

# **ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR LA MOTRICIDAD FINA<sup>1</sup>**

## **94. COGER UNA CUCHARA**

**Motricidad fina, agarrando, 0-1 años.**

**Independencia comiendo, 0-1 años.**

✂ **Meta:**

- Mejorar el dominio y la independencia a la hora de comer..

✂ **Objetivo:**

- Sujetar una cuchara con el puño cerrado y sostenerla sin ayuda.

✂ **Materiales:**

- Una cuchara.

✂ **Procedimiento:**

- Sujeta la cuchara delante del campo visual del niño y llama hacia ella su atención.
- Cuando la mire di “cuchara”.
- Toma su mano y dobla sus dedos alrededor del mango para que la sujete del modo correcto con su puño.
- Usa tu mano para reforzarlo y prevenir que se le caiga o la lance.
- Ayúdalo a sostenerla por unos segundos mientras le hablas dulcemente dándole ánimos.
- Ve aumentando gradualmente el tiempo que debe sostenerla antes de dar por concluida la actividad.
- Cuando notes que su mano va ejerciendo más control sobre la cuchara, disminuye la presión de tu mano sobre la suya.
- Finalmente retira tu mano para ver si sujetará la cuchara por si mismo unos segundos.

## **95. LA CAJA DEL TACTO**

**Motricidad fina, sujetando, 0-1 años.**

**Percepción táctil, 0-1 años.**

✂ **Meta:**

- Mejorar la habilidad de agarrar objetos sin verlos.

✂ **Objetivo:**

- Sacar tres objetos hacia fuera de una caja cerrada.

✂ **Materiales:**

- Caja de cartón, tres objetos de tamaño medio que normalmente tengamos por casa (por ejemplo cuaderno, vasos de plástico, y cuchara).

✂ **Procedimiento:**

- Corta un agujero en la caja de cartón lo suficientemente grande como para que el niño pueda introducir su mano fácilmente.
- Pon tres objetos dentro de la caja que sean más pequeños que el hueco que hemos recortado para que puedan ser sacados con facilidad.
- Cierra la caja, o si vas a usar una caja sin fondo, coloca los objetos sobre la mesa y cúbrelos con la caja de forma que el niño no pueda verlos.
- Asegúrate de que el niño te esté mirando, introduce tu mano por el agujero y saca uno de los objetos. Sobre actúa con cara de sorpresa cuando lo extraigas.
- Luego, lleva su mano a través del hueco y ayúdalo a localizar alguno de los objetos y a sacarlo fuera.

- Repite el procedimiento con el último objeto, recordando que debes recompensarlo cada vez que saque algo de la caja.
- Después de trabajar esta actividad varias veces, lleva su mano hacia el agujero y permítele que rebusque él solo hasta encontrar los objetos.
- Cuando le coja el truco, el número de objetos se puede aumentar o disminuir y la caja puede cambiarse por una mayor para que así tenga que explorar más hasta encontrar lo que se esconde en ella.

## 96. COGER OBJETOS

**Motricidad fina, agarrando, 0-1 años.**

**Percepción visual, 0-1 años.**

✂ **Meta:**

- Llegar a sostener algo con las pinzas de sus dedos y mejorar el control de la motricidad fina.

✂ **Objetivo:**

- Coger diez objetos de tamaños surtidos y colocarlos en un cuenco.

✂ **Materiales:**

- Un cuenco y diez objetos pequeños ( por ejemplo pasa, cacahuete, botón, bloque, abalorio, tornillo, bolígrafo, llave, pelota y moneda).

✂ **Procedimiento:**

- Haz que el niño se siente a la mesa y que sepa que es la hora de trabajar.
- Esparce los objetos en la mesa delante suya, asegurándote de que queden todos dentro de su alcance.
- Coge uno e ellos gesticulando mucho deliberadamente el agarre de las pinzas que realizas con tus dedos pulgar y el índice y el corazón juntos.
- Dile “poner”, y colócalo dentro del cuenco.
- Toma su mano y moldéale sus dedos para que recojan otro de los objetos realizando la pinza. Dile “poner” y mueve su mano hacia el cuenco. Ayúdalo a que lo suelte correctamente en su interior.
- Alábalo y recompensa inmediatamente su trabajo.
- Repite esta actividad varias veces hasta que notes que comienza a llevar a cabo los movimientos por sí mismo.
- Lleva un control de aquellas cosas con las que tiene más dificultad para estar preparado y ayudarle con ellas.
- Recuerda que debes decirle “poner” cada vez que deba colocar el objeto en el cuenco.

## 97. DESARROLLAR EL AGARRE DE PINZAS

**Motricidad fina, sujetando, 1-2 años.**

✂ **Meta:**

- Desarrollar el agarre de pinzas correctamente e incrementar el control de la motricidad fina.

✂ **Objetivo:**

- Pellizcar pequeños trozos de plastilina y colocarlos en un bote.

✂ **Materiales:**

- Plastilina y un bote.

