

La motricidad en IMÁGENES

Desde el nacimiento hasta los 8 años, su hijo aprende a mantener la cabeza erguida, sentarse, caminar, correr, subir escaleras, saltar, andar en bicicleta... Estas son las principales etapas de su desarrollo motor.

0 - 2 meses



El bebé está de espaldas... ¡o en brazos! Aún no controla sus movimientos.

3 meses



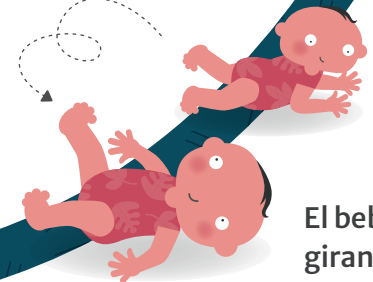
Los bebés son más capaces de sostener la cabeza y pueden mantenerla erguida cuando están sentados.

4 meses



Boca abajo, el bebé puede levantar la cabeza y el pecho.

5 - 6 meses



¡El bebé se da vuelta! Pasa de estar panza arriba a boca abajo, luego al revés.

7 - 9 meses



El bebé se sienta solo. Cada vez más estable, puede jugar sin sujetarse durante unos minutos.

Se mantiene en cuatro patas y se balancea hacia delante y hacia atrás.



Se arrastra.



10 - 12 meses



Camina en cuatro patas.



El bebé se mueve erguido, agarrándose de todo.

¡Ya está! El bebé da sus primeros pasos con los pies separados y los brazos abiertos.



13 - 18 meses



Sube las escaleras con los dos pies en cada escalón y las baja en cuatro patas, de espaldas.



El bebé camina con confianza. Se sube a los muebles, como a una silla, una mesa, un sofá o una cama para adultos, y puede volver a bajarse.

2 años



Corre bien. Puede frenar y detenerse sin chocar. Puede patear una pelota sin sujetarse.

Puede saltar en el lugar con los 2 pies.



3 años



Puede sostenerse sobre una pierna... durante más o menos tiempo.

Pedalea en un triciclo sin chocarse las cosas.



4 años



Le resulta más fácil atrapar una pelota pequeña y, cuando la lanza, puede dar en el blanco.

Puede hacer rebotar una pelota y atraparla después del rebote.

5 años



Puede pedalear en una bicicleta, a menudo con la ayuda de ruedas pequeñas.



6 años



Tiene mejor equilibrio y mayor resistencia en las actividades físicas.

Tiene buenas aptitudes para los deportes de equipo, como el fútbol y el hockey.



7 años



Tiene una mayor coordinación y flexibilidad en sus movimientos.

Puede tomar una pelota con una mano con más facilidad y lanzarla a un blanco.



8 años



Puede seguir un ritmo y coordinar movimientos más complejos, como los de una coreografía. Ahora puede participar en actividades deportivas como gimnasia, escalada y danza.

La motricité en IMAGES

De sa naissance à 8 ans, votre enfant apprend à tenir sa tête droite, à s'asseoir, à marcher, à courir, à monter les escaliers, à sauter, à faire du vélo... Voici les grandes étapes de son développement moteur.

0 - 2 mois



Bébé est sur le dos... ou dans les bras! Ses mouvements ne sont pas encore contrôlés.

3 mois



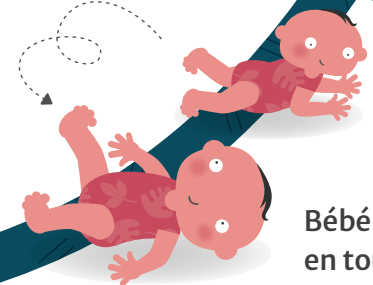
Bébé réussit mieux à soutenir sa tête et il peut la garder droite lorsqu'il est tenu assis.

4 mois



Sur le ventre, bébé arrive à soulever sa tête et sa poitrine.

5 - 6 mois



Bébé se retourne! Du ventre au dos, puis du dos au ventre.

7 - 9 mois



Bébé s'assoit seul. De plus en plus stable, il peut jouer sans se tenir pendant quelques minutes.



Il se tient à 4 pattes et se balance d'avant en arrière.

Il se déplace en rampant.

10 - 12 mois



Il marche à 4 pattes.



Bébé se déplace debout en s'agrippant à tout.

Ça y est! Bébé fait ses premiers pas les pieds écartés et les bras ouverts.

13 - 18 mois



Il monte les escaliers en mettant les 2 pieds sur chaque marche et il les descend à 4 pattes, à reculons.



Bébé marche avec assurance. Il grimpe sur les meubles, comme une chaise d'adulte, une table, un divan ou un lit, et peut en redescendre.

2 ans



Il court bien. Il peut ralentir et s'arrêter sans se cogner. Il est capable de frapper un ballon avec le pied sans se tenir.

Il arrive à sauter sur place sur ses 2 pieds.



3 ans



Il tient sur une jambe... plus ou moins longtemps.



Il monte et descend seul les escaliers en posant un pied sur chaque marche. Il a encore besoin de tenir la rampe.

Il pédale sur un tricycle sans se cogner à des choses.



4 ans



Il a plus de facilité à attraper une petite balle et, lorsqu'il la lance, à atteindre une cible.

Il est capable de faire rebondir un ballon et de l'attraper après le rebond.

8 ans



Il arrive à suivre un rythme et à coordonner des mouvements plus complexes, comme ceux d'une chorégraphie. Il peut maintenant pratiquer des activités sportives comme la gymnastique, l'escalade et la danse.



Il peut attraper une balle d'une main avec une plus grande facilité et il réussit à la lancer sur une cible.

7 ans



Il est capable de plus de coordination et de flexibilité dans ses mouvements.



Il a de bonnes habiletés pour les sports d'équipe tels que le soccer ou le hockey.

6 ans



Il a plus d'équilibre et une plus grande endurance dans les activités physiques.

Il peut pédaler sur une bicyclette, souvent avec l'aide de petites roues.



5 ans



Il peut sauter de plusieurs façons (pieds écartés, pieds rapprochés, sur un seul pied) en alternance, comme dans un jeu de marelle. Il peut commencer à sauter à la corde.

