

Bogotá D.C., 30 de marzo del 2020

SEÑORES: PADRES ITIPISTAS

EL DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN ESTA CON:

"YO ME QUEDO EN CASA"

PAPITOS SIGAMOS APROVECHANDO EL TIEMPO CON NUESTROS HIJOS DURANTE ESTA CUARENTENA, RECUERDA QUE MIENTRAS JUGAMOS TAMBIÉN APRENDEMOS.

La motricidad fina es una parte esencial del desarrollo de los más pequeños y comprende todas aquellas actividades que implican precisión, un alto nivel de coordinación óculo-manual, una fuerza controlada y una buena concentración. Su dominio además será fundamental para la adquisición de determinadas habilidades y aprendizajes posteriores como la escritura.

A continuación, encontrarán algunos ejercicios y actividades que ayudarán a los niños y niñas a desarrollar sus habilidades en motricidad fina, los invitamos a ponerlos en práctica.

¡Manos a la obra!

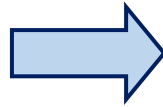
1. POMPONES



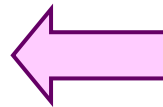
Agarrarlos, pellizcarlos o pasarlos de un recipiente a otro... estas pequeñas bolitas pueden resultar unas grandes aliadas para el desarrollo de la motricidad fina.

2. PINZAS PARA COLGAR LA ROPA

Unas simples pinzas de tender la ropa pueden ser un ejercicio buenísimo para mejorar la motricidad fina. Mientras los niños juegan con las pinzas estarán fortaleciendo los dedos índices, corazón y pulgar, midiendo la fuerza que tienen que hacer en la presión.



3. BANDAS O CAUCHOS



Los niños podrán fortalecer sus habilidades de motricidad fina, mientras colocan bandas o cauchos alrededor de los tubos. Es una actividad muy simple, pero puede convertirse en un divertido reto.

4. PINZAS DEPILATORIAS

Jugando con las pinzas están trabajando la fuerza en dedos y mano, y al mismo tiempo la estabilidad en el codo y el hombro.



5. PAJITAS O CHAQUIRAS



Enhebrar pajitas o chaquiras es una actividad fantástica para promover el desarrollo de la motricidad fina en los más pequeños. Requiere concentración, fomenta el uso de la pinza entre el pulgar y el índice, y fortalece de forma natural los músculos de la mano que serán vitales para sujetar el lápiz más adelante.

Deja que sean ellos mismos los que corten las pajitas en trozos más grandes o más pequeños para poder insertarlas en los cordones o lanas.

6. CANICAS:

El peso, la textura lisa y dura, el sonido que producen al entrar en contacto con materiales como el cristal o el metal, añaden un interesante componente sensorial a estas bolitas. Verás cómo les encanta trasladar canicas de un cuenco a otro. Pueden utilizar los dedos para pellizcarlas o utilizar cucharas, pinzas, moldes, frascos de plástico, cerámica o cristal...



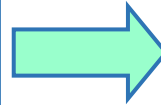
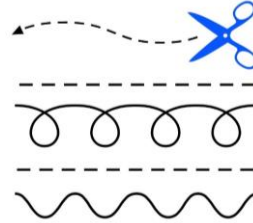
7. CUENTA GOTAS



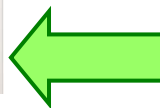
Combinando diferentes pinturas con un cuentagotas, los niños aprenderán sobre la mezcla de colores mientras hacen un importante trabajo de motricidad fina.

8. TIJERAS

Siempre bajo la supervisión de un adulto, bríndale a los niños oportunidades para practicar con las tijeras (punta redonda). Desarrollarán el control visomotor y perfeccionarán los movimientos precisos y la coordinación fina. Recortar líneas rectas y curvas, figuras de diferentes tamaños y formas ayudarán a su coordinación motriz.



9. PLASTILINA



La plastilina ha sido uno de los juegos favoritos de los niños durante décadas. No sólo es una actividad creativa y divertida, su manipulación también desarrolla algunas habilidades importantes. Apretarla, exprimirla, amasarla, estirla, enrollarla, pellizcarla, etc., ayuda a fortalecer los músculos de los dedos. No olvidemos que trabajar con plastilina resulta una interesante experiencia sensorial.

10. TEXTURAS

Experimentar con objetos de diferentes texturas y tamaños (amasar, sacudir, agitar, apretar, acariciar, ablandar, masajear, moldear, frotar, etc.) le ayudarán a los niños en su motricidad fina.

