

1. Caminar, correr, saltar, nadar, trepar, girar, agacharse, estirarse, empujar, jalar, levantar, lanzar, atrapar, golpear, sujetar, escribir...

2. dibujar, teclear, rascar, acariciar, señalar, abrazar, bailar, equilibrarse, respirar, parpadear, sonreír, masticar, tragar, hablar, cantar, silbar, olfatear, ver...

8. enfocar, escuchar, distinguir sonidos, tocar, sentir texturas, sentir temperatura, orientarse, reaccionar, esquivar, frenar, acelerar, patear...

9. sostener, apretar, relajar, flexionar, doblar, arquear, cruzar, desenrollar, rodar, inclinarse, sumergirse, flotar, escalar, rodar, deslizarse, hacer piruetas, pestañear, bostezar, sacudir, mover los dedos...

3. Escribir con precisión, dibujar líneas rectas, tocar un instrumento, tejer, coser, hilar, tallar, esculpir, recortar con tijeras, encajar piezas pequeñas...

4. Cargar objetos pesados, apretar con las manos, sostener peso con los brazos, empujar con los pies, resistir largas caminatas, soportar frío...

5. Aguantar la respiración, levantar el cuerpo con los brazos, mantenerse de pie por horas, resistir, tensar los músculos...

6. lanzar con exactitud, driblar un balón, hacer malabares, mover los dedos de manera independiente, hacer señales con las manos, enhebrar una aguja, ajustar la presión de los dedos...

10. Modular la voz, imitar sonidos, gritar, susurrar, tararear, mover los labios sin hablar, inflar los cachetes, soplar con fuerza...

7. Manejar herramientas, atarse los zapatos, frotarse las manos, peinarse, maquillarse, afeitarse, girar una llave, abrir un frasco, desenredar un hilo...

