



Madrid  
*es*  
Deporte

## GUÍAS TÉCNICAS "MADRID ES DEPORTE"

Área Delegada de Deporte  
Dirección General de Deporte

# PSI COO MOO TRI CI DAD



### Infantil

Recuperemos  
la calle para jugar

Para padres, madres o tutores/as de niños y niñas de 3 a 8 años de edad



# GUÍAS TÉCNICAS "MADRID ES DEPORTE"

Área Delegada de Deporte  
Dirección General de Deporte

# Psicomotricidad INFANTIL

(Para padres, madres o tutores/as de niños y niñas de 3 a 8 años de edad)

1

**SALIR A  
JUGAR DE  
FORMA  
SEGURA**

Página 3

2

**¡PREPARADOS/AS  
PARA SALIR...!**

Página 4

3

**JUGAMOS EN  
LA CALLE**

Página 5

4

**JUGAR...  
CON MEDIDAS DE  
SEGURIDAD E HIGIENE**

Página 6

# Salir a jugar

## de forma segura

### El juego es un medio fundamental para el desarrollo integral de un niño o de una niña.

Posee un alto valor educativo y ayuda a los/as más pequeños/as a acercarse y a familiarizarse con la calle después de situaciones en las que se ven obligados a permanecer en el domicilio durante un largo período de tiempo, como en el reciente confinamiento, o tras otras situaciones similares producidas por otras causas.

### Beneficios del juego



**Favorece** el desarrollo personal del niño o la niña (motor, simbólico, psicológico, emocional...).



**Equilibra** el estado emocional y suple las limitaciones de movimiento que tenemos en casa.



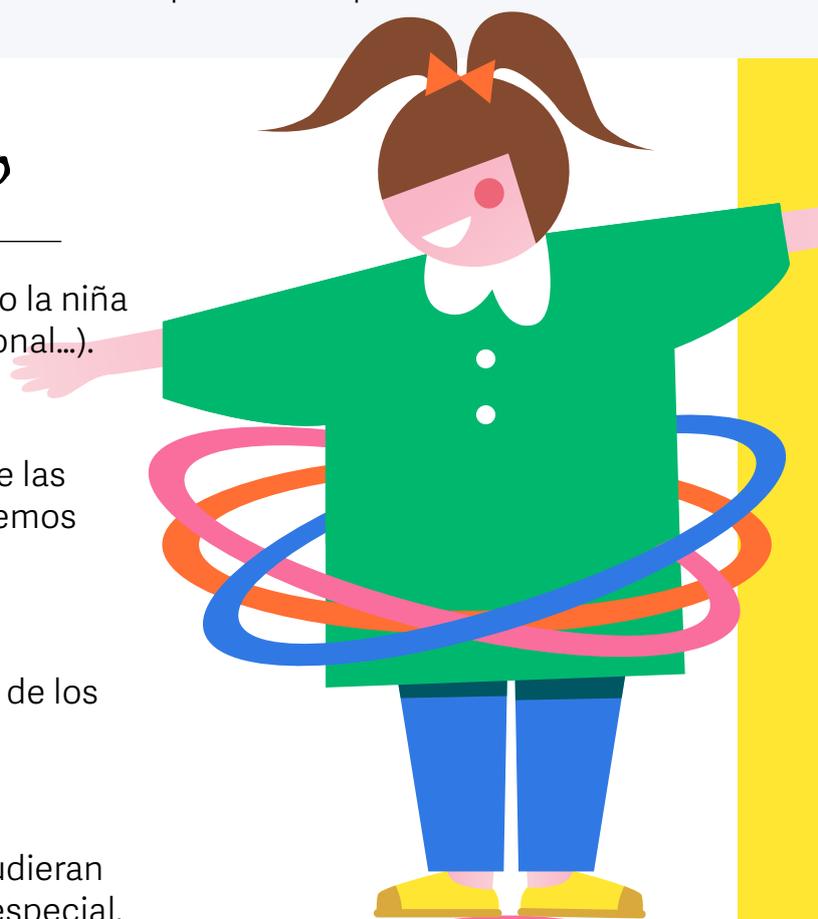
**Retoma** la actividad cotidiana e innata de los niños y las niñas.



**Incluye** a aquellos niños y niñas que pudieran presentar alguna necesidad educativa especial.



**Acerca** la calle como espacio provechoso para normalizar la nueva realidad.



# ¡Preparados/as para salir...!

**Valorar el estado** del/de la niño/a antes de salir: ¿Se encuentra bien?, ¿Está animado/a?, ¿Le apetece?...

**Aprender a "Jugar mejor":** ¿Qué es Jugar?, ¿Qué no es Jugar?

**Investigar** espacios para salir, seleccionando los más apropiados y atractivos.

Reforzar el **aprendizaje** de nuevos hábitos y comportamientos sociales, higiénicos y de seguridad.

Aprender a ser **autónomos**.



**Jugar** es tener buen comportamiento, respetar la distancia de seguridad, no tocar nada, seguir las normas de seguridad e higiene.



**No Jugar** es no respetar, no divertirse, correr cerca de la gente, correr entre los coches, molestar a otras personas...



