



APRENDER A COGER BIEN EL LAPIZ

En los primeros dibujos, los niños muy pequeños trazan gruesas líneas, haciendo partir el movimiento de la espalda. Al mismo tiempo, deberían madurar la capacidad de efectuar los movimientos involucrando, poco a poco, las distintas partes del cuerpo, menos distantes del lápiz. En la práctica, se debería ir restringiendo el campo, pasando al codo, después a la muñeca, hasta dibujar moviendo sólo los dedos.

Para favorecer el proceso de coordinación ojos–mano, es importante que, desde muy pequeños, a los dos años, aunque también antes, nuestros alumnos aprendan a empuñar correctamente el lápiz. Tengamos en cuenta que en nuestro cerebro, una amplia zona está dedicada, tanto a nivel sensorial como motor, a las actividades manuales

Poco a poco el niño es capaz de desarrollar estas actividades, que requieren dotes de velocidad, ligereza y precisión, de forma más delicada. Sin embargo, utilizando la mano para dibujar, a menudo los pequeños emplean también el brazo y la espalda, el cuello y la cabeza, desperdiciando así energía y, sobre todo, desequilibrando el comportamiento visual. Si, además, la inclinación del cuerpo es superior a los 20 grados, respecto a la perpendicular ideal, la iluminación puede reducirse a más del 12 por ciento sobre el ojo opuesto a la mano con la que escribe. Existe, así, el riesgo de un supresión parcial o total de la capacidad de ver con ambos ojos (la binocularidad), favoreciendo la instauración de problemas visuales, como, por ejemplo, la distinta eficiencia funcional en los dos ojos.

Los educadores de Infantil pueden trabajar con tres juegos para que nuestros alumnos aprendan a coger bien el lápiz y tengan una visión ideal:

- 1.- Se empieza por la ejecución de un gesto mágico, el tres, con la mano normalmente utilizada para dibujar. Si se repite este movimiento, esto permite adquirir bien la posición de partida, en la cual el pulgar, el índice y el dedo medio quedan distendidos, y el anular y el meñique flexionados sobre la palma.
- 2.- Se pone el lápiz en el “valle encantado”, la zona entre el pulgar y el índice, que recuerda a los pequeños los dibujos animados de los dinosaurios. Después, se hace deslizar el lápiz en este valle para que suene el “violín ziu– ziu” (el niño debe simular la acción). Este rozamiento hace que el niño note la posición correcta de desplazamiento del lápiz.
- 3.- Se cierran los tres dedos (pulgar, índice y medio) como “las fauces de un león”, de modo delicado, poniendo las yemas sobre las caras del lápiz y haciéndolas resbalar hacia la punta, hasta llegar a dos dedos de la punta.

Tengamos en cuenta que, dentro de la evolución de la vista, hasta los dos años, el niño no empieza a indicar cosas lejanas. A esta edad tiene una agudeza visual de 4-5 décimas y apunta con el dedo en dirección a los objetos que desea tener. También perfecciona la capacidad de localizar y enfocar los detalles de las cosas y, moviéndose ágilmente y caminando, desarrolla cada vez más y mejor la percepción visual del espacio.

A los cuatro años, el niño tiene una agudeza visual de unas 6 décimas, y consigue mantener una atención visual que permite saber el sentido de profundidad, que en términos médicos se conoce como “esteropsis”. Esta fase de desarrollo es muy importante para la capacidad de disociar los movimientos de los ojos de la cabeza. Además, el niño es capaz de reconocer y de identificar los distintos matices de los diferentes colores.

Será ya con seis años cuando la agudeza visual alcance 10 décimas, y el proceso de maduración de los ojos ya haya finalizado.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA LA REALIZACIÓN DE UNA ESCRITURA LEGIBLE

Cuestiones preliminares: Papel pautado, cuadriculado o en blanco

Entre los expertos en didáctica de la escritura nos existe unanimidad acerca de cuál sea el procedimiento más idóneo para adquirir y desarrollar las destrezas caligráficas: papel pautado, cuadriculado, o bien sin ningún tipo de rayado.

