

APÉNDICES

APÉNDICE 1

APÉNDICE 1 – HITOS DEL DESARROLLO DEL MOVIMIENTO			
Edad (años)	Habilidades motoras finas	Habilidades mano-ojo	Habilidades motoras gruesas
4	7. sostiene el lápiz entre los dedos (ya no sostiene el lápiz en el puño, sino con la ayuda de los dedos) 8. El dibujo se vuelve reconocible, dibujando una persona con tres partes del cuerpo o una persona de dos a cuatro partes (cabeza, torso, extremidades): las proporciones aún no son exactas, la imagen es mayoritariamente unidimensional, una línea indica las extremidades y el torso a veces, pero ya es reconocible: la cabeza es mejor primero, luego el cuerpo	14. lanzamiento de pelota: con un tiro por encima de la cabeza 15. manejo del balón: Atrapa la pelota que rebota +El dominio lateral está ampliamente establecido, la lateralidad se vuelve clara	16. equilibrio estático: estar de pie sobre un pie durante aproximadamente 6 segundos (entre 4 y 8 segundos) y durante 2 segundos de puntillas: la reducción de la superficie de apoyo dificulta el mantenimiento del equilibrio 17. equilibrio dinámico: saltar, correr, subir escaleras - resuelve con gusto tareas más difíciles que requieren habilidad 18. Salta sobre un pie (aproximadamente 2-3 veces), sube y baja por estructuras de escalada, se desliza

	9. Le gusta colorear 10. copias cruz, cuadrado 11. corta el papel por la mitad 12. vestidos sin botones 13. Lazos con nudo simple		19. salto hacia adelante aprox. 30-60 cm, salto desde una altura de 70-80 cm, salto hacia adelante con un par de pies de forma continua, largo; galope 20. Saltar hacia adelante sobre una pierna de 3 a 5 saltos o 1 metro de largo. 21. Caminar: camina en fila con las piernas una frente a la otra, puede llevar un vaso lleno de agua sin derramarla. 22. caminando hacia atrás en fila 23. correr: puede girar bruscamente, puede detenerse de repente 24. Bajar las escaleras alternando las piernas sin apoyarse; incluso puede caminar en escaleras más largas de 8 a 10 escalones alternando las piernas; la inclinación y la altura inusual de
--	---	--	---

			las escaleras aún lo inquietan, en cuyo caso aún puede bajar dando un paso hacia atrás
5	25. agarre de lápiz con trípode 26. se viste y se desviste sin ayuda - desabrocha y abrocha botones de tamaño mediano 27. dibuja Entre líneas 28. dibuja persona con al menos tres partes del cuerpo (en su mayoría entre 5 y 10) 29. escritura "cuasi"- simulando escribir 30. copia Triángulos y cuadrados y otras formas geométricas 31. Corta por fuera de un círculo	32. lanzamiento de pelota con rotación del tronco: la rotación del tronco ya está fuertemente comprometida: la pelota está sobre el hombro, la extensión del codo sigue siendo dominante durante el lanzamiento, dando un paso hacia adelante con el mismo pie que el brazo de lanzamiento durante el lanzamiento 33. manejo del balón: puede lanzar una pelota de tenis de 1 a 2 metros dentro del contenedor (la rotación espinal ya está activada); ahora puede atrapar una pelota	35. equilibrio estático: De pie sobre un pie durante 8 a 10 segundos 36. equilibrio dinámico: 37. caminar, correr, saltar 38. Caminando sobre una viga, con los pies uno frente al otro 39. Caminando de puntillas 40. Caminar hacia atrás (talón-punta) 41. Saltar hacia adelante desde una posición de pie a una distancia de aproximadamente 70-80 cm. 42. Puede girar hacia atrás 180° saltando desde una posición de pie.

		grande, flexión de cadera y rodilla para hacer una captura suave 34. Puede patear no solo la pelota estacionaria sino también la pelota rodante +Se establece el dominio lateral, se estabiliza	43. Saltar hacia atrás con los pies iguales 6 veces seguidas 44. conejo saltando, rana saltando 45. Saltar alternando los pies 46. Saltando de 8 a 10 veces en un pie 47. Saltar sobre un objeto y aterrizar con ambos pies juntos. 48. galopando, saltando 49. saltando en el lugar 50. saltando arriba y abajo 51. Saltando hacia delante y hacia atrás de forma más precaria y con los pies en el mismo nivel 52. Saltar hacia adelante y hacia arriba con una pierna 53. dar volteretas sin inclinarse hacia los lados
--	--	--	---