Ropa cómoda.



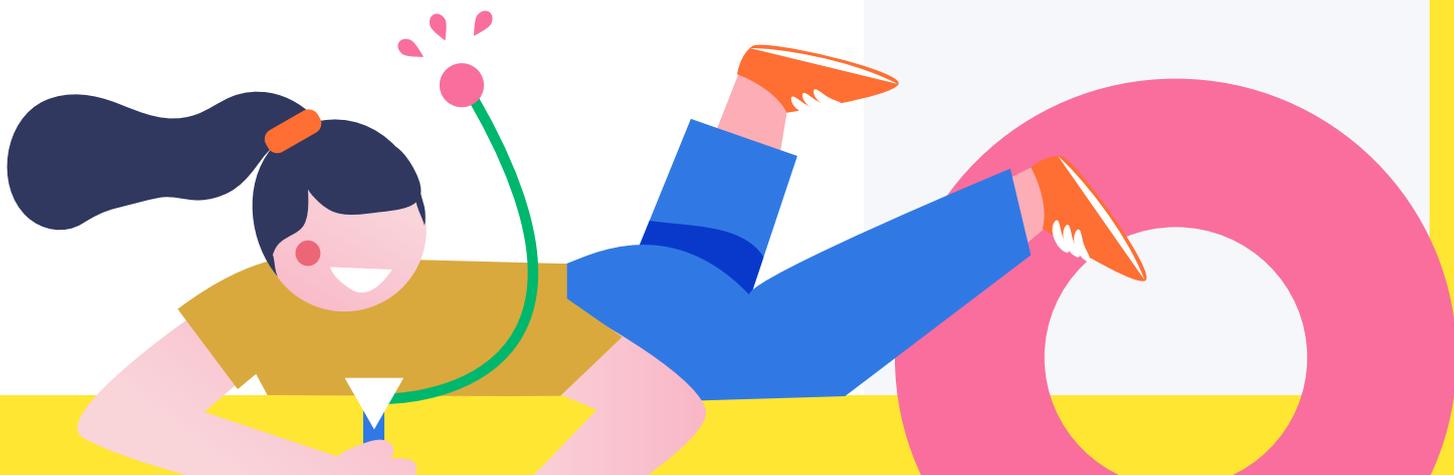
Uso de mascarilla / guantes.



Otros.



Preparar él/ella mismo/a lo que necesite: su ropa, juguetes, bolsa, agua, etc.



# Jugamos en la calle

**Los niños y las niñas**, a través del juego, son quienes en último término, modifican y reelaboran sus esquemas de conocimiento, construyendo su propio aprendizaje:



Uso de los **espacios** de un modo seguro.



**Favorecimiento del aprendizaje** a través del juego, atendiendo a las fases de desescalada, con seguridad e higiene.



Exploración de los **nuevos límites** para conocer el nuevo contexto social a través del juego.



**De vuelta a casa**, muy útil hacer reflexiones para reforzar conceptos de diversión y seguridad: "¿Qué hemos hecho?", "¿nos hemos divertido?", "¿cómo nos sentimos?"...



**Disfrute** del momento, permitiendo iniciativas seguras, como juego libre y espontáneo. "Dejar jugar"



**Desplazamientos controlados.** Actividades motoras básicas, tales como explorar el entorno: Caminando, haciendo equilibrio en bordillos y líneas, utilizando desniveles y rampas, saltos, carreras, etc.



**Juegos "para todos y todas"**, haciendo efectivos los principios de integración y normalización a esta nueva situación.

**No se trata de crear juegos distintos**, sino de hacer el esfuerzo de utilizar lo existente, como una aportación más a la nueva situación y la normalización de esta.



# Jugar...

## con medidas de seguridad e higiene

Y como es lógico, hay que jugar en la calle, observando con el **máximo rigor**, las medidas de higiene y seguridad, para evitar posibles contagios.

- 1 • **Lavarse** las manos antes y después de la actividad, siguiendo las indicaciones de Sanidad (se sugiere ver vídeo de "imprescindibles", en el canal de youtube #yoentrenoencasaMadridesdeporte).

- 2 • Utilizar **tutoriales** sobre el **uso de material preventivo** (mascarillas, guantes...) o sobre higiene de la ropa, e informarse sobre los comportamientos necesarios a adoptar con motivo de la pandemia.

- 3 • **Realizar la actividad** de manera individual con los/as hijos/as, manteniendo siempre una **distancia** de al menos 2 metros con otras personas, y evitando cualquier tipo de contacto.

- 4 • Al caminar detrás de otra persona, mantener una distancia de **4 ó 5 metros de separación**.

- 5 • **Evitar** tocarse la **cara**. Informar a los/as hijos/as que no se la toquen. Llevar siempre pañuelos de papel o una toallita para secarse (si son desechables usar papeleras y no guardarlos o tirarlos en el suelo).

- 6 • Guiar la salida y promover juegos en los que no sea necesario apoyarse o tocar **superficies susceptibles** de estar contagiadas.





**#YoEntrenoEnCasa**

**#SiempreContigo**

**Madrid es Deporte**