Sin negar “las bondades” de la escritura sobre cuadrícula e incluso sobre papel en blanco, vamos a exponer a continuación algunas de las ventajas de escribir en pauta de cuatro milímetros; ventajas comprobadas empíricamente con numerosos grupos de alumnos de los primeros niveles educativos.

1. La pauta facilita la escritura completa de la palabra, en vez de por partes; lo cual sirve para:

- Identificar la palabra como realidad autónoma.
- Evocar su significado.
- Fijar sus peculiaridades ortográficas.

En consecuencia, la escritura de una palabra resulta más racional, ya que, a su dimensión física -el significante-, se añade, desde un primer momento, la conceptual -el significado-. Así, la imagen visual y motora que la palabra deja grabada en el cerebro contribuirá a la reproducción de su correcta ortografía; y la plena posesión de su significado allanará las dificultades futuras con respecto a su inclusión en diferentes contextos con la propiedad debida.

2. Desde el punto de vista motor, la pauta favorece la legibilidad de la escritura, porque:

- Se evita la omisión de ligaduras. Además, al no existir rayado vertical que pudiera distorsionar la atención, se facilita que las letras y sílabas que integran las palabras se presenten ligadas entre sí.
- Se logra una mejor uniformidad del movimiento gráfico. Esta uniformidad se refleja, fundamentalmente, en el tamaño y la alineación de la escritura. Determinados tipos de pauta pueden contribuir, además, a eliminar un defecto gráfico muy frecuente: la irregularidad de los trazos superiores e inferiores de las letras b, d, h, k, l, ll, t; g, j, p, q, y; f.

- Se favorece, espontáneamente, el espaciamiento regular de las letras que conforman las palabras, y de éstas entre sí.
- Se facilita la transición a la escritura en papel sin ningún tipo de rayado, transición que resulta menos brusca desde la pauta que desde la cuadrícula, excesivamente rígida por su misma naturaleza y responsable, en determinados casos, de futuras deformaciones de las letras, uno de los principales factores de ilegibilidad.

El aprendizaje de las destrezas caligráficas

El objetivo final que persigue toda caligrafía es la obtención de una escritura que resulte legible. Sin embargo, en la legibilidad de la escritura intervienen factores tan diversos como los que seguidamente se relacionan, y que convendría convertir en objetivos caligráficos cuidadosamente secuenciados:

- 1.- La evitación de posturas inadecuadas, tomando correctamente el lápiz y manteniendo el cuerpo y el papel en la posición debida.
- 2.- La claridad en la representación de las letras, dándoles a cada una su forma característica.
- 3.- La presencia de ligaduras entre las letras y sílabas que conforman las palabras.
- 4.- La correcta alineación de las letras, de modo que no queden por encima o por debajo de la línea normal de escritura.
- 5.- La uniformidad en la inclinación y en el tamaño de la letra.
- 6.- El adecuado esparcimiento entre letras, palabras y renglones: ni escaso, ni excesivo, ni desigual.

Por otra parte, el aumento progresivo en la velocidad de la escritura deberá efectuarse de manera tal que no vaya en detrimento de la legibilidad de la letra, porque en tal caso se vería seriamente dificultada la comprensión del contenido de lo escrito.

Se efectúan a continuación ciertas recomendaciones que pueden servir de ayuda a los maestros para lograr que sus alumnos consigan una letra bien dibujada y fácilmente legible.

