



## LA MOTRICIDAD FINA EN LA ETAPA INFANTIL

Autora: MSc. Belkis Pentón Hernández.

Licenciada en Educación. Especialidad de Educación Física.  
Profesora Universitaria Universidad de Matanzas, Cuba.

Email: [belkis.penton@umcc.cu](mailto:belkis.penton@umcc.cu)

WWW.PORTALDEPORTIVO.CL JUNIO 2007

RESUMEN: La etapa infantil presenta características propias y están vinculadas al desarrollo ulterior de los niños (as). Ella constituye las bases para el desarrollo físico y espiritual; además asimilan conocimientos, habilidades, se forman capacidades, cualidades volitivo- morales, que en el pasado se consideraban asequibles solo a los niños de edades mayores. El presente artículo aborda la motricidad fina en la etapa preescolar, en la misma se enriquece el accionar de movimientos que los pequeños ejecutan en su desarrollo por los diferentes años de vida. Sin pretender dar fórmulas mediante este trabajo se expone un conjunto de ejercicios para el desarrollo de la motricidad fina en nuestros niños y niñas para la cara, las manos y los pies que son producto de la experiencia adquirida a partir del trabajo con estas edades. Mediante estos ejercicios llamamos la atención al personal docente que trabaja con esta edad infantil para que lo utilicen en vías de mejorar las actividades o tareas a desarrollar con los niños (as).

PALABRAS CLAVES: Motricidad, Motricidad gruesa, Motricidad fina.

---

## 1. INTRODUCCIÓN

El subsistema de Enseñanza Preescolar en Cuba comienza en las instituciones infantiles y en la Vía no Formal. Para nuestro país tiene gran significado la realización de ejercicios desde edades tempranas y lo observamos en los programas institucionales y Educa a tu hijo. Estos programas responden a todo un proceso educativo porque es una compleja tarea que ocupa un lugar muy importante en estas edades tempranas, ya que van sentando las bases para lograr, el fin de la educación y se crean las premisas para el desarrollo psíquico como físico preparando al niño (a) para el ingreso a la escuela.

La introducción en nuestras instituciones del Programa de Educación Física, permite el desarrollo de cualidades y valores morales como las emociones, sentimientos, relaciones interpersonales y norma de comportamiento; también permite el conocimiento del mundo de los objetos, las relaciones espaciales, la expresión corporal, oral y el juego, además su práctica sistemática de los ejercicios físicos efectuados correctamente contribuye favorablemente a la creación de hábitos y habilidades motrices, al fortalecimiento de la salud, a elevar la capacidad de rendimiento y al mismo tiempo al desarrollo multilateral, armónico de la personalidad de nuestros niños (as); le proporciona al pequeño alegría, satisfacción al relacionarse con otros niños (as) y adultos, a regular la conducta a sentirse útil, cooperar con los demás planificando y organizando juegos. Por eso expresamos que el mismo se caracteriza por la realización sistemática de acciones motrices variadas, enriquecidas por la propia iniciativa, un mayor nivel de independencia y la participación activa del niño en la organización de la actividad, en armonía con la acción colectiva, mediante los ejercicios físicos.

Nuestra investigación aborda la problemática como desarrollar la motricidad fina en los niños (as) de sexto año de vida.

---

## 2. DESARROLLO

En el desarrollo del niño es de vital importancia la motricidad porque este va pasando por distintas etapas desde los movimientos espontáneos y descontrolados hasta la representación mental, es decir de una desorganización llega gradualmente a una verdadera organización, de la acción originada por la emoción con la acción originada por el pensamiento.

Algunos autores (R. Rigal, Paolette y Pottman) plantean que la motricidad no es la simple descripción de conductas motrices y la forma en que los movimientos se modifican, sino también los procesos que sustentan los cambios que se producen en dicha conducta.

La motricidad refleja todos los movimientos del ser humano. Estos movimientos determinan el comportamiento motor de los niños (as) de 1 a 6 años que se manifiesta por medio de habilidades motrices básicas, que expresan a su vez los movimientos naturales del hombre. (Catalina González 1998).

