

HOLA PADRES,

La coordinación ojo-mano es la capacidad de realizar movimientos con las manos mientras es guiado por los ojos. Las manos y la vista de un niño trabajan juntas para realizar tareas. La coordinación ojo-mano es una habilidad importante para funcionar en su vida diaria. Una tarea simple como agarrar un objeto o escribir una oración requiere coordinación ojo-mano. No solo necesitamos la coordinación ojo-mano para realizar las tareas diarias, también es importante para aprender a leer y escribir. La lectura y la escritura implican habilidades de seguimiento visual bien desarrolladas. Su cerebro necesita rastrear la posición del lápiz y controlar los movimientos de la mano y los dedos. En este boletín, encontrará actividades que mejorarán la coordinación ojo-mano de su hijo/hija.

ACTIVIDADES

BEBÉS (3 – 18 MESES)

JUGANDO CON CHEERIOS

MATERIALES:

- Cheerios
- Silla alta para bebé
- Tazón pequeño
- Cucharita

DIRECCIONES:

- Deje que su hijo/hija se siente en la silla y vierta algunos cheerios en la bandeja.
- Coloque el tazón pequeño y la cuchara en la bandeja y deje que su hijo/hija los explore.
- Muéstrela a su hijo/hija que los cheerios pueden ir dentro del tazón pequeño.
- Anime a su hijo/hija a usar la cuchara para recoger cheerios y ponerlos en el tazón.

[Pulse aquí](#) para ver más actividades.

NIÑOS PEQUEÑOS (19 MESES – 2.5 AÑOS)

PELAR UNA CLEMENTINA

MATERIALES:

- Clementina

DIRECCIONES:

- Dele a su hijo/hija una clementina. También puede sostener uno.
- Muéstrela a su hijo/hija cómo pelar la fruta con las manos.
- Anime a su hijo/hija a pelar la fruta y ofrezca su ayuda cuando la necesite.

[Pulse aquí](#) para ver más actividades.

NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR (2.5 – 5 AÑOS)

CUENTAS

MATERIALES:

- Cuentas grandes
- Hilo
- Plato pequeño

DIRECCIONES:

- Coloque las cuentas en un plato pequeño.
- Entregue el hilo a su hijo/hija y déjelo pasar las cuentas por el hilo.
- Haga un nudo al final del hilo y deje que su hijo/hija haga una pulsera o un collar.

[Pulse aquí](#) para más actividades.



JK/SK (4 – 6 AÑOS)

REBOTAR UNA PELOTA ALREDEDOR DE BOTELLAS DE PLÁSTICO

MATERIALES:

- Pelota
- Botellas de plástico llenas de agua
- Espacio abierto

DIRECCIONES:

- Llene las botellas de plástico con agua y cierre las tapas.
- Coloque las botellas de plástico a un pie de distancia en línea recta o en círculo.
- Sostenga la pelota y comience a rebotarla entre las botellas de plástico.

[Pulse aquí](#) para ver más actividades.

NIÑOS EN EDAD ESCOLAR (6 – 12 AÑOS)

CARRERA CON CUCHARA Y PELOTA DE PING-PONG

MATERIALES:

- Pelotas de ping-pong
- Cucharas
- Espacio abierto
- 2 o más jugadores

DIRECCIONES:

- Decida dónde estará su punto de inicio y la meta.
- Divídanse en dos equipos.
- Alinéense en el punto de partida.
- La persona que está al frente de la fila recibe una cuchara y una pelota de ping-pong.
- La primera persona debe llevar la pelota con la cuchara a través de la línea de meta sin dejarla caer.
- Luego, esta persona se dará la vuelta y regresará al punto de partida, pasando la cuchara y la pelota de ping-pong a la siguiente persona de su equipo.
- Si una persona deja caer la pelota de ping-pong, deberá dirigirse al punto de partida y comenzar la carrera nuevamente.
- El primer equipo en completar la tarea gana.

[Pulse aquí](#) para aprender a hacer un laberinto de bolas.

CONSEJO PARA HOY

- El juego es una parte esencial del desarrollo de la coordinación ojo-mano. El juego le permite a su hijo/hija aprender a alcanzar y agarrar objetos, así como comprender la causa y el efecto.
- Puede animar a su hijo/hija dándoles grandes bloques de tiempo para jugar libremente y participando en juegos y actividades específicos que desarrollarán la coordinación ojo-mano.

