

PRUEBA (instrucciones lenguaje natural)

- ACTIVIDAD: cepillarse después de despertar

- Elevar la espalda 90 grados de la cama hacia adelante
- Mover y ubicar las dos manos del cuerpo bajo las cobijas que están sobre las piernas
- Mover levemente hacia arriba las dos manos del cuerpo ubicadas bajo las cobijas
- Mover con mucha fuerza hacia la izquierda las dos manos del cuerpo ubicadas bajo las cobijas
- Relajar los dos brazos del cuerpo
- Mover las dos piernas del cuerpo hacia la derecha
- Mover la pantorrilla de las piernas hacia abajo de tal forma que la pantorrilla de las piernas quede con 90 grados de inclinación a los muslos de la pierna y que los talones de los pies toquen el suelo
- Mover la cadera del cuerpo hacia arriba al mismo tiempo que se ejerce fuerza en las piernas para poner todo el cuerpo sobre los pies
- Mover la pierna derecha del cuerpo hacia adelante
- Mover la pierna izquierda del cuerpo hacia adelante
- Mover el brazo derecho del cuerpo a 45 grados de elevación hacia al frente
- Agarrar la manija con la mano derecha del cuerpo
- Girar la mano derecha del cuerpo hacia la derecha levemente
- Empujar la mano derecha del cuerpo hacia al frente con fuerza
- Soltar la manija de la puerta que se sostenía con la mano derecha del cuerpo
- Relajar el brazo del cuerpo completamente
- Mover el pie izquierdo del cuerpo hacia al frente
- Mover el pie derecho del cuerpo hacia al frente
- Mover el pie izquierdo del cuerpo hacia al frente
- Mover el pie derecho del cuerpo hacia al frente
- Mover el pie izquierdo del cuerpo hacia al frente
- Mover el pie derecho del cuerpo hacia al frente
- Situar ambos pies del cuerpo uno al lado del otro
- elevar el brazo derecho del cuerpo 90 grados hacia al frente
- agarrar con la mano derecha del cuerpo el cepillo
- jalar con la mano derecha del cuerpo el cepillo hacia atrás
- dirigir el brazo izquierdo del cuerpo hacia el frente, donde está ubicada la crema dental
- agarrar con la mano izquierda del cuerpo la crema dental
- jalar con la mano izquierda del cuerpo la crema dental hacia atrás
- sin soltar el cepillo, mover la mano derecha del cuerpo hacia la izquierda
- sin soltar el cepillo, con los dedos índice y pulgar de la mano derecha del cuerpo agarrar la tapa de la crema dental
- sin soltar el cepillo y la tapa de la crema dental, mover los dedos índice y pulgar de la mano derecha del cuerpo hacia la derecha en forma circular, apretando muy bien la tapa con estos dos dedos.
- Jalar la tapa con los dedos índice y pulgar de la mano derecha del cuerpo, hacia arriba
- Girar un poco la mano derecha del cuerpo hacia la izquierda y dirigir la mano derecha hacia la boquilla de la crema dental
- Con la mano izquierda del cuerpo apretar fuertemente la crema dental

- Mover levemente hacia adelante la mano que tiene el cepillo
- Girar levemente hacia la derecha la mano derecha del cuerpo de tal forma que el cepillo quede verticalmente
- mover la mano derecha del cuerpo hacia la mano izquierda del cuerpo
- con los dedos índice y pulgar de la mano derecha del cuerpo, poner la tapa de la crema dental sobre la boquilla de la crema dental
- apretar sobre la tapa los dedos índice y pulgar de la mano derecha del cuerpo
- girar los dedos índice y pulgar de la mano derecha del cuerpo hacia la izquierda en forma circular
- soltar la tapa de la crema que se sostenía con los dedos índice y pulgar de la mano derecha del cuerpo
- inclinar el brazo izquierdo del cuerpo 45 grados, dirigiéndose hacia el lavamanos
- abrir la mano izquierda del cuerpo para que la crema de dientes caiga sobre el lavamanos
- relajar el brazo izquierdo
- dirigir la mano derecha del cuerpo que tiene el cepillo hacia la boca
- inclinar levemente hacia la izquierda el cepillo de tal forma que el cepillo quede horizontal al cuerpo
- abrir la boca de la cara
- juntar los dientes de la boca formando una sonrisa
- acercar las hebras del cepillo de dientes, a los dientes, de tal forma que estos se toquen
- mover la mano derecha del cuerpo de dirección izquierda a dirección derecha 20 veces
- girar la mano derecha del cuerpo levemente hacia la derecha de tal forma que el cepillo quede vertical al cuerpo
- bajar la mano derecha del cuerpo 45 grados de tal forma que el cepillo quede dentro del lavamanos
- girar la mano derecha del cuerpo levemente hacia la izquierda de tal forma que el cepillo quede horizontal al cuerpo y que el cepillo de dientes quede bajo la boquilla del grifo del lavamanos
- elevar la mano izquierda del cuerpo 45 grados y dirigir la mano izquierda del cuerpo hacia el grifo
- tomar con la mano izquierda del cuerpo el grifo del lavamanos
- girar con la mano izquierda del cuerpo el grifo del lavamanos hacia la derecha
- dirigir la mano izquierda hacia las hebras del cepillo
- dirigir el dedo pulgar de la mano izquierda del cuerpo hacia las hebras del cepillo
- tocar las hebras del cepillo con el dedo pulgar de la mano izquierda del cuerpo
- mover el dedo pulgar de la mano izquierda del cuerpo sobre las hebras del cepillo 10 veces
- alejar el dedo pulgar de la mano izquierda del cuerpo de las hebras del cepillo
- alejar la mano izquierda del cuerpo del cepillo
- relajar la mano izquierda del cuerpo
- mover el brazo derecho del cuerpo que sostiene el cepillo 45 grados hacia arriba
- girar la mano derecha del cuerpo levemente hacia la derecha de tal forma que el cepillo de dientes quede vertical al cuerpo
- mover la mano derecha hacia adelante haciendo fuerza, de tal forma que el cepillo de dientes se introduzca a la porta cepillo

- soltar el cepillo de dientes
- relajar el brazo derecho