Consideramos que la motricidad es la estrecha relación que existe entre los movimientos, el desarrollo psíquico, y desarrollo del ser humano. Es la relación que existe entre el desarrollo social, cognitivo afectivo y motriz que incide en nuestros niños (as) como una unidad.

Antes de relacionar los ejercicios de motricidad fina detallaremos en que consiste la motricidad gruesa y fina a partir de consideraciones de la autora.

- **Motricidad gruesa:** Son acciones de grandes grupos musculares y posturales. Movimientos de todo el cuerpo o de grandes segmentos corporales.
  - **Motricidad fina:** Es la acción de pequeños grupos musculares de la cara y los pies. Movimientos precisos de las manos, cara y los pies.
-

El conjunto de ejercicios que proponemos se fundamentan bajo instrumentos científicos que le fueron aplicados a los niños (as) durante nuestra investigación; siendo el producto de un amplio estudio del tema que estamos abordando.

## Conjunto de ejercicios

- Cara

Estos ejercicios sirven para que el niño (a) pronuncie correctamente los sonidos, hable con claridad y fluidez cuando va a expresarse, narrar un cuento.

EJERCICIOS	METODOLOGIA.
Abrir y cerrar los ojos.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir y cerrar los dedos.
Inflar los cachetes.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir las palmas de las manos, tocándose las yemas de los dedos.
Sacudirse la nariz.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, los dedos unidos convertirlos en un pez.
Soplar velitas y motitas de algodón.	Parado, realizar movimientos de las manos y dedos hacia abajo y arriba.
Apartarse el pelo de la frente.	Parado, brazos flexionados al pecho. Extender los brazos a los laterales con los dedos unidos y al final abrir los dedos.
Golpear los labios con las manos como si fuera un indio.	Parado. Brazos flexionados al pecho como si sujetara una trompeta hacer pequeños movimientos con los dedos imitando la opresión de los pulgares.
Mover la lengua como péndulo de reloj.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, flexionar y extender los dedos.
Estirar los labios en forma de trompa.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, pasar la pelota de una mano a otra.
Enojarse. Sonreír.	Parado, brazos flexionados a la altura del pecho apretar los puños, realiza movimientos circulares como si se enrollará hilos en un ovillo. Realizarlos con ambas manos.
Decir las vocales sin que se oiga el sonido. Decir los colores sin que se oiga el sonido.	Parado con las piernas en forma de paso, el tronco semiflexionado al frente rodar un objeto con los dedos.

- Pies

Estos ejercicios permiten coordinar mejor la marcha, la postura y evita deformaciones óseas.

<b>EJERCICIOS.</b>	<b>METODOLOGIA.</b>
Decir que no con los pies.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir y cerrar los dedos.
Decir que no con los pies.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir las palmas de las mano, tocándose las yemas de los dedos
Abrazarse los pies.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, los dedos unidos convertirlos en un pez.
Dibujar un círculo con los dos pies.	Parado, realizar movimientos de las manos y dedos hacia abajo y arriba.
Dibujar un círculo con un pie	Parado, brazos flexionados al pecho. Extender los brazos a los laterales con los dedos unidos y al final abrir los dedos.
Agarrar con los dedos pañuelos, cintas.	Parado. Brazos flexionados al pecho como si sujetara una trompeta hacer pequeños movimientos con los dedos imitando la opresión de los pulgares.
Agarrar la cuerda con los dedos y pasarla.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, flexionar y extender los dedos.
Caminar por encima de una tabla costillada.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, pasar la pelota de una mano a otra.
Conducir objetos con un pie.	Parado, brazos flexionados a la altura del pecho apretar los puños, realiza movimientos circulares como si se enrollará hilos en un ovillo. Realizarlos con ambas manos.
Conducir objetos con ambos pies.	Parado con las piernas en forma de paso, el tronco semiflexionado al frente rodar un objeto con los dedos.

- Manos

Estos objetos le brindan al niño (a) una destreza motora fina, cuando realizan el agarre de un objeto, el atrape de una pelota, el trazado, dibujo y recorte de diferentes figuras ya que son premisas para la preescritura.

