

# How Many Steps?/¿Cuántos pasos?

## Por qué es importante

Brindar a su niño una meta en la cual enfocarse mientras practica sus habilidades motricidad gruesa puede motivarlo a moverse con más facilidad, incluso con la ayuda de un adulto. Contar cada paso lentamente es una manera de apoyar los esfuerzos que hace su niño para moverse intencional y metódicamente.

## Materiales

Ningunos

## Qué hacer

1. Cuando se desplace de un área de la habitación a otra, sostenga la mano de su niño o brinde otra ayuda adecuada y cuenten juntos la cantidad de pasos que dan.
2. Brinde la ayuda necesaria para que su niño se mueva sin problemas por el salón de clase. Déjele saber que nota sus movimientos. *Subir las escaleras es complicado. Hoy estás usando de verdad tus músculos fuertes de las piernas.*
3. Cuente cuando sube y baja las escaleras, pasa por las puertas, etc. *Uno, dos, tres, cuatro, cinco, seis. Seis pasos para llegar al lavamanos.*
4. Cuando repitan el camino que ya recorrieron, pregunte a su niño si recuerda el número de pasos que dio la última vez. Cuente de nuevo para ver si el número es el mismo. *Dimos seis pasos para llegar al lavamanos. Veamos cuántos pasos damos para volver a la silla. Uno, dos, tres, cuatro, cinco. ¡Sólo cinco! Caramba, debiste de haber dado pasos bien grandes esta vez.*
5. Fíjese si su niño se siente cansado o frustrado. Dele tiempo para descansar cuando sea necesario. Además, dele ayuda física y emocional. *Te has movido mucho hoy. Ahora, tomemos una pausa y relajemos los músculos.*