

DOMINIO DE LA MANO

4 AÑOS

1. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en las modalidades.

Actividad: Tomar-dejar

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Tomar y dejar bolitas de porespán o corcho.
- Tomar y dejar piñas y piñones.
- Tomar y dejar piedras.
- Tomar y dejar botones.
- Tomar y dejar cromos.
- Tomar y dejar canicas de cristal.
- Tomar y dejar juguetes.
- Tomar y dejar caramelos.
- Tomar y dejar trocitos de hilos.

2. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en las modalidades.

Actividad: Abrir-cerrar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Abrir y cerrar cajas de diversos tamaños.
- Abrir y cerrar frascos con tapón de corcho.
- Abrir y cerrar frascos con tapón hermético de plástico.
- Abrir y cerrar libros.
- Abrir y cerrar cajones.
- Abrir y cerrar puertas y ventanas.
- Abrir y cerrar cremalleras.

3. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Llenar-vaciar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Llenar y vaciar cajas con botones, piedras, fichas.
- Llenar y vaciar vasos, botellas y cubos de agua.
- Llenar y vaciar bolsos y bolsillos de objetos.
- Llenar y vaciar cubos de arena.
- Llenar y vaciar armarios de juguetes.

4. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Doblar-desdoblar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Doblar y desdoblar piezas de ropas: bata, bufanda, chaqueta, abrigo, pañuelo.
- Doblar y desdoblar telas y trapos.
- Doblar y desdoblar papel: de periódico, folio, de seda, de estaño.

5. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Tapar-destapar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Tapar y destapar cazuelas de juguete.
- Tapar y destapar muñecos.
- Taparse y destaparse con vestidos, trapos y disfraces, a sí mismos y unos a otros.

6. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Sacudir.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Sacudir las manos mojadas.
- Sacudir trapos.
- Sacudir vestidos.
- Sacudir el polvo con sacudidores.
- Sacudirse el pelo.

7. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Golpear.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Golpear con las manos en el suelo, en el muro, en la mesa, en las rodillas, en la cabeza.
- Golpear las palmas de las manos.
- Golpear el suelo con los pies.

8. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Colgar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Colgar los abrigos en las perchas.
- Colgar banderitas en la clase.
- Colgar láminas y trabajos hechos por los niños, en el muro o en un tendedero.
- Colgar enseñas en las ventanas con motivo de una fiesta o celebración.
- Colgar móviles del techo, de las lámparas.

9. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Enganchar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Enganchar anillas.
- Enganchar eslabones de una cadena.
- Enganchar papeles en una alcayata.
- Enganchar diversos objetos en ganchos apropiados.

10. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Apilar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones relatados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Apilar volúmenes de colores.
- Apilar figuras de diversas formas.
- Apilar cajas.
- Apilar cromos, cartas.
- Apilar libros.
- Construir arquitecturas.

11. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Enhebrar o ensartar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Ensartar cordel en círculos o anillas.
- Ensartar cordel en rollitos huecos de cartón.
- Ensartar hilo de plástico en canutillos.
- Ensartar hilo de pescar en perlas o bolitas de plástico.
- Ensartar hilo de rafia en escudidú o macarrón de plástico o de pasta.

12. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Atar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Atar cuerdas con un solo nudo.
- Aprender a hacer lazos y lazadas.
- Fabricar una escalera de cuerda con nudos y cordel.
- Atarse los cordones de los zapatos.

13. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Abotonar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Abotonar botones de diversos tamaños con sus ojales.
- Abotonarse la chaqueta.
- Abotonarse la bata.

14. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Deshilachar

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Deshilachar trozos de tela de saco.
- Deshilachar trozos de tela gruesa.

15. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Machacar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Machacar frutos secos con una piedra: avellanas, almendras, bellotas.
- Machacar hierbas en el mortero para hacer comiditas.
- Machacar terrones de azúcar.

16. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Mondar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Mondar una naranja con los dedos.
- Mondar una mandarina con los dedos.
- Mondar un plátano con los dedos.
- Mondar un limón con los dedos.

17. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Desmenuzar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Desmenuzar papel de seda.
- Desmenuzar plastilina.
- Desmenuzar barro.
- Desmigajar miga de pan.

18. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Cortar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Cortado libre sin contornos ni límites.
- Cortado libre sin contornos, con límite abierto.
- Cortado libre sin contornos, con límite cerrado.
- Cortado de contornos con guías: entre paralelas.
- Cortado de contornos de formas geométricas.

19. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Rasgar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de trabajo:

- Rasgar papeles.
- Rasgar telas.
- Rasgar gomas elásticas fijadas en un soporte.
- Rasguear las cuerdas de la guitarra.