✂ **Procedimiento:**

- Haz que el niño se siente a la mesa con la plastilina delante de él.
- Saca la plastilina del tarro, pero deja este dentro de su alcance.
- Moldea sus manos para darle forma de rulo a la pasta, de unos doce milímetros de

grueso, aproximadamente.

- Asegúrate de que te esté mirando y muéstrale con movimientos muy deliberados como pellizcas trozos de los extremos del rulo, usando tus dedos pulgar e índice.
- Mantén el trozo delante de su cara de forma que pueda ver cómo lo sujetas.
- Dile “poner” y coloca el trocito dentro del bote.
- Luego ayúdale a que con sus dedos sea él el que pellizque un pequeño trozo de plastilina.
- Di “poner” y lleva su mano a soltarlo dentro del tarro.
- Repite la actividad varias veces, reduciendo tu nivel de ayuda cuando sientas que comienza a utilizar su pulgar e índices correctamente.
- Hazle saber exactamente qué cantidad de veces debe realizar la tarea colocando un número específico de pequeñas recompensas sobre la mesa. Cada vez que ponga un trozo en el bote, él conseguirá una.

## **98. COGER AZUCAR CON UNA CUCHARA**

**Motricidad fina, manipulando, 1-2 años.**

**Motricidad fina, sujetando, 1-2 años.**

**Autonomía comiendo, 1-2 años.**

✂ **Meta:**

- Perfeccionar el agarre y manipulación de objetos y desarrollar la habilidad de comer independientemente.

✂ **Objetivo:**

- Usar una cuchara para transferir azúcar de un recipiente a otro.

✂ **Materiales:**

- Cuchara, azúcar ( o cualquier otro material sólido granulado), y dos cuencos o recipientes.

✂ **Procedimiento:**

- Cuando el niño sea capaz de sujetar una cuchara por sí mismo durante cortos períodos de tiempo (ver actividad 94), comienza a enseñarle como se usa.
- Coloca un cuenco con azúcar y otro vacío sobre la mesa delante de él.
- Ponle la cuchara en su mano y refuerza su agarre con la tuya.
- Moldéale para que la introduzca dentro del azúcar realizándole movimientos muy lentos y exagerados de servir con cuchara.
- Repite este movimiento inicial varias veces antes de intentar pasar el azúcar de un recipiente a otro.
- Cuando sientas que comienza a hacerlo bien por sí mismo, ayúdale a pasar una cucharada llena de azúcar hasta el cuenco vacío.
- Al principio los dos recipientes deberán estar pegados uno al otro, pero cuando comience a tener mayor habilidad desarrollando esta tarea, puedes alejarlos.
- Comienza transfiriendo solo una o dos cucharadas por sesión, para después ir trabajando gradualmente hasta que pase todo el contenido de un tarro a otro.
- Reduce tu ayuda, primero retirando tu mano hasta su muñeca, luego a su antebrazo y finalmente déjale el brazo libre.

## **99. COGER MONEDAS**

**Motricidad fina, sujetando, 1-2 años.**

**Integración del control óculo manual, 1-2 años.**

**Percepción visual, 1-2 años.**

✂ **Meta:**

- Mejorar el control de la motricidad fina y perfeccionar la habilidad de sujetar y agarrar.

✂ **Objetivo:**

- Coger diez monedas y colocarlas en un bote.

✂ **Materiales:**

- Monedas y un bote de café o una tarrina de mantequilla con tapa de plástico.

✂ **Procedimiento:**

- Corta una pequeña ranura en la tapa de plástico lo suficientemente grande como para poder introducir por ella monedas sin ninguna dificultad.
- Comienza colocando dos monedas sobre la mesa delante del niño.
- Dile “ Mira”, y lentamente coge una de ellas con movimientos de pinzas de tus dedos índice y pulgar muy deliberados.
- Balancea la moneda delante de su cara para captar su atención y luego introdúcela por la ranura.
- Coge su mano y moldéale sus dedos para que repita el procedimiento con la segunda moneda.
- Recompénsale inmediatamente y permítele que abandone la mesa de trabajo durante unos momentos.
- Repite el procedimiento frecuentemente, añadiendo gradualmente más monedas cuando llegue a tener más habilidad.
- Coloca siempre sobre la mesa todas las monedas que vayas a utilizar por sesión de manera que el pueda saber perfectamente el número de veces que debe repetir la tarea hasta que esta concluya.
- Recuérdale que debe ponerlas en el bote diciéndole “échala”, y señala la moneda y luego la ranura de la tapadera.

## **100. ABRIR RECIPIENTES**

**Motricidad fina, coordinación de ambas manos, 1-2 años.**

**Imitación motora, 1-2 años.**

✂ **Meta:**

- Perfeccionar el control de la motricidad, la fuerza manual y la coordinación de ambas manos.

✂ **Objetivo:**

- Abrir cuatro recipientes diferentes para conseguir una recompensa.

✂ **Materiales:**

- Caja de zapatos, caja de cerillas grande (con tapa deslizante), un tarro de café con tapa de plástico, un joyero y chucherías.

