**CONSEJOS PARA DESARROLLAR HABILIDADES MOTORAS FINAS EN SU HIJO**

Las habilidades motoras finas implican el uso de pequeños músculos en nuestras manos, muñecas, dedos, pies y dedos de los pies. El cerebro de su hijo se encarga de coordinar estos pequeños músculos para realizar acciones como escribir con un lápiz, sostener un tenedor para comer o recoger objetos con los dedos.

**ACTIVIDADES MOTORAS FINAS**

1. Busca objetos ocultos en masilla, Play-doh o arcilla.
2. Haga limo u otra textura resistiva para permitir que el niño se separe y apriete.
3. Haga que el niño busque objetos ocultos en diferentes sustancias táctiles (es decir, alcanzar la arena y sacar una canica).
4. Coloque los bocadillos en bolsas de bocadillos u otros recipientes de plástico que le permitan al niño la oportunidad de manipular las instantáneas.
5. Use un juguete de compresión.
6. Use baldosas magnéticas o bloques de construcción para separar y unir.
7. Coloque tiras de Velcro en las piezas traseras de los rompecabezas para que haya algo de resistencia al arrancar la pieza.
8. Use pinzas para la ropa o pinzas para recoger pequeños manipulativos para clasificar.
9. Use una botella de exprimir para regar las plantas.
10. Ponga monedas en una alcancía.
11. ¡Cuentas de cuerda de varios tamaños en limpiadores de cuerdas o tuberías, haciendo lindos collares o pulseras!
12. "Escribir" en arcilla, arena, tierra u otras sustancias táctiles.
13. Use objetos cilíndricos cortos como lápices cortos (es decir, lápices de minigolf) para facilitar un agarre adecuado del lápiz.
14. Pelar pegatinas.
15. Use un taladro.
16. Recorta formas simples o a lo largo de una línea recta.
17. Construye letras con limpiadores de tuberías.

**LA IMPORTANCIA DE LA MOTRICIDAD FINA**

* Se ha demostrado que las habilidades motoras finas influyen en la capacidad de un niño para aprender procedimientos numéricos. El conteo de dedos es uno de los pasos más comunes e importantes para que un niño aprenda a contar temprano en su viaje académico. Para participar en el conteo de dedos, un niño tiene que tener las habilidades motoras finas para mover los dedos en consecuencia. Los estudios han demostrado que las habilidades motoras finas de un niño juegan un papel importante en el conteo temprano y luego se traducen en un conocimiento de conteo más conceptual.
* Para que un niño pueda afinar sus habilidades de escritura a mano, debe ser consciente de cuánta presión está aplicando con los dedos y en qué posición está sosteniendo los dedos con respecto a su utensilio de escritura. Los niños más pequeños tienden a tener grandes variaciones en su fuerza y menor frecuencia de ajuste cuando están escribiendo. Esto significa que agarran sus lápices con más fuerza y no se ajustan tan a menudo cuando están escribiendo, lo que lleva a la frustración con tales tareas de escritura a mano. El control de la fuerza es una parte integral de las habilidades motoras finas, especialmente en términos de destreza manual. La capacidad de un niño para manipular y mover los dedos desde el principio desempeña un papel crucial en el desarrollo de sus habilidades de escritura a mano.
* El tiempo de pantalla se ha convertido en un elemento básico de la infanciamoderna. Hay algunas preocupaciones de los expertos en desarrollo sobre el vínculo entre el tiempo de pantalla y las habilidades motoras finas de un niño, el procesamiento sensorial, la integración visual-motora y las habilidades de juego. Se encontró que había relaciones negativas entre el tiempo total de pantalla de un niño y las siguientes habilidades: coordinación bilateral, integración visual-motora, procesamiento sensorial y habilidades motoras finas en general. Los médicos ahora están alentando a los niños y padres a realizar actividades dinámicas y una participación activa para compensar los posibles efectos del tiempo de pantalla.
* Si bien algunos expertos advierten que el tiempo de pantalla debe minimizarse, no está exento de supotencial. Hay ciertas aplicaciones que se pueden incorporar en el desarrollo motor fino de su hijo. Se ha descubierto que las aplicaciones para iPad que requieren habilidades motoras específicas y movimientos de los dedos para realizar tareas mejoran el rendimiento de un niño en sus actividades cotidianas.
* Los estudios han demostrado que existe un vínculo entre partes del desarrollo cognitivo de un niño y sus habilidades motoras finas. Específicamente, el procesamiento léxico de un niño, que se refiere a sus habilidades de vocabulario y su aplicación, se ha mejorado a través de actividades motoras finas.
* El aprendizaje temprano a menudo enfatiza que los niños deben desarrollar sus habilidades en alfabetización y números, a veces a expensas de otras áreas de desarrollo, incluidas las habilidades motoras finas. Estudios recientes han demostrado que la competencia motora de un niño tuvo un impacto significativo en sus estudios matemáticos. Las habilidades motoras finas también son altamente predictivas de la capacidad de lectura y las habilidades matemáticas de un niño.