20. Objetivo: Trabajar la actividad manual y la conceptualización de sus gestos.

Instrumento: Manos, dedos y material citado en modalidades.

Actividad: Pegar, encolar o engomar.

Motivación: Representación de estas acciones en cuentos y narraciones trabajados por los niños y en juegos dirigidos.

Modalidades de Trabajo:

- Pegar cromos engomados.
- Encolar recortes de revistas en papel o en cartulinas formando «collages» .
- Utilizar diversos tipos de pegamento: tubo, lápiz, pasta, líquido.

1. Objetivo: Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Movimientos de las manos.

Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones.

Modalidades de Trabajo: Dejar reposar las manos sobre la mesa de forma que la palma quede abajo y el dorso arriba. Abrir y cerrar una mano manteniendo la muñeca inmóvil. Luego el mismo ejercicio con la otra mano.

2. Objetivo: Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Movimientos de las manos.

Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones.

Modalidades de Trabajo: Con las palmas apoyadas sobre la mesa, cerrar y abrir simultáneamente ambas manos.

3. Objetivo: Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Movimientos de las manos.

Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones.

Modalidades de Trabajo: Con las palmas apoyadas sobre la mesa, abrir y cerrar de forma alternativa una mano y la otra: I-D, D-I.

4. Objetivo: Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Movimientos de las manos.

Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones.

Modalidades de Trabajo: Con las palmas apoyadas sobre la mesa, abrir y cerrar alternativamente las manos del siguiente modo:

- Dos veces mano derecha una vez mano izquierda.
- Dos veces mano izquierda una vez mano derecha.
- Dos veces cada mano.
- Una vez mano derecha dos veces mano izquierda.
- Una vez mano izquierda dos veces mano derecha.

5. Objetivo: Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Trabajo con la muñeca.

Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones.

Modalidades de Trabajo: Con una mano sobre la mesa, pasar de la posición prono a la posición supino: palma-dorso. Después repetir el ejercicio con la otra mano.

6. Objetivo: Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Trabajo con la muñeca.

Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones.

Modalidades de Trabajo: Con las manos apoyadas sobre la mesa, pasar alternativamente de la posición prono a la posición supino: - Derecha palma. - Derecha dorso. - Izquierda palma. - Izquierda dorso.

7. Objetivo: Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Trabajo con la muñeca.

Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones.

Modalidades de Trabajo: Recorrer con la muñeca el borde de la mesa hasta rodearla.

8. Objetivo: Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Trabajo con la muñeca.

Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones.

Modalidades de Trabajo: Apilar encima de la mesa, alternativamente, una mano de cada niño, apoyando muñeca sobre muñeca. Pueden jugar de dos a cuatro niños.

- 1. Objetivo:** Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.
Instrumento: Manos.
Actividad: Trabajo con la muñeca.
Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones
Modalidades de Trabajo: Con ambas manos apoyadas sobre la mesa pasar simultáneamente de la posición prono a la posición supino: palma-dorso, ambas a la vez.
- 2. Objetivo:** Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.
Instrumento: Manos.
Actividad: Trabajo con la muñeca.
Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones .
Modalidades de Trabajo: Cogerse, con una mano, la otra por la muñeca y doblarla repetidamente a un ritmo determinado.
- 3. Objetivo:** Conseguir agilidad y coordinación en el movimiento de las manos.
Instrumento: Manos.
Actividad: Trabajo con la muñeca.
Motivación: Gesticulaciones que representen secuencias de cuentos o narraciones.
Modalidades de Trabajo: Con una mano coger el antebrazo contrario, y realizar circunducciones con la muñeca de éste.
- 4. Objetivo:** Conseguir destreza, precisión y control muscular en el movimiento de las manos.
Instrumento: Manos.
Actividad: Trabajo con la muñeca.
Motivación: Hacemos gimnasia con nuestras manos.
Modalidades de Trabajo: Cruzar los brazos por las muñecas, derecha sobre izquierda, a un golpe convenido la izquierda da media vuelta y obliga a cambiar de posición a la mano derecha doblándola por la muñeca.
- 5. Objetivo:** Conseguir destreza, precisión y control muscular en el movimiento de las manos.
Instrumento: Manos.
Actividad: Trabajo con la muñeca.
Motivación: Hacemos gimnasia con nuestras manos.
Modalidades de Trabajo: Atarse las manos por la muñeca y realizar un juego o un trabajo que precise el movimiento de ambas manos en esta postura.
- 6. Objetivo:** Conseguir destreza, precisión y control muscular en el movimiento de las manos.
Instrumento: Manos.
Actividad: Trabajo con la muñeca.
Motivación: Hacemos gimnasia con nuestras manos.
Modalidades de Trabajo: Andar a gatas por el suelo apoyando el dorso de la mano.