✂ **Procedimiento:**

- Siéntate a la mesa, en el suelo, o en cualquier sitio que estéis a gusto juntos.
- Toma una de las cajas, capta su atención diciendo “mira!” y cruza por delante de su campo visual una chuchería.
- Lentamente desplázala hasta la caja, colócala dentro y cierra la tapadera.
- Asegúrate de que te está mirando a las manos y abre la caja despacio.
- Sobreactua con sorpresa y muéstrale la golosina de su interior. Vuelve a cerrarla y dásela.
- Gesticula para él que lo abra. Si tratase de hacerlo y no lo consiguiese, ayúdale antes e que llegue a frustrarse, abriéndosela un poco.
- Si no comprendiese que es lo que debe hacer, coge sus manos y moldéaselas hasta que abra el tarro.

- Una vez que lo consiga, permítele que coja lo que tiene en su interior y deja la caja aparte, para repetir el mismo procedimiento con los otros tipos de recipientes.
- Lleva un control de los tarros que puede abrir fácilmente y con cuales puede tener dificultad. Si alguno le resultase especialmente problemático, reemplázalo por otro más simple. La idea es que practique el abrir recipientes con diferentes formatos.

### **101. TOMA Y DAME, (JUEGO DE CONCESIONES MUTUAS).**

**Actividad de motricidad fina, sujetando, 1-2 años.**

**Integración del control óculo – manual, 1-2 años.**

**Interpretación cognitiva del lenguaje receptivo, 1-2 años.**

∞ **Meta:**

- Perfeccionar el agarre y cesión de objetos y desarrollar las habilidades interactivas.

∞ **Objetivo:**

- Coger cuatro objetos de una caja y dárselos a otra persona; tomar cuatro objetos de una persona y colocarlos en una caja.

∞ **Materiales:**

- Dos cajas de tamaño medio, cuatro elementos de diferentes formas y medidas ( por ejemplo bloque, abalorio, llave y peine).

∞ **Procedimiento:**

- Siéntate a la mesa enfrente del niño y coloca las dos cajas juntas entre ambos.
- Coloca los cuatro objetos en el interior de alguna de ellas.
- Mete la mano en la caja, coge uno de los objetos, y sostenlo delante de él.
- Dile “toma”, y muévelo para hacer que llame su atención. Si fuese necesario, toma su mano, ponle en ella el objeto y haz que la cierre sobre este. Luego dile “ coloca” y señálale la caja vacía.
- Lleva su mano hacia la caja, ayúdale a que suelte el objeto y recompénsalo inmediatamente.
- Repite el procedimiento hasta que todas las cosas hayan sido pasadas de una caja a otra.
- Repite la actividad reduciendo tu ayuda hasta que el niño sea capaz de coger los objetos desde tu mano y colocarlos en la caja adecuada.
- Una vez que él sepa coger las cosas de tu mano, anímale a que sea el quien saque los objetos de la caja y sea quien te los entregue.
- Señala uno e los objetos y dile “dame”, extendiendo tus manos mientras lo dices.
- Si no actuase, continúa con una mano extendida mientras utilizas la otra para moldearle que coja el objeto y te lo coloque en tu mano abierta. Cuando lo haga, ponlo tú en la otra caja y dale su golosina.
- Repite la actividad hasta que recoja todos los objetos y te los entregue para que los cambies de recipiente.
- Cuando haya aprendido ambas actividades, cambia la rutina de manera que un día le trabajes el “dame” y el siguiente “toma”. De esa manera tendrá que prestar más atención a las instrucciones que le demos para entender lo que tiene que hacer.

### **102. PULSAR INTERRUPTORES**

**Motricidad fina, manipulación, 1-2 años.**

**Integración del control oculo-manual, 1-2 años.**

∞ **Meta:**

- Mejorar el control de la motricidad fina y desarrollar la habilidad de dirigir un dedo hacia un objetivo.

∞ **Objetivo:**

- Pulsar un botón sin ayuda de manera que se produzca una consecuencia deseada.

✂ **Materiales:**

- Cualquier juguete u objeto con el cual pulsando un botón se provoque un resultado interesante para el niño (por ejemplo una caja sorpresa, una caja de música, una caja registradora o un timbre).

✂ **Procedimiento:**

- Siéntate a la mesa con el niño y coloca el juguete delante suyo.
  - Capta su atención y demuéstrale cómo presionando el botón haces que funcione.
  - Levanta tu dedo índice delante de la cara del niño y lentamente ve desplazándolo hacia el botón de manera que pueda ver la conexión entre la acción de tu dedo y el resultado.
  - Cuando presiones el interruptor, sonríe, toca las palmas y actúa excitadamente para demostrarle que la actividad es divertida.
  - Deja el juguete en su estado original, coge su mano guiando su dedo hasta el botón.
- Ayúdale a pulsarlo.
- Repite la actividad varias veces, disminuyendo tu ayuda alejando tu mano primero hasta su muñeca, después hasta su codo y finalmente desde arriba del brazo.
  - Cuando pueda presionar el botón sin ayuda de ese objeto, cámbialo por otro pero de similares características y comprueba si presiona el interruptor sin tu ayuda después de que se lo indiques, señalándoselo con tu dedo.