<b>EJERCICIOS.</b>	<b>METODOLOGIA.</b>
Palmas unidas abrir y cerrar los dedos.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir y cerrar los dedos.
Abrir las palmas, tocándose la yema de los dedos.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, abrir las palmas de las mano, tocándose las yemas de los dedos
Con los dedos unidos convertirlos en un pez.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros, flexión de los brazos a la altura del pecho, los dedos unidos convertirlos en un pez.
Con los dedos separados volar como un pájaro.	Parado, realizar movimientos de las manos y dedos hacia abajo y arriba.
Estirar el elástico.	Parado, brazos flexionados al pecho. Extender los brazos a los laterales con los dedos unidos y al final abrir los dedos.
Imitar tocar una trompeta.	Parado. Brazos flexionados al pecho como si sujetara una trompeta hacer pequeños movimientos con los dedos imitando la opresión de los pulgares.
Abrir y cerrar los dedos apretando una pelota de goma pequeña.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, flexionar y extender los dedos.
Pasar la pelota hacia la otra mano.	Parado, piernas separadas al ancho de los hombros flexionar los brazos a la altura del pecho, pasar la pelota de una mano a otra.
Enrollar la pelota con hilos.	Parado, brazos flexionados a la altura del pecho apretar los puños, realiza movimientos circulares como si se enrollará hilos en un ovillo. Realizarlos con ambas manos.
Rodar objetos con los dedos.	Parado con las piernas en forma de paso, el tronco semiflexionado al frente rodar un objeto con los dedos.

### 3. BIBLIOGRAFÍA

1. Aquino, Francisco y Oscar A. Zapata. *La educación del movimiento*. México. Editorial Lithomex. S. A. 1979.
  2. Blázquez, Domingo y Emilio Ortega. *La actividad motriz en el niño de 3 a 6 años*. España. Editorial Cincel. 1984.
  3. Colectivo de autores. Ministerio de Educación. *Educación Preescolar 4to ciclo 6° año de vida. Programa*. Cuba. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación. 1998.
  4. Colectivo de autores. Maduración morfofuncional de los principios sistemas fisiológicos del organismo de los niños de edad preescolar. Moscú. Editorial Uneshstoreizdat. 1988.
  5. Colectivo de autores. Colección "Educa a tu hijo". (Folletos del 1 al 9).
  6. Durivage, Johanne. *Educación y Psicomotricidad*. México. Editorial Trillad. 1987.
  7. Fonseca, V. Da. *Reflexiones sobre el desarrollo psicobiológico del niño. Infancia y aprendizaje*. 1979.
  8. Ferrari, A. *El maravilloso mundo del juego*. Argentina. Editorial Canguro. La Rioja. 1994.
  9. Hohmann, Mary, Bernard Benet y David F. Weikart. *Niños pequeños en acción*. (2da. edición). México D. F. Editorial Trillas. 1986.
  10. Lazaine, S. V. *Cultura Física para pequeños*. Moscú. Editorial Prosvieschenie. 1987.
  11. Le Boulch, J. L. *Desarrollo psicomotor del nacimiento a los 6 años*. Doñate. Madrid. 1984.
  12. Le Boulch Jean. *La educación por el movimiento*. España. Editorial Paidotribo. 1981.
  13. Lora Risco, Josefa. *Psicomotricidad. Hacia una educación integral*. Perú. Editorial Desa. S. A. 1989.
  14. Lleiscá, T. *La educación física en preescolar y ciclo inicial*. Barcelona. Editorial Paidotribo. 1988.
  15. Meinel, K. *Didáctica del movimiento. Desarrollo motor de 0 a 6 años*. Ciudad de la Habana. Editorial ORBE. 1977.
  16. Pedagogía 95. *La Educación Física en Cuba*. Ciudad de la Habana. Palacio de
-



las Convenciones.1995.

17. Ruiz Pérez, L. M. *Desarrollo motor y actividades físicas*. Madrid. GYMNOS S. A. Ediciones deportivas. 1987.
18. Ruiz, Ariel y otros. *Metodología de la enseñanza de la educación física*. Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación. 1986.
19. Velázquez, Rafael. *Psicomotricidad patrones de movimiento*. México D. F. Editora S. A. De C. V. 2003.
20. Zatsiorzki, V. M. *Metrología Deportiva*. Ciudad de la Habana. Editorial Pueblo y Educación. 1989.