en la pierna.
- Una mano y antebrazo.
- Las manos del bebé en el hombro del padre y éste sostiene las piernas del bebé.





Tomas para lograr una posición **VERTICAL**:

- Ambas manos debajo de las axilas.
- Tomarlo debajo de la cola.
- Occipital.



Tomas para lograr una posición **DORSAL**:

- Una mano en la nuca y la otra en la espalda o cola.
- Cabeza del bebé apoyada en el hombro del padre y las dos manos toman la cola o piernas del bebé.
- La mano solo en la nuca.



INMERSIONES

- El bebé está fisiológicamente preparado para las inmersiones porque aún no ha perdido los reflejos que protegen su aparato respiratorio.
- Le aportan al niño unas experiencias sensoriales y motrices diferentes. Bajo el agua, los sonidos y la visión se transforman, el cuerpo flota y el niño pierde el equilibrio vertical del suelo.
- **¿Cuándo estaría pronto el niño para la primera inmersión ?**
 - Las primeras inmersiones las debe hacer el profesor, para poder transmitir confianza y seguridad a los padres y niño.
 - Previo a la inmersión se debe dar un aviso o señal al bebé para que éste se prepare (1,2,3 o soplido en la nariz). Esto ayuda a un correcto bloqueo de glotis.
 - Cuando el bebé emerge lo primero que debe ver es la sonrisa de su madre o padre. Darle un abrazo efusivo y festejar.

❖ Pasos para hacer las inmersiones:

- **Toma:** va a depender del tipo de inmersión que queremos hacer.
- **Aviso:** 1,2,3, elevación o soplido.
- **Tiempo:** para las primeras inmersiones entre 2 o 3 segundos.
- **Profundidad:** hasta 1,10 mts se puede sumergir sin que la presión afecte los oídos.
- **Distancia:** la va a determinar el niño (según su adaptación y experiencia).

❖ Disposición de los padres frente a la inmersión: sobreprotectores, dependientes o autónomos.

❖ Señales de cuando el bebé debe emerger:

- Cuando larga el aire.
- Eleva la cabeza y pierde la horizontalidad.
- Acelera los movimientos de piernas y brazos.





ORGANIZACIÓN DE LA CLASE

❖ **Comienzo de la clase:** canción de bienvenida en ronda.

❖ **Desarrollo de la clase:**

■ Traslados por todo el espacio.

■ Inmersiones.

■ Borde.

■ Juegos.

■ Colchonetas.

■ Libre.

❖ **Finalización de la clase:** en ronda hacemos silencio. Momento de comunicación entre los bebés y canción de despedida.

MÚSICA Y CANCIONES

- Las canciones son una parte importante de la clase, ya que a través de ellas los recibimos, los despedimos y se trabaja algún contenido específico.
- Favorece la atención , amplía el vocabulario, la memoria, la motricidad y la socialización.
- Es transferible a casa.
- Los niños y padres las disfrutan mucho.
- Sirven para desinhibir.



FICHA DE CLASE

- Sirve porque nos aporta datos de la familia.
- Hay datos que nos enteramos a través de ella y nos evita un mal momento.
- Hay datos que nos ayudan a entender la forma en que se relacionan padres e hijos.
- Nos brinda información de los motivos por los cuales asisten a la clase.

PROGRAMA "BEBES"

Ficha personal del bebé

Nombre del bebé.....
Fecha de nacimiento.....
Dirección.....
Correo electrónico.....
Teléfonos. Casa:..... Celular..... Otros.....
Sociedad Médica.....
Nombre del pediatra.....

DATOS DE LA FAMILIA

Nombre de la madre..... Edad:..... Profesión.....
Nombre del padre:..... Edad:..... Profesión.....
Nombre de los hermanos:..... Edades:.....
¿Cuántas horas trabajan por día? Mamá:..... Papá:.....
Vivienda: casa..... apartamento.....