### **103. QUITARSE LOS CALCETINES**

**Motricidad fina, manipulación, 1-2 años.**

**Autonomía vistiendo, 1-2 años.**

✂ **Meta:**

- ✂ Destapar objetos agarrando y tirando de aquello que los tapa para desarrollar la habilidad necesaria a la hora de vestirse y desvestirse autónomamente.

✂ **Objetivo:**

- Destapar un recipiente, que hemos envuelto con un calcetín amplio, para poder conseguir una recompensa.

✂ **Materiales:**

- Un calcetín grande, botella o tarro de plástico irrompible y recompensas comestibles.

✂ **Procedimiento:**

- Llama la atención del niño agitando delante de su campo de visión alguna de sus golosinas preferidas.
- Luego introdúcela en una botella o tarro, pero no le pongas la tapadera. En su lugar colocaremos un calcetín de manera que cubra la abertura de manera muy holgada.
- Toma la mano del niño y ayúdale a que sujete la punta del calcetín y tire de ella.
- Luego ayúdale a sacar su recompensa fuera de la botella.
- Repite la actividad varias veces, asegurándote cada una de ellas, de que el niño vea claramente como colocas lo que le gusta en el interior del recipiente.
- Disminuye tu nivel de ayuda hasta que pueda sujetar la punta del calcetín y tirar fuerte de él sin tu refuerzo.
- Cuando aprenda a hacerlo por sí mismo, ve bajando gradualmente cada vez más el calcetín para que envuelva más el bote, de esa manera tendrá cada vez un poco de más dificultad a la hora de retirarlo.

### **104. PLEGAR PAPEL**

**Motricidad fina, manipulación, 1-2 años.**

### **Imitación motora, 1-2 años.**

#### ✂ **Meta:**

- Perfeccionar la habilidad de motricidad fina aprendiendo a doblar papel.

#### ✂ **Objetivo:**

- Doblar un folio de papel dos veces sin ayuda.

#### ✂ **Materiales:**

- Folio de papel (20 x 30 aproximadamente).

#### ✂ **Procedimiento:**

- Permanece detrás del niño mientras está sentado a la mesa y demuéstrale cómo se dobla un folio.
- Hazlo con movimientos deliberadamente pausados.
- Después de tu demostración, toma otro papel y suavemente moldea sus manos para que doble el folio por la mitad.
- Repite la actividad varias veces. No te preocupes si no lo dobla correctamente.
- Pon cada folio que uséis aparte en un montón de tareas terminadas.
- Gradualmente, reduce el control de tus manos hasta que pueda doblar el papel por sí mismo.
- Cuando pueda doblarlo una vez sin ayuda, haz que complete un segundo pliegue.
- Siéntate a su lado y dale un papel y coge otro para ti.
- Dobla el tuyo una vez y haz que el niño haga lo mismo, pero en lugar de ponerlo después en el montón de acabados, dile “mira...otra vez”, y vuelve a plegar tu folio una vez más.
- Ayúdale solo si se sintiese confuso.

## **105. COMENZANDO A COLOREAR**

### **Motricidad fina, manipulación, 1-2 años.**

### **Integración del control oculo manual, dibujando, 1-2 años.**

### **Imitación motora, 1-2 años.**

#### ✂ **Meta:**

- Desarrollar la habilidad primaria de dibujar.

#### ✂ **Objetivo:**

- Sujetar un lápiz de papel o cera y hacer uno o dos trazos aleatoriamente en un papel .

#### ✂ **Materiales:**

- Dos rotuladores grandes, papel y una caja pequeña.

#### ✂ **Procedimiento:**

- Siéntate al lado del niño en la mesa de trabajo con los colores, el papel y la caja delante vuestro.
- Coge un folio y un rotulador y garabatea aleatoriamente dos o tres trazos.
- rotulador con su puño cerrado.
- Coloca tu mano sobre la suya para moldearle y pueda pintar algo por unos segundos.
- la caja.
- Repite el procedimiento con el segundo color.
- Reduce tu ayuda progresivamente hasta que sea capaz de sujetar el rotulador y garabatear algo por si mismo.
- Anímale para que pinte por periodos más largos de tiempo, pero dándole únicamente unos pocos colores, de manera que pueda ver cuantas veces tiene que desarrollar esta tarea.

## **106. POMPAS**

### **Motricidad fina, manipulación, 2-3 años.**

### **Motricidad fina, sujetando, 2-3 años.**

#### ✂ **Meta:**

- Perfeccionar el control de la motricidad fina y la habilidad de agarrar.

#### ✂ **Objetivo:**

- Desenroscar la tapadera de un bote de pompas y usar el pompero correctamente.

#### ✂ **Materiales:**

- Un bote de pompas ( que tenga varilla y tapa de rosca).