7. Objetivo: Conseguir destreza, precisión y control muscular en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Trabajo con la muñeca.

Motivación: Hacemos gimnasia con nuestras manos.

Modalidades de Trabajo: Con las manos, ayudarse a trepar por una escalera de cuerdas.

8. Objetivo: Conseguir destreza, precisión y control muscular en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Trabajo con la muñeca.

Motivación: Hacemos gimnasia con nuestras manos. .

Modalidades de Trabajo: Con las manos, apoyarse para hacer la voltereta en el suelo.

9. Objetivo: Conseguir destreza, precisión y control muscular en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Trabajo con la muñeca.

Motivación: Hacemos gimnasia con nuestras manos.

Modalidades de Trabajo: Con las manos, colgarse de un palo, árbol, etcétera.

10. Objetivo: Conseguir destreza, precisión y control muscular en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Movimiento de las manos.

Motivación: Hacemos gimnasia con nuestras manos.

Modalidades de Trabajo: Mientras una mano se abre, la otra se cierra teniendo los dedos muy separados. Luego el mismo ejercicio teniendo los dedos muy juntos.

11. Objetivo: Conseguir destreza, precisión y control muscular en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Movimientos de las manos.

Motivación: Hacemos gimnasia con nuestras manos.

Modalidades de Trabajo: Una mano está cerrada y tensa, la otra abierta y relajada, a una señal convenida cambiar de manos.

12. Objetivo: Conseguir destreza, precisión y control muscular en el movimiento de las manos.

Instrumento: Manos.

Actividad: Movimientos de las manos.

Motivación: Hacemos gimnasia con nuestras manos.

Modalidades de Trabajo: Dejar la mano izquierda relajada, como muerta y moverla por la muñeca con la otra mano. Lo mismo con la mano derecha.

13. Objetivo: Conseguir fuerza en las manos.

Instrumento: Cuerdas.

Actividad: Tirar con fuerza.

Motivación: Vamos a organizar un juego.

Modalidades de Trabajo: Dividirse en dos grupos y tirar a ambos lados de la cuerda hasta vencer al contrario.

14. Objetivo: Conseguir agilidad en las manos.

Instrumento: Juego de cromos o cartas.

Actividad: Trucos.

Motivación: Vamos a aprender a hacer juegos de manos.

Modalidades de Trabajo: Realizar varios juegos de cartas o cromos y adquirir agilidad en el dominio de los trucos.

15. Objetivo: Conseguir tonicidad en las manos.

Instrumento: Músicas de diversos ritmos y armonías.

Actividad: Mover las manos.

Motivación: Vamos a aprender a bailar con las manos.

Modalidades de Trabajo: Mover libremente las manos al compás del ritmo y siguiendo expresivamente la melodía.

16. Objetivo: Conseguir expresividad con las manos.

Instrumento: Pañuelos.

Actividad: Accionar las manos.

Motivación: Vamos a representar una historia.

Modalidades de Trabajo: Explicar una historia, narración o cuento con el simple movimiento de las manos y sin palabra solicitar que el público adivine de qué historia se trata.

17. Objetivo: Conseguir resistencia con las manos.

Instrumento: Pesos.

Actividad: Soportar masas.

Motivación: Vamos a hacer concursos.

Modalidades de Trabajo: Aguantar planchas con las palmas de las manos y registrar la máxima resistencia. El mismo ejercicio con el dorso.

18. Objetivo: Conseguir creatividad con las manos.

Instrumento: Manos y el instrumento que se desee.

Actividad: Libre.

Motivación: Vamos a hacer una demostración.

Modalidades de Trabajo: Cada niño inventa una actividad original con sus manos.

19. Objetivo: Conseguir creatividad con las manos.

Instrumento: Manos y accesorios que se deseen.

Actividad: Imitación.

Motivación: Vamos a hacer un juego.

Modalidades de trabajo:

- Vamos a imitar a los pintores
- Vamos a imitar a los panaderos
- Vamos a imitar a los cocineros.

20. Objetivo: Conseguir creatividad con las manos.

Instrumento: Manos y accesorios que se deseen.

Actividad: Imitación.

Motivación: Vamos a hacer un juego.

Modalidades de Trabajo:

- Vamos a imitar a los guardias urbanos.
- Vamos a imitar a las peluqueras.
- Vamos a imitar a los motoristas.