**¿QUÉ SIGNIFICA ESTO PARA MÍ?**

Las habilidades motoras finas son tan importantes para su hijo como su capacidad para leer, escribir y trabajar con números. De hecho, esas mismas habilidades motoras finas pueden incluso ayudar a su hijo con esas habilidades académicas. Las habilidades motoras finas le permiten a su hijo explorar, interactuar, descubrir y controlar su entorno y todo lo que hay en él. Es tan importante como todos los demás aspectos de la educación de un niño. ¡Utilice cualquiera de las actividades sugeridas como una forma de jugar con su hijo y fomentar el desarrollo de sus habilidades motoras finas!

REFERENCIAS

* Axford, C., Joosten, A. V., & Harris, C. (2018). iPad applications that required a range of motor skills promoted motor coordination in children commencing primary school. *Australian Occupational Therapy Journal*, *65*(2), 146–155. doi: 10.1111/14401630.12450
* Dadson, P., Brown, T., & Stagnitti, K. (2020). Relationship between screen‐time and hand function, play and sensory processing in children without disabilities aged 4–7 years: A exploratory study. *Australian Occupational Therapy Journal*. doi: 10.1111/1440-1630.12650
* Fischer, U., Suggate, S. P., Schmirl, J., & Stoeger, H. (2017). Counting on fine motor skills: links between preschool finger dexterity and numerical skills. *Developmental Science*, *21*(4). doi: 10.1111/desc.12623
* Lin, Y.-C., Chao, Y.-L., Wu, S.-K., Lin, H.-H., Hsu, C.-H., Hsu, H.-M., & Kuo, L.-C. (2017). Comprehension of handwriting development: Pen-grip kinetics in handwriting tasks and its relation to fine motor skills among school-age children. *Australian Occupational Therapy Journal*, *64*(5), 369–380. doi: 10.1111/1440-1630.12393
* Logan, M. (n.d.). 10 ways to improve your child's fine motor skills. Retrieved from

<https://www.inspiro.org.au/blog/improve-your-childs-fine-motor-skills>

* Macdonald, K., Milne, N., Orr, R., & Pope, R. (2020). Associations between motor proficiency and academic performance in mathematics and reading in year 1 school children: a cross-sectional study. *BMC Pediatrics*, *20*(1). doi: 10.1186/s12887-020-1967-8
* Promoting and Developing Fine Motor Skills in Children with Autism. (2019, July 2). Retrieved from <https://www.chla.org/blog/rehab-therapies-and-audiology/promoting-and-developing-fine-motor-skills-children-autism>
* Suggate, S., & Stoeger, H. (2017). Fine Motor Skills Enhance Lexical Processing of Embodied Vocabulary: A Test of the Nimble-Hands, Nimble-Minds Hypothesis. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, *70*(10), 2169–2187. doi: 10.1080/17470218.2016.1227344