#### ✂ **Procedimiento:**

- Asegúrate de que la tapadera del bote de pompas abre de forma suave y colócalo sobre la mesa delante del niño.
- Capta su atención y demuéstrole cómo desenroscas y quitas la tapa.
- Luego coge la varilla y sopla para que salgan pompas y agita la varilla.
- Vuelve a introducirla en el pompero y enróscalo suavemente.
- Toma la mano del niño y ayúdale a abrirlo. Haz que sujete la varilla e indícale que haga pompas.
- Después de unos segundos vuelve a cerrarlo enroscando la tapadera.
- Deja el bote delante del niño y gesticúlale para que lo abra. Pantomima los movimientos exagerándolos y si es necesario, coloca sus manos correctamente sobre el bote.
- Continúa con movimientos mímicos cuando estés seguro de que el está mirando tus manos.
- Sigue con esta actividad hasta que pueda abrir desenroscando el pompero por si mismo sin ayuda.
- Al principio será normal que lo derrame hasta que aprenda a controlar sus manos, el bote y la varilla.

### **107. DESENROSCAR TAPADERAS**

#### **Motricidad fina, coordinación de ambas manos, 2-3 años.**

#### **Imitación motora, 1-2 años.**

#### ✂ **Meta:**

- Perfeccionar el control de la motricidad fina, la coordinación de las dos manos, la fuerza manual y la rotación de las muñecas.

#### ✂ **Objetivo:**

- Desenroscar la tapadera de un tarro pequeño sin ayuda.

#### ✂ **Materiales:**

- Tres botes de tapadera desenroscable y golosinas.

#### ✂ **Procedimiento:**

- Coloca los tres botes sobre la mesa delante del niño.
- Agita una golosina que le guste a través de su campo de visión.
- Cuando captas su atención, desenrosca la tapadera de alguno de los botes y coloca la recompensa dentro. Lentamente enróscala de nuevo.
- Sujeta el tarro y gesticula para el niño que lo abres haciendo exageradamente la mímica de tus manos.
- Luego coloca sus manos sobre el bote de la manera correcta y ayúdale a desenroscar la tapa para conseguir su premio.
- Repite el procedimiento con los otros recipientes.
- Reduce tu ayuda hasta que pueda abrir los tres por si mismos.
- Recuerda que debes comprobar cada vez que las tapaderas no estén enroscadas demasiado fuertes.

### **108. EJERCICIOS DE DEDOS**

### **Motricidad fina, manipulación, 2-3 años.**

#### **Imitación motora, 2-3 años.**

#### **Motricidad fina, coordinación de ambas manos, 2-3 años.**

##### ☞ **Meta:**

- Perfeccionar el control de los dedos.

##### ☞ **Objetivo:**

- Realizar movimientos sencillos con los dedos sin ayuda.

##### ☞ **Materiales:**

- Ninguno

##### ☞ **Procedimiento:**

- Muéstrale al niño cómo realizas movimientos simples con tus dedos y luego haz que te imite ( por ejemplo, toca cada uno de los dedos de la mano derecha con el pulgar izquierdo y los demás sucesivamente).
- Indícale cómo debería imitar tus movimientos.
- Si realiza algún movimiento para copiarte, utiliza tu mano para mover sus dedos del modo adecuado.
- ☞ Prémialo inmediatamente.
- Otros posibles movimientos serían:
  - ☞ Mover el pulgar con el puño cerrado.
  - ☞ Mover todos los dedos con las palmas hacia arriba.
  - ☞ Mover cada dedo individualmente con las palmas hacia arriba
- Repite la actividad usando algún otro movimiento sencillo de dedos de manera que llegue a controlar sus dedos juntos e individualmente.

### **109. TIRAR DE LA CUERDA**

#### **Motricidad fina, manipulación, 2-3 años.**

#### **Motricidad fina, sujetando, 2-3 años.**

#### **Percepción auditiva, 1-2 años.**

#### **Imitación motora, 1-2 años.**

##### ☞ **Meta:**

- Perfeccionar el agarre y el control de la motricidad fina.

##### ☞ **Objetivo:**

- Tirar de la cuerda de algún juguete o cualquier animalito de peluche para hacerlo sonar.

##### ☞ **Materiales:**

- Muñeca o peluche que hable o haga algún sonido cuando se le tire de la cuerda.

##### ☞ **Procedimiento:**

- Muéstrale al niño el juguete o el animal de peluche y dile “mira”.
- Asegúrate de que te esté mirando y muéstrale cómo al tirar del cordel se hace hablar al muñeco.
- Cuando pare, dale el juguete para que lo sostenga en una mano y guíale la otra para que tire de la cuerda.
- Recompénsalo inmediatamente por hacerlo de la manera adecuada.
- Dale otro juguete y anímalo a que tire de la cuerda por si mismo. Muéstrale donde está y realiza mímicamente el movimiento de tirar.
- Ayúdale solo si se encontrase confuso.
- Finalmente, enséñale a sujetar el juguete y tirar sin necesidad de ayuda, de esta forma usará ambas manos en un esfuerzo cooperativo.

### **110. EJERCICIOS MANUALES**

#### **Motricidad fina, sujetando, 2-3 años.**

##### ☞ **Meta:**

- Mejorar la fuerza manual.

✂ **Objetivo:**

- Apretar una esponja y una pelota suave cinco veces con cada mano.

✂ **Materiales:**

- Esponja y pelota de goma suave.

