



# **TRABAJANDO LA PSICOMOTRICIDAD FINA**

## ÍNDICE

- 1. Importancia del trabajo de la motricidad fina**
- 2. Técnica del ensarte**
- 3. Técnica del rasgado**
- 4. Técnica del picado**
- 5. Técnica de realizar bolitas de papel**
- 6. Técnica del picado con punzón**
- 7. Técnica de recortar con tijeras**
- 8. Técnica de enhebrar**
- 9. Webs de interés**

## 1. Importancia del trabajo de la motricidad fina

La psicomotricidad fina es una secuencia de movimientos coordinados. La más importante para nosotros es la que coordina los movimientos de las manos y los ojos (coordinación óculo-manual), que el niño pase por las distintas etapas de agarre terminando con el agarre definitivo en pinza. Es muy importante que los niños dominen el agarre antes de empezar a escribir. ¿Por qué? Porque el desarrollar esta habilidad es fundamental para adquirir otras habilidades más complejas como será la escritura y lateralidad.

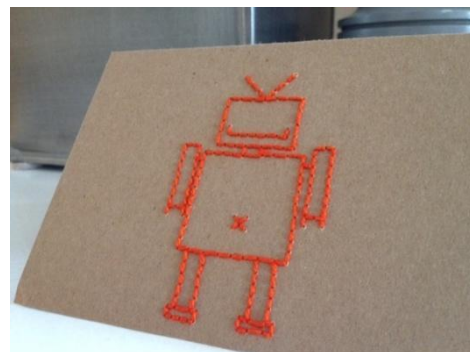
## 2. Técnica del ensarte.

Sus objetivos son:

- **Fortalecer** el dominio de la pinza fina.
- **Favorecer** la atención en la tarea
- **Controlar** el dominio del movimiento muscular logrando movimientos precisos y coordinados.

La actividad consiste en perforar todo el contorno de una figura, luego amarre cualquier punta de lana en un orificio y pedir a las niñas y a los niños para que ensarten por

cada uno de los orificios hasta acabar el contorno de la figura. Podemos hacer desde figuras sencillas como: Cuadrado, círculo, números, letras, hasta más complejas como el contorno de una casa o dibujos como la imagen. Dependiendo de la destreza que observemos en nuestros niños iremos aumentando la dificultad de este ejercicio.



### 3. Técnica del rasgado.

Sus objetivos son:

- Desarrollar a través de movimientos digital con el dedo índice y pulgar el de **presión correcta**.
- Lograr que corten con **precisión, dirección y coordinación óculo-manual**.

En esta actividad, damos al niño o niña el papel (folios, revistas,

periódicos...) y le pedimos que lo rasgue en tiras sin la ayuda de ningún instrumento. Luego podemos pedirles que hagan una composición artística.



### 4. Técnica del picado.

Sus objetivos son:

- **Liberar tensiones** ayudando a la expresión de las emociones y sentimientos.
- Mantener la **calma y paciencia** que puede tener la niña y niño y no pasar las líneas.

Se pide al niño o a la niña que corte en pedazos el papel de distintos tamaños y formas con los dedos, sin la necesidad de tijeras u otros instrumentos, para el relleno de una figura determinada, pídales que pinten las partes que no tienen trozos de papel.



## 5. Técnica de elaborar bolas de papel (periódicos, revistas, de seda...)

Sus objetivos son:

- **Fomentar el ejercicio** de los dedos índice y pulgar para el buen agarre de la pinza.
- Lograr **movimientos precisos**.

Les damos a la niña o niño el papel de periódico, cocina, seda cortado en cuadraditos de distintos colores para que luego ellos puedan hacer bolitas y después colocarlas según el dibujo que se le da.

## 6. Técnica del picado con Punzón.

Sus objetivos son:

- Desarrollar la **agilidad muscular**.
- Favorecer la **atención y concentración**.
- **Fortalecer el agarre** de la aguja para que tenga una buena coordinación visomanual.

Se les da a los niños o niñas un dibujo (solo silueta) con trazo grueso y se le pide que con el punzón pinche la línea hasta vaciar la figura entera. A continuación puede pegarla en otra hoja de papel y acabar de colorear la composición obtenida. Hay punzones de muchas clases, pero siempre es interesante fomentar un buen agarre como podemos ver en la imagen.



<https://www.actividadesdeinfantilyprimaria.com/2020/09/15/fichas-de-animalitos-para-picar-con-punzon>

## 7. Técnica de recortar con tijeras.

Sus objetivos son:

- **Desarrollar** el control-coordinación viso motriz.
- **Perfeccionar** movimientos precisos y la coordinación fina.

Las niñas y niños deben recortar una serie de figuras que se les proporcionan intentando no salirse de la línea. Podemos dibujarles figuras sencillas con trazos gruesos e ir aumentando la dificultad con líneas curvas. Dependiendo del nivel de coordinación y habilidad puede recortar figuras de revistas y hacer murales.



## 8. Técnica de enhebrar

Su objetivo principal es:

- **Fortalecer** los movimientos bimanuales de amplitud pequeña para el desarrollo de sus dedos.

Repartimos un CD a la niña o niño y les pedimos que introduzcan la lana por el orificio que tiene en el centro el CD hasta terminar todo el contorno.



<https://www.mundoreciclado.com/reciclando-utensilios/decora-cds-con-lana-y-abalorios/>

## 9. WEB de interés:

<https://www.actividadesdeinfantilyprimaria.com/category/educacion-infantil/>

<https://espaciopsicofamiliar.es/trabajar-la-motricidad-fina-el-punzon/>

<https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2017/01/Actividades-para-desarrollar-la-MOTRICIDAD-FINA.pdf>

<https://www.educapeques.com/estimulapeques/actividades-de-motricidad-fina.html>

<https://www.pequeocio.com/6-manualidades-pinzas-madera/>

<https://www.ayudaparamaestros.com/2020/03/manualidades-faciles-para-todas-las.html>

Los tres siguientes enlaces son muy interesantes para trabajar la fuerza en las manos y dedos.

<https://manualidades.es/manualidades-faciles-con-plastilina.html>

<https://lascebrassalen.com/manualidades-con-plastilina-para-ninos/>

<http://lafabricadelospeques.com/juegos-manualidades-infantiles-plastilina/>