Posición adecuada del cuerpo para la realización de la escritura

La postura correcta del cuerpo para la realización de la escritura es la siguiente:

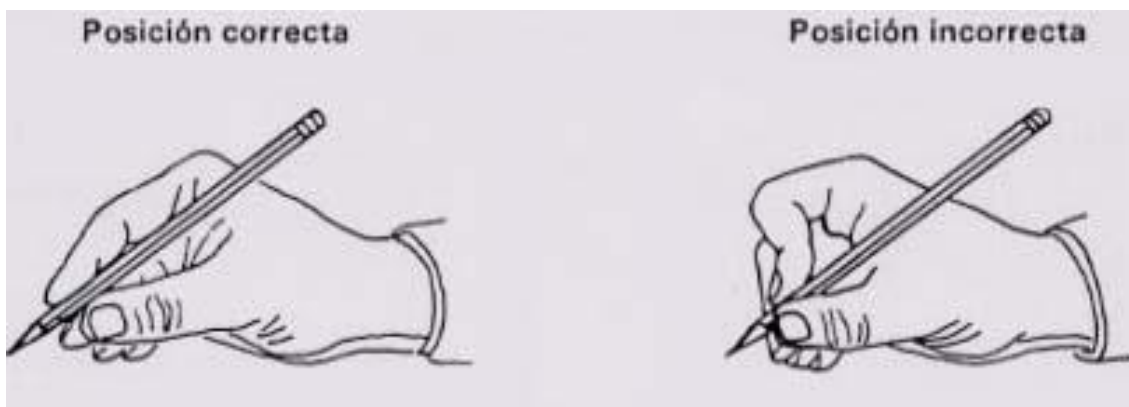
- Tronco recto, ligeramente inclinado hacia adelante, y cabeza en la misma línea del tronco.
- Codos sobre la mesa.
- Pies apoyados en el suelo.

Postura más adecuada que debe adoptar el cuerpo durante la realización de la escritura

Modo de coger el lápiz

Se detalla a continuación la forma más conveniente de coger el lápiz para conseguir una letra bien dibujada y fácilmente legible.

- El lápiz se sostiene entre los dedos pulgar y corazón. Sobre él se coloca el dedo índice, sin ejercer una presión excesiva, que oscurecería la escritura.
- Los dedos que sostienen el lápiz han de estar convenientemente separados de su punta, de manera que quede espacio suficiente para los dedos anular y meñique, favoreciendo así el deslizamiento de la mano, que podrá moverse cómodamente, y la obtención de un trazo de grosor normal.
- El dedo pulgar debe doblarse hasta formar un ángulo recto con las falanges, lo que permitirá realizar una escritura de tamaño adecuado -ni demasiado grande, ni muy pequeña- y de grosor normal -líneas ni demasiado finas, ni muy gruesas.



- El lápiz se sostiene entre los dedos pulgar y corazón, y sobre aquél se coloca el dedo índice, que ejerce una ligera presión.

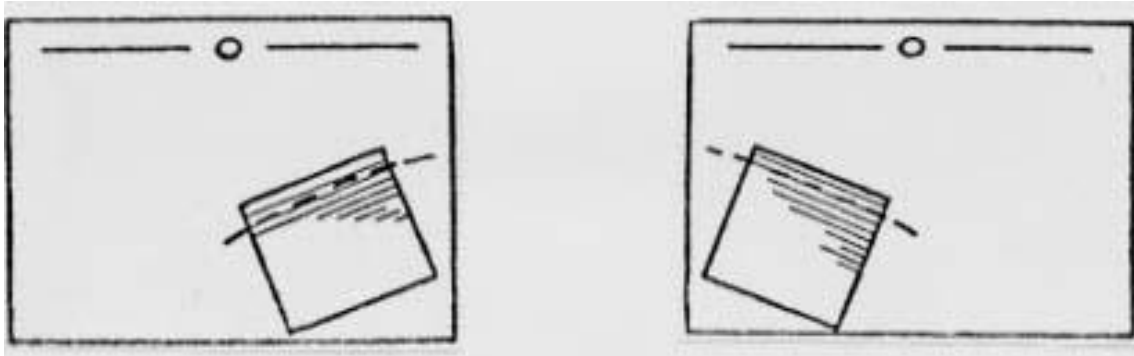
- Los dedos que toman el lápiz deben estar convenientemente separados de su punta, de manera que quede espacio para los dedos anular y meñique, lo que permitirá a la mano moverse con comodidad.