✂ **Procedimiento:**

- Ponte de pie a la derecha del niño con tu mano derecha delante tuya y las palmas hacia arriba.
- Con tu mano izquierda coge su mano derecha y sujétala delante suya de la misma manera que tienes la tuya.
- Dile “cerrar” y lentamente ciérrasela sobre su puño.
- Luego dile “abrir” y pónsela de nuevo en la posición original.
- Repite el procedimiento, usando esta vez tu mano izquierda para moverle sus dedos. Recuerda que debes usar los comandos “abrir” y “cerrar” cada vez.
- Repite la actividad hasta que pueda abrir y cerrar su puño derecho cinco veces cumpliendo órdenes verbales.
- Cuando lo consiga, ponte al otro lado y usa tu mano derecha y ayúdale a mover su mano izquierda.
- Una vez pueda abrir y cerrar su puño cinco veces sin ayuda, colócale una esponja suave y repite el procedimiento.
- Haz que apriete la esponja al menos cinco veces con cada mano.
- Finalmente, reemplaza la esponja por una pelota suave y continua el procedimiento. Recuerda que debes decir “abrir” y “cerrar” cada vez y continuar moviendo tu mano para que tenga un modelo a imitar.

## 111. PINZAS

### Motricidad fina, manipulación, 2-3 años.

✂ **Meta:**

- Perfeccionar el control de la motricidad fina y la fuerza manual.

✂ **Objetivo:**

- Sujetar seis pinzas en los laterales de una pequeña caja de cartón.

✂ **Materiales:**

- Seis pinzas de plástico de poco peso y una caja de cartón.

✂ **Procedimiento:**

- Antes de iniciar la actividad, inspecciona las pinzas para asegurarte de que ninguna esté demasiado rígida y se abra fácilmente.
- Sujeta la pinza delante de la cara del niño y demuéstrale cómo se aprieta la punta para abrir y cerrarlas.
- Luego dile “mira” y coloca una pinza en el lateral de la caja de zapatos.
- Pon una de las pinzas en su mano y usa tu mano para ayudarle a abrirla.
- Moldéalo para que la ponga en uno de los bordes de la caja. Prémialo y dale otra pinza.
- Gradualmente ve reduciendo la presión de tu mano hasta que realice el trabajo por si mismo.
- Cuando lo haga sin ayuda, coloca seis pinzas delante de él y haz que las coloque todas en los laterales de la caja.
- Seguidamente haz que las quite y las coloque en el interior, recompensándolo cada vez que complete correctamente la tarea.

## 112. SEGUIR TRAZOS CON LOS DEDOS

### Motricidad fina, manipulación, 3- 4 años.

### Integración del control oculo manual, 3-4 años.

### Percepción táctil, 3-4 años.

✂ **Meta:**

- Perfeccionar el control de manos y dedos.
- ✂ **Objetivo:**
- Trazar la silueta exterior de formas, suave y lentamente, usando un dedo.
- ✂ **Materiales:**
- Elementos caseros de uso común (por ejemplo una pelota, una mesa y un libro).
- ✂ **Procedimiento:**
- Sujeta el dedo índice del niño, para suave y lentamente recorrer las siluetas de una serie de objetos tales como un libro, una mesa y una pelota.
- ✂ Ve hablándole mientras guías su dedo suave y tranquilamente.
- Reduce progresivamente la presión que ejerces sobre su mano para comprobar si continua por si mismo delimitando las formas. Anímalo verbalmente para que lo siga moviendo.
- Si comienza a mover las manos compulsivamente, tranquilízalo a ser posible verbalmente, o físicamente si fuese necesario.
- Cuando se acostumbre a las sensación táctil del primer objeto, cámbialo para exponerlo a otras texturas. Por ejemplo, podrías trazar el contorno de un peluche, de algún material áspero y finalmente un plato liso.

### **113. JUGUETE DE PAPEL PLEGABLE**

**Motricidad fina, manipulación, 3-4 años.**

**Percepción visual, 3-4 años.**

**Interpretación cognitiva del lenguaje receptivo, 3-4 años (opcional).**

✂ **Meta:**

- Perfeccionar el control de la motricidad fina, la coordinación manual y la discriminación de colores.

✂ **Objetivo:**

- Realizar un pequeño juguete que surja al doblar papel.

✂ **Materiales:**

- Dos tiras de papel de diferente color.

✂ **Procedimiento:**

- Pega los extremos finales de las dos tiras de papel, de manera que coincidan formando un ángulo recto (ver figura 4.1 A).
- Muéstrale al niño como doblas la tira de abajo sobre la de arriba (figura 4. 1 B y 4.1C ). Si comprende correctamente el nombre de los colores, haz que el realice el el pliegue siguiente diciéndole “dobla el rojo” (ver figura 4.1D y 4.1E)
- Si fuese necesario señálale, con tu dedo, cual debería doblar hasta que comience a hacerlo.
- Si no comprende el nombre de los colores, toca la tira que se encuentre debajo en ese momento y simplemente dile “dobla”, exagerando mímicamente el movimiento que debe realizar.
- Si siguiese sin comprender el procedimiento de la actividad, moldéalo alternando los pliegues de la tira de color del fondo sobre la de arriba, hasta que el juego se termine.

