



Conozcamos Nuestro Cuerpo

Descripción

Realizaremos un masaje corporal a nuestros hijos e hijas, descubriendo las distintas partes de su cuerpo y sensaciones que se generan.

Objetivos

Experimentar distintas sensaciones táctiles que les permitan conocer sus gustos y preferencias.

Materiales

Cama o colchoneta, crema o aceite corporal para masajes, música de relajación infantil (se recomienda Babies Go).

Paso a paso

La Actividad

1 Para que esta experiencia sea exitosa, se sugiere incorporarla dentro de la rutina diaria del niño o niña, idealmente previa a los períodos de cambio de ropa; como por ejemplo antes de dormir de noche o siesta, e incluso cambio de pañal. Para ello, procuraremos que el ambiente esté tranquilo y lo más libre de distracciones.

2 Colocaremos música suave, luz tenue, y desvestiremos a nuestro hijo completamente (solo con pañal). Le explicaremos verbalmente que realizaremos un masaje, y que lo tocaremos suavemente para que conozca su cuerpo.

3 Iniciaremos desde la cabeza, verbalizando constantemente sus partes del cuerpo ("estoy tocando tus manos, tus dedos, y subiré por tus brazos hasta tu cuello"), al igual que sus reacciones ("¿estás sonriendo porque te gusta que toque tu frente?"), preguntando si la experiencia es de su agrado y repitiendo los movimientos en caso de que nuestro hijo/a nos manifieste que lo es.

Para finalizar, agradeceremos a nuestro hijo/a permitirnos este espacio, y lo volveremos a vestir.