

Estimadas familias, junto con saludarles compartimos con ustedes un compendio de ejercicios para mejorar la toma del lápiz.



TIPS PARA TOMAR CORRECTAMENTE EL LÁPIZ

1. USAR UN LAPIZ GRUESO O ACANALADO O TRIANGULAR.
2. Podemos usar el siguiente truco, puede usar un botón o una moneda.



3. **Simplemente, juegue con su hijo/a.** Los juegos favorecerán la mejora en la toma del lápiz y permitirán utilizar algunas habilidades necesarias para controlar mejor el lápiz.

- Hacer dibujos libres
- Practicar dibujando círculos líneas rectas, horizontales, verticales y oblicuas sobre papel o en una pizarra. Para empezar, utilice hojas grandes sin líneas y pídale **que escriba de izquierda a derecha.** Cuando ya domine el trazo repita el mismo ejercicio utilizando un papel con líneas muy espaciadas entre sí posteriormente puede utilizar cuadrícula grande.
- Jugar con plastilina, modelar bolas de plastilina con los dedos índice y pulgar.



- Rasgar papeles, recortar trozos de papel con las manos, libremente (papel de seda, revistas y periódicos).
- Hacer bolas grandes y pequeñas de papel. Desmenuzar: papel de seda, miga de pan...
- Con el punzón, picado libre sin contornos ni límites.
- Ensartar en cordel collares, bolitas de plástico o macarrones.
- Coger con los dos dedos de uno en uno lentejas o garbanzos y meterlos dentro de una botella.
- Abrochar y desabrochar botones.
- Comer solos manejando cuchara y tenedor.
- Jugar con construcciones.
- Alineando fichas de dominó.
- Juegos manuales que requieren construcciones de equilibrio con palillos.
- Seguir caminos improvisados con el dedo en el suelo, papel, la pizarra o una mesa.
- Retorcer una cuerda atada por el otro extremo.
- Atornillar y desatornillar tornillos gruesos.
- Abrir y cerrar tapones botellas, frascos con tapón de rosca... distintos tamaños.
- Mondar con los dedos una mandarina, plátano ...
- Hacer "música" con los dedos apoyados en la mesa, de a uno.
- Hacer mímica con las manos acompañando canciones.
- Apretar con la mano una pequeña pelota.
- Jugar al tenis para mejorar la flexibilidad de la muñeca.

Ejemplos:

Atrapa la araña, Armar una telaraña de lana en un canasto. Colocar algunas arañas de juguete en el fondo del recipiente y dele unas pinzas de hielo al niño para que las atrapen. Gracias a esta actividad no solo desarrollan su motricidad fina sino que también aprenden sobre resolución de problemas.



Pesca, En un recipiente agrega un poco de agua y algunas tapas de botella. Darle al menor un par de palitos para que con éstos, intenten pescar todas las tapas. Además es una gran forma promover aprendizajes a bajo costo y con materiales 100% reciclados.



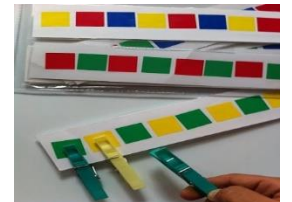


Gotas de agua en Legos, Con una pipeta de plástico o un cuentagotas, los niños tendrán que poner una sola gota de agua en cada uno de los agujeros de los clásicos bloques LEGO. Como ves, los legos pueden ser utilizados de muchas maneras.



Más Lego...Un ejercicio similar al anterior, pero esta vez con bolitas de cristal. Los niños tendrán que ubicar bolitas de cristal en los agujeros de los bloques Lego.

Las pinzas y los colores, sobre tiras de papel blanco, pega algunos cuadros de colores. Consigue pinzas que tengan esos mismos colores. Los niños deben lograr que las pinzas de X color coincidan con los recuadros de X color. A través de esta actividad los niños no solo desarrollan la motricidad sino que también aprenden conceptos tan importantes como la asociación.



Botella y pompones de colores, corta la parte de abajo de una botella de plástico. Dar a los niños unas pinzas y unos pompones de colores. Con las pinzas deben meter los pompones por el cuello de la botella.

Guantes realizados con calcetines: nos ayudan a realizar la pinza bidigital y facilitan el agarre tridigital.



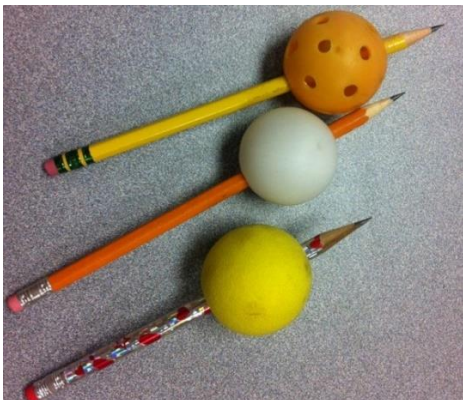


Liceo Parroquial San Antonio
Clérigos de San Viator
Viña del Mar

Ayudas y Claves visuales: (como la de la boca del cocodrilo) aumentan la motivación de los niños



Adaptadores del agarre del lápiz: existen muchos modelos diferentes en el mercado lo ideal es que estas ayudan puedan llegar a desaparecer cuando la madurez de la destreza manual y la consolidación de una pinza funcional lo permitan.



Equipo Psicopedagogía LPSA

