



REHABILITACIÓN FUNCIONAL

Ejercicios de equilibrio infantil



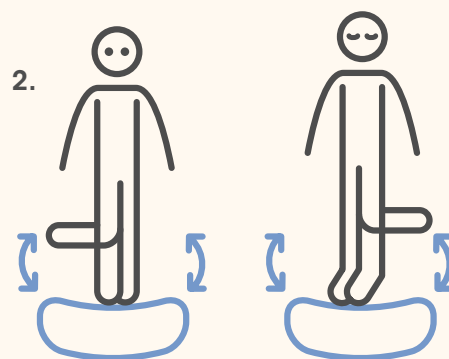
1

- **POSICIÓN:** de rodillas con la cadera levantada.
- **EJERCICIO:** mantener la posición y que el terapeuta juegue con el niño, lanzándole una pelota para que se la devuelva.



2

- **POSICIÓN:** de pie sobre un cojín.
- **EJERCICIO:** aguantar el equilibrio. Con los ojos abiertos, levantar una pierna y, después, la otra. Realizar el ejercicio de puntillas y de talones. Después, repetirlo con los ojos cerrados.
- **VARIANTES:** con el mismo ejercicio, jugar a coger objetos o dibujar en una pizarra.



3

- **POSICIÓN:** de ganeo.
- **EJERCICIO:** levantar el brazo izquierdo y la pierna derecha, y aguantar el equilibrio. Volver a la posición de ganeo y repetir el ejercicio con el brazo y la pierna contrarios.