La colocación del papel (en escritura cursiva)

Si se escribe con la mano derecha, el papel debe desviarse hacia la izquierda; y así se logrará una inclinación regular y una alineación perfecta de las letras

La posición del papel debe ser tal que la línea de escritura siga la misma dirección que la diagonal del tablero de la mesa -con lo cual la escritura se mantendrá constantemente dentro de la línea de visión-; y el movimiento gráfico debe dirigirse hacia el centro del cuerpo.

La inclinación desproporcionada de la letra suele ser consecuencia de una excesiva desviación del papel; y la falta de inclinación, de mantenerlo perpendicular al cuerpo.



• Para la escritura cursiva debe inclinarse el papel ligeramente hacia la izquierda -en caso de no ser zurdo-, de tal manera que la base inferior de la hoja quede perpendicular al antebrazo.

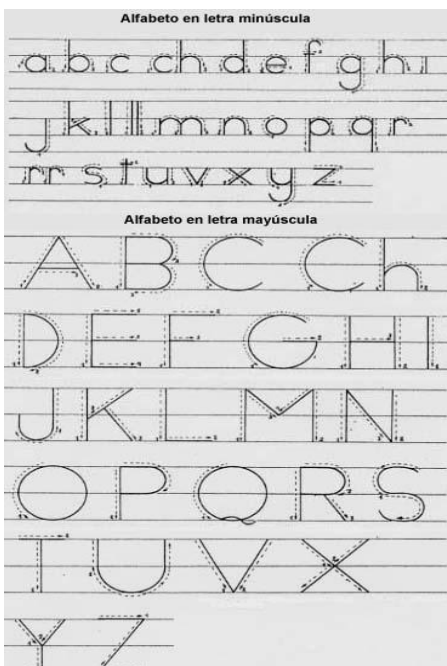
• Si se escribe con la mano izquierda, hay que inclinar el papel hacia la derecha.

Para conseguir la inclinación adecuada de las letras, hay que mantener la escritura dentro de la línea de visión -resultado de inclinar el papel hacia la izquierda, si se escribe con la mano derecha-; y tomar como punto de referencia para la dirección del movimiento gráfico el centro del cuerpo

La claridad en la representación de las letras

Es imprescindible conocer la dirección de los movimientos que hay que seguir para dibujar las diferentes letras, así como el orden en que se trazan sus partes, para evitar, así, formaciones defectuosas de aquéllas.

Entre otras muchas, estas son algunas de las deformaciones de las letras que suelen resultar harto frecuentes:



- Trazar la **u** como la **n**.
- Dejar sin cerrar el círculo de la **d**, lo que conduce a la confusión de esta letra con la cabeza silábica compuesta **cl** o con la palabra **el**.
- Escribir la **rr** como la **u**.
 - Olvidar el punto sobre la vocal **i**; etc., etc.

En las letras minúsculas y mayúsculas que se reproducen al lado figuran flechas que indican la dirección de los movimientos que hay que seguir para escribir cada letra, así como números que informan del orden en que se escriben sus partes. La claridad se obtiene dándole a cada una de las letras la forma que le es propia.

Las ligaduras entre letras

Los trazos que unen unas letras con otras son necesarios para garantizar una escritura legible. La omisión de ligaduras entre las letras y sílabas que conforman las palabras -dejándolas “sueltas”- es, pues, uno de los factores más determinantes de la ilegibilidad de la escritura.