### **114. CORTAR CON TIJERAS**

**Motricidad fina, coordinación de ambas manos, 3-4 años.**

**Motricidad fina, manipulación, 4-5 años.**

✂ **Meta:**

- Perfeccionar el control de la motricidad fina y aprender a usar las tijeras.

✂ **Objetivo:**

- Cortar aleatoriamente tiras de un papel.

✂ **Materiales:**

- Papel y tijeras.

### ✂ **Procedimiento:**

- Antes de comenzar con esta actividad, corta un folio en tiras de unos 25 milímetros aproximadamente, para que el niño sea capaz de cortar de un solo movimiento el grueso total del papel sin problemas.
- Coloca delante del niño las tijeras y tres tiras de papel.
- Consigue llamar su atención y coge las tijeras, sujetándolas de la manera correcta para su uso con tu mano, delante del campo visual del niño.
- Entonces coge una tira de papel y dale un corte.
- Toma su mano y ponle las tijeras en ella apropiadamente, utilizando tu mano para reforzar su agarre y el control de sus movimientos.
- Con la otra mano haz que sujete una de las tiras de papel.
- Moldéale su mano para realizar el movimiento de abrir y cerrar las tijeras varias veces diciéndole “cortar”, cada vez que las tijeras se cierren.
- Ayúdale a cortar cada una de las tiras.
- Cuando sientas que comienza a realizar los movimientos, disminuye tu ayuda, sin preocuparte que no corte el ancho de la tira en su totalidad.
- Insístele para que corte una vez en cada tira y luego sigue con otra nueva. De esa manera le harás saber cuantos cortes debe dar cada vez que realice esta tarea y será menos probable que llegue a frustrarse.

## **115. TUERCAS Y TORNILLOS**

**Motricidad fina, coordinación de ambas manos, 4-5 años.**

**Integración del control oculo manual, 4-5 años.**

**Percepción visual, 4-5 años.**

**Interpretación cognitiva, emparejando, 1-2 años.**

### ✂ **Meta:**

- Aprender a discriminar tamaños y perfeccionar las habilidades de motricidad fina.

### ✂ **Objetivo:**

- Ensamblar tres tuercas y tres tornillos de diferentes medidas sin ayuda.

### ✂ **Materiales:**

- Tres tuercas y tres tornillos del mismo tamaño, tres tuercas y tres tornillos de distintas medidas y dos bandejas de ordenación

### ✂ **Procedimiento:**

- Cuando el niño pueda completar sin problemas la tabla de tornillos (ver actividad 143 y 144), comienza a enseñarle a ensamblar tornillos con tuercas sueltas para hacerle trabajar la coordinación de ambas manos.
- Inicia la actividad con tres tornillos de idéntica forma y tamaño.
- Desmonta cada conjunto por separado y vuelve a unirlos delante de él.
- Luego coloca delante suyo las dos bandejas de ordenación y ponle en una mano un tornillo y en la otra una tuerca. Haz que las coloque en la bandeja correcta.
- Después muéstrale como encajas dos piezas con una en cada mano.
- Moldéale las manos para que haga lo mismo.
- Repite el procedimiento reduciendo progresivamente tu ayuda hasta que complete el ensamblaje perfecto de las tres tuercas con los tres tornillos sin ayuda.
- Una vez que no tenga ningún problema atornillando piezas del mismo tamaño, cámbiaselas por otras de diferente medida y apariencia.
- Haz primero que las empareje para que luego pueda encajarlas sin dificultad.

## **116. COPOS DE NIEVE**

**Motricidad fina, manipulación, 4-5 años.**

**Motricidad fina, sujetando, 3-4 años.**

✂ **Meta:**

- Mejorar la habilidad de doblar papel con precisión y aumentar la fuerza muscular usando tijeras.

✂ **Objetivo:**

- Plegar y doblar papel siguiendo instrucciones correctamente y luego recortarlo.

✂ **Materiales:**

- Hojas de papel fino o papel de periódico (13x13 milímetros aproximadamente), y tijeras.

✂ **Procedimiento:**

- Coloca un folio delante de ti y otro delante del niño.
- Dile “mira” y ve doblando lentamente tu papel por la mitad.
- Luego coge sus manos y haz que te ayude a hacer lo mismo.
- Dile “dóblar” y pliegalo por la mitad de nuevo.
- Haz que el haga lo mismo con su folio, preferiblemente sin tu ayuda.
- Toma un lápiz y realiza unas marcas para indicarle por dónde debe cortar las esquinas en forma de V.
- Recorta los triángulos de los picos y quítalos (ver figura 4.2).
- Entonces despliega la hoja y muéstrale el copo de nieve resultante mostrando tu alegría por lo que habéis conseguido.
- Ayúdale a pegarlo en su ventana para demostrarle lo orgulloso que te sientes con sus trabajos.
- ✂ Al principio necesitarás moldearle mucho las manos para conseguir que recorte correctamente por las líneas trazadas.