			54. balanceándose, trepando
6	55. construye, juega con Legos, arma rompecabezas 56. Puede comer adecuadamente con cuchillo y tenedor. 57. Mientras dibujan, ya aparecen los movimientos de escritura; tal vez ya intentan escribir. 58. La representación es detallada 59. Dibuja una persona de 12 a 14 partes. 60. mantiene la línea Al colorear 61. ata los zapatos	62. El sentido del balón continúa desarrollándose, el lanzamiento entra en la fase de madurez 63. Ya lanza desde parado una pierna hacia adelante (estocada transversal), el tronco también gira antes del lanzamiento, el impulso del movimiento del brazo durante el lanzamiento se complementa con la rotación hacia adelante del tronco 64. lanza una pequeña pelota a una canasta de papel desde una distancia de hasta 3-4 metros 65. Lanza hábilmente al objetivo desde una distancia de 2 metros. 66. Agarrando la pelota También	67. Situaciones difíciles de caminar, correr y saltar: camina hábilmente a lo largo de la viga con los pies uno frente al otro, es capaz de cruzar incluso medio metro mientras camina, por ejemplo sobre un charco 68. Bueno para correr y saltar, corre bien en terrenos irregulares, pendientes pronunciadas y escaleras, salta, corre, salta sobre pequeñas zanjales, troncos de árboles (obstáculos)) 69. equilibrio estático: a. De pie sobre una pierna con los ojos abiertos: 10-15 segundos; con los ojos cerrados durante 6-10 segundos (lo óptimo es que el tronco no se balancee demasiado y los

		se desarrolla, el ojo sigue bien el movimiento de la pelota entrante, la posición de la mano y el movimiento del brazo cambian según el vuelo de la pelota, cuando entra en contacto con la pelota, disminuye su impulso soltando el brazo. +Se desarrolla el dominio lateral, por lo que la mano del lado dominante es más hábil	brazos no se muevan demasiado) 70. equilibrio dinámico: a. Puede caminar sobre la cuerda con buen equilibrio incluso en distancias más largas: esto se puede probar con una cuerda encintada de 3 a 4 metros de largo. b. Saltar una cuerda de 25 cm de altura c. Salto hacia adelante con ambas piernas a aproximadamente 1 metro de distancia. d. Saltar hacia adelante sobre una pierna rápido y por mucho tiempo. e. Saltar en el mismo lugar sobre una pierna 6-7 veces seguidas 71. 71. Le gusta probar/practicar varias formas de ejercicio: rayuela, saltar la cuerda,
--	--	---	---

			patinaje sobre ruedas, ciclismo a. Puede dominar los movimientos complejos de los movimientos deportivos: capaz de completar una sesión deportiva lúdica de 45 a 60 minutos. b. Puede aprender los conceptos básicos de la mayoría de los movimientos deportivos: fútbol, bicicleta, patinaje sobre ruedas, natación, esquí, etc. - comprende y sigue las reglas
7	72. Experto en técnicas artesanales: pintura, dibujo, corte, pegado, plegado de papel, moldeado de plástico. 73. Ayuda con tareas domésticas sencillas: pelar, picar, revolver, cortar masa, barrer, limpiar. 74. La coordinación del movimiento		77. Se mueve con persistencia y habilidad: fútbol, bicicleta, correr, rebotar una pelota. 78. Se supone que los movimientos son complejos y que se requiere un equilibrio y una coordinación adecuados

	se vuelve cada vez más hábil, puede resolver tareas que requieren habilidades motoras finas. 75. Representa acontecimientos en dibujos, el dibujo humano incluye al menos 6 partes del cuerpo 76. Los dibujos se desarrollan, se diferencian, muestran detalles, por ejemplo, bolsillos en el vestido, arcos, bucles, ondas; aparecen elementos de movimientos de escritura		
7	81. Experto en técnicas artesanales: pintura, dibujo, corte, pegado, plegado de papel, moldeado de plástico. 82. Ayuda con tareas domésticas sencillas: pelar, picar, revolver,		86. Se mueve con persistencia y habilidad: fútbol, bicicleta, correr, rebotar una pelota. 87. Se supone que los movimientos son complejos y que se requiere un equilibrio y una coordinación adecuados

	cortar masa, barrer, limpiar. 83. La coordinación del movimiento se vuelve cada vez más hábil, puede resolver tareas que requieren habilidades motoras finas. 84. Representa acontecimientos en dibujos, el dibujo humano incluye al menos 6 partes del cuerpo 85. Los dibujos se desarrollan, se diferencian, muestran detalles, por ejemplo, bolsillos en el vestido, arcos, bucles, ondas; aparecen elementos de movimientos de escritura		
--	--	--	--

Tabla 1: Hitos del desarrollo de las habilidades motoras y el movimiento desde los 4 a los 7 años

Referencias:

Blythe, S.G. (2014). *Neuromotor Immaturity in Children and Adults: The INPP Screening Test for Clinicians and Health Practitioners*. *Neuromotor Immaturity in Children and Adults: The INPP Screening Test for Clinicians and Health Practitioners*. 1-124. 10.1002/9781118736906.

Büki Gy., Gallai M., Paksy L. (2004). A pszichomotoros fejlődés zavarainak felismerése és ellátása az alapellátás gyakorlatában. 2. sz. Módszertani levél. OGYEI, Bp.

Dosman, C. F., Andrews, D., & Goulden, K. J. (2012). Evidence-based milestone ages as a framework for developmental surveillance. *Paediatrics & child health*, 17(10), 561–568. <https://doi.org/10.1093/pch/17.10.561>

Gyermek-alapellátási útmutató a 0–7 éves korú gyermekek szűrési vizsgálatainak elvégzéséhez, 2., javított kiadás [Online]
<http://www.gyermekealapellatas.hu/>

Scharf, R. J., Scharf, G. J., & Stroustrup, A. (2016). Developmental Milestones. *Pediatrics in review*, 37(1), 25–47. <https://doi.org/10.1542/pir.2014-0103>