La horizontalidad de los renglones

Aunque habitualmente se escribe en papel rayado -sobre pauta o cuadrícula-, hay que ir paulatinamente haciéndolo sin la guía que las rayas ofrecen, para no torcer los renglones. La horizontalidad de éstos se logra cuando se mantienen paralelos a la base del papel, y, de esta forma resultan, necesariamente, equidistantes entre sí.

La alineación de las letras

La correcta alineación de las letras es una de las condiciones que facilitan la legibilidad; y para conseguirla con el menor esfuerzo, basta con colocar el papel de forma que la línea de escritura coincida con la diagonal del tablero de la mesa.

Mantener el renglón escrito dentro de la línea de visión requiere que, de cuando en cuando, se rectifique la posición del papel, para conservar su correcta inclinación hacia la izquierda (o hacia la derecha, cuando se escribe con la mano izquierda).

La uniformidad en la inclinación de las letras

Una correcta uniformidad en la inclinación de las letras favorece no sólo su legibilidad, sino también su aspecto agradable a la vista del lector.

Aquella se consigue inclinando ligeramente el papel hacia la izquierda (si es escribe con la mano derecha), y colocándolo de tal forma que la línea de escritura coincida con la diagonal del tablero de la mesa, lo que permite mantener la escritura en la línea de visión; y dirigiendo el movimiento gráfico hacia el centro del cuerpo, y no hacia el codo derecho.

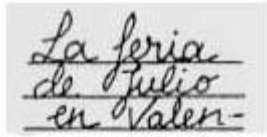
La uniformidad en el tamaño de las letras

Para favorecer la legibilidad de la escritura, es necesario mantener la uniformidad en el tamaño de las letras: las letras “que suben” y las letras “que bajan” deben tener el doble de longitud que las restantes letras; y estas han de conservar, en la palabra, un mismo tamaño.

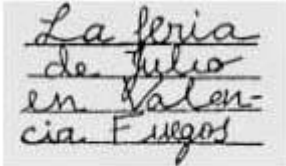
El espaciamiento uniforme de las letras

Un correcto espaciamiento de las letras -que han de estar igualmente espaciadas: ni demasiado juntas, ni demasiado separadas- se logra dándoles una inclinación hacia adelante, manteniendo el papel fijo en la línea del brazo.

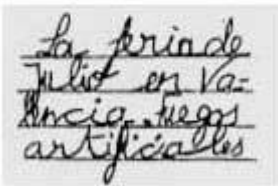
Muestras con distintos tipos de espaciamento entre las letras



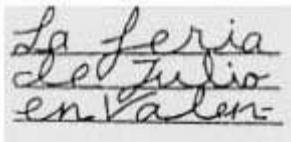
Correcto espaciamento de las letras. Las letras están igualmente espaciadas porque se inclinan regularmente hacia adelante, como resultado de mantener el papel en la línea del brazo.



Desigual espaciamento de las letras. Las letras no se inclinan hacia delante regularmente, debido a que el papel no se mantiene fijo en la línea del brazo. (Las palabras son difíciles de leer).



Escaso espaciamento de las letras. Se ha dado a las letras una inclinación lateral, porque el papel se ha mantenido oblicuamente sobre la línea del brazo. (Las palabras son difíciles de leer).



Excesivo espaciamento de las letras. Se ha dado a las letras una inclinación demasiado derecha, al mantener el papel debajo de la línea del brazo. (Las palabras son difíciles de leer).

El espaciamento uniforme de las palabras

Uno de los defectos de la escritura que afecta a su legibilidad es el del incorrecto espaciamento de las palabras. Este se produce cuando los trazos iniciales y finales son demasiado largos, y las palabras casi se unen; o demasiado cortos, y las palabras aparecen demasiado separadas.

El espaciamento adecuado de los renglones

Para evitar que la distancia entre los renglones no sea la que mejor convenga a una fácil legibilidad de la escritura, hay que mantener una separación suficiente entre éstos, de tal manera que los trazos superiores e inferiores de las letras no se monten sobre la línea normal de escritura.