DATOS DEL BEBÉ

¿Dónde juega habitualmente?.....
¿Quién juega con él?.....
¿A qué juegan?.....
¿Le gusta la música?.....
¿Dónde lo bañan?..... ¿Lo disfruta?.....
¿Quién lo cuida?.....
¿Concurre al jardín?..... Horario:.....
Alguna experiencia negativa que haya tenido el bebé (caídas
accidentes, etc).....
¿Padece enfermedades crónicas?.....
¿Toma alguna medicación?.....

EMBARAZO

Gestación (normal, reposo, etc).....
Semana de parto..... Parto natural o cesárea:.....
Dificultades al nacimiento.....
Adopción.....

¿Cuáles son los principales motivos por los que asiste a esta actividad?.....
.....
.....

¿Cómo se informó de nuestra propuesta?.....
.....
.....

¿Tiene alguna duda o miedo?.....
.....
.....

ASPECTOS GENERALES

Horarios y frecuencias:

- Tres veces por semana entre 30 y 45 minutos.
- Alejado de las horas pico de la piscina.
- El horario “ideal” sería que no coincida con el sueño o la alimentación del bebé. De 10 a 12 hs y de 16 a 18 hs.

Requisitos:

Bebé: autorización del pediatra y vacunas al día.

Padres: carné de salud o ficha médica.

Vestimenta:

- Malla entera y gorra para todos los adultos.
- Bebés: la gorra no es obligatoria. Solo con la malla alcanza.

Alimentación y hábitos de sueño:

- Comer preferentemente una hora y media antes de la actividad física.
- Después de la piscina se recomienda una ingesta.
- Si el niño está acostumbrado en el horario de clase a dormir, le llevará un tiempo adaptarse.

Vestuario y ducha previa:

- En el vestuario colocarlos en un lugar seguro mientras nos vestimos.
- Ducha previa como algo preparatorio de la piscina.
- Importancia de la ducha como parte de la adaptación al agua.
- No bañarse con agua muy caliente.
- Colocar abrigo para pasar de la ducha a la piscina

Infraestructura:

- Vestuario: cambiadores y bañitos. Alfombras antideslizantes. Con acceso directo a la piscina si es posible.
- Piscina: debe ser poco profunda, pero lo suficiente para que el adulto se sienta cómodo y pueda trabajar y jugar con el niño (1,10 a 1,30).
- Temperatura del agua: entre 32° y 33° en invierno. En épocas de calor entre 29° y 30°.
- Temperatura ambiente: 2 grados más que el agua.

Contraindicaciones:

- Piel: heridas, lastimaduras, quemaduras de sol, erupciones, dermatitis, molusco contagioso.
- Ojos: conjuntivitis.
- Digestiva: vómitos y diarrea.
- Vías aéreas y oídos: otitis, dolor de oídos, dificultades para respirar, broncoespasmos.

Recomendaciones:

- En invierno abrigar bien al bebé a la salida de la Institución, sobretodo en la zona de los oídos.
- Los primeros días se puede traer un juguete preferido de la casa para usar en la clase.
- Si el niño camina, puede entrar caminando de la mano de sus padres.
- Ingresar a la piscina con ayuda del docente y también a la salida.
- Llegar en hora y tiempo a la clase, no irse apresurado.

ROL DOCENTE

- Darle confianza y seguridad a los padres.
- Estar seguro de sus conocimientos y saber transmitirlos.
- Observar la interacción de padres e hijos y saber encauzar la estimulación.
- El docente es un guía en el proceso de aprendizaje. Dejar en claro a los padres que ellos son los principales motivadores del movimiento de sus hijos.
- Conocer a los padres: si saben nadar, si tuvieron alguna experiencia negativa con el agua.
- Conocer las características personales de los padres: sobreprotectores, exigentes, miedosos, quejosos, quedados.

CRÉDITOS

- Imágenes: María Saravia – Natalia Samas – Licencia Creative Commons Atribución Compartirlgual 4.0 (CC BY-SA)