## 117: TENDER LA COLADA

**Motricidad fina, coordinación de ambas manos, 4-5 años.**

**Motricidad fina, sujetando, 3-4 años.**

✂ **Meta:**

- Aumentar la fuerza muscular y prolongar su atención en la coordinación de sus movimientos.

✂ **Objetivo:**

- Tender ropa en un cordel y sujetarla con pinzas.

✂ **Materiales:**

- Pinzas, toallitas, pañuelos, calcetines, cordel y cesto.

✂ **Procedimiento:**

- Ata una cuerda entre dos árboles o dos muebles de manera que cuelgue más o menos a la altura de los hombros del niño.
- Coloca la ropa en el cesto a sus pies y las pinzas en una caja a la derecha del cesto.
- Dirígelo, primero moldeando sus manos y luego con gestos y verbalmente de la siguiente manera:
  - ✂ “Coge un calcetín”(usando su mano izquierda), “coge una pinza” (con la mano derecha).
  - ✂ “Pon el calcetín” (colgándolo sobre el cordel), “tiéndelo” (presiona la pinza para abrirla, colócala sobre la prenda y luego suéltala).
  - ✂ Si ves que tiemne dificultad con alguna parte de la actividad, como colgar el calcetín o abrir las pinzas, practica esta parte en un procedimiento de trabajo por separado antes de continuar con la tarea completa.
  - ✂ Por ejemplo, haz que coloque calcetines sobre una línea o haz que practique sujetando pinzas a los lados de una caja como trabajo de mesa.

## 118. CHINCHETAS 1

**Motricidad fina, manipulando, 5-6 años.**

**Imitación motora, 2-3 años.**

**Motricidad fina, sujetando, 2-3 años.**

✂ **Meta:**

- Perfeccionar el control de la motricidad fina y la fuerza de los dedos.

✂ **Objetivo:**

- Introducir 12 chinchetas en un panel de corcho.

✂ **Materiales:**

- Chinchetas ( de punta muy pequeña) y tablón de corcho.

✂ **Procedimiento:**

- Siéntate con el niño a la mesa y colócale delante el panel de corcho.
- Saca las chinchetas y déjalas donde ambos podáis cogerlas.
- Asegúrate de que te mira cuando sujetes la cabeza de la chincheta con un movimiento muy exagerado de pinzas entre tu dedo índice y pulgar.
- Sostenla delante de su campo visual para que pueda apreciar perfectamente como debe agarrarlas.
- Dile “mira!”, y lentamente ve introduciéndola en el corcho.
- Toma sus dedos pulgar e índice y repite el procedimiento, moldeándole desde el recoger la chincheta hasta introducirla en el panel.
- Señálale una segunda chincheta y dile “pínchala” ,mientras le señalas el corcho.
- Si no intenta coger ninguna, coge su mano y moldéalo de nuevo.
- Repite el procedimiento hasta que pueda coger 12 chinchetas y pincharlas todas en el panel.
- Al principio déjale solo tres o cuatro chinchetas sobre la mesa, pero cuando entienda lo que esperamos que haga en esta actividad, ve aumentando su número.

## **119. ENTRELAZAR**

**Motricidad fina, manipulación, 5-6 años.**

**Interpretación cognitiva del lenguaje receptivo, 4-5 años.**

✂ **Meta:**

- Aprender a entrelazar por arriba y por abajo, siguiendo una plantilla.

✂ **Objetivo:**

- Comprender el sentido de arriba y abajo, y colocar el papel en la forma correspondiente. Trabajar en una tarea hasta que esta se complete.

✂ **Materiales:**

- Hojas de papel de dos o mas colores.

✂ **Procedimiento:**

- Recorta los folios, los de un color en tiras de unos 20 cm de largo y los del segundo color de 30 cm, aproximadamente.
- Deja un folio sobre la mesa a modo de base.
- Ordena las tiras del primer color( en función de su longitud), de forma vertical sobre el folio completo, (ver figura 4.3 A).
- Coge las tiras del segundo color y ve entrelazándolas a través de las primeras de derecha a izquierda,(si el niño fuese zurdo hazlo de izquierda a derecha), como en la figura 4.3 B.
- Mientras lo haces ve diciendo “arriba....abajo....”, mientras desplazas la tira.
- Con la siguiente, moldéalo para ayudarle a entrelazar la tira arriba y abajo.
- Necesitarás mostrarle que se coloca por arriba o por debajo en función de la anterior diciéndole:” mira...esta va por arriba...así que esta...va por abajo”.
- Cuando lo entienda, retírate para ver si lo hace correctamente, interrumpiéndole solo

si se equivoca o si ves que comienza a frustrarse.

- Una vez que todas las tiras estén entrelazadas de la forma correcta, pégalas con cinta adhesiva.

- Así el trabajo estará concluido. Prémialo, y recorta con una tijeras los extremos.

- Pégalo en la pared de la cocina o utilízalo de mantel para cenar.

- Comprobará que sus trabajos tienen utilidad y le motivará a esforzarse en el siguiente

modelo que le propongas otro día.