

Cómo Desarrollar Manos y Dedos Fuertes: Primer Grado

Desarrollar fuerza en las manos y los dedos le va a ayudar a su niño a:

- Sostener un lápiz y escribir legiblemente
- Atarse los zapatos independientemente
- Sostener y usar las tijeras exitosamente para cortar en línea o para cortar figuras pequeñas



Ideas para probar con su niño:

- Pegue un papel en la pared o cuelgue un pizarrón blanco para que su niño practique a dibujar o a escribir en él.
- Deje que su niño jeringuee agua de una botella rociadora, recoja objetos pequeños como bolas de algodón con pinzas, y que juegue con juguetes pequeños tales como cuentas y Legos.
- Deje que su niño practique a cerrar broches, abrochar y desabrochar la ropa, usar agujas grandes de plástico para coser con estambre, y hacer estallar las burbujas de embalaje.

Si su niño tiene dificultades:

- Deje que su niño dibuje letras grandes o palabras con gis en la acera.
- Usando su dedo índice, deje que su niña escriba letras en crema de afeitar o en pudding regado en una hoja de hornear.
- Trace líneas rectas, líneas en curva, y zigzags en papel o en cartón para que su niño practique a cortar.

También:

Pídale a su niño que practique a escribir en papel con renglones para que aprenda donde van las letras en el renglón y la diferencia entre las letras mayúsculas y las minúsculas.

- Laberintos, punto-a-puntos, y colorear dentro de las líneas ayudarán a fortalecer los músculos de la mano y de los dedos – puede imprimirlos de sitios en la web o puede comprar libros de colorear/actividades.

<http://www.dltk-ninos.com>

El Departamento de Aprendizaje Temprano del Estado de Washington y el Distrito Escolar de Richland consideran que los padres, las familias y los cuidadores son los mejores maestros de los niños pequeños. Esta Guía de Recursos, que forma parte de las *Bases Sólidas para la Escuela: Guía de Recursos para los Padres de Niños Pequeños*, destaca una habilidad clave de desarrollo para los niños de Primer Grado que los padres pueden ayudar a mejorar en casa.



Adaptado de la *Guías para el Desarrollo y Aprendizaje Temprano del Estado de Washington, 2012*: “Mejora las habilidades para mover las manos y los dedos”. *Tocar, Mirar, Oír, y Moverse*, Primer Grado, página 100