

Fine Motor Arts and Crafts

Fine motor skills are those that involve use of small muscles in the hand, fingers, and thumb. With the development of fine motor skills, your child is able to complete more advanced tasks such as feeding, holding a writing utensil, and buttoning and unzipping clothes. Below is a list of fun fine motor activities that promotes refinement of small hand-coordination.

Lining. Draw squiggles, swirls, and lines and have your child line buttons, pompons, or cheerios on the lines. Step it up a notch and have them glue the objects onto the line.

Sticker fun. Help your child peel stickers and place them along lines on a paper.

Connect the stars. Encourage your child to peel and stick star stickers onto a sheet of paper. Using a crayon or marker, connect the stars.

Q-Tip dots. Have your child dip the q-tip into paint and create dots along lines in a picture. More information: line work, sticker fun, connect the stars, and q-tip dots allows a child to work on the small muscles in the fingers with varying functional grasps, promotes bilateral hand skills (i.e., hand-eye coordination), postural control and stability, and upper extremity control. Lining, sticker fun, connect the stars, and q-tip dot play stimulates development of skilled finger movements for later activities such as writing, cutting, climbing, and brushing.

Feed the animal. Decorate a tennis ball into an animal and cut a slit for the mouth. Have your child squeeze the tennis ball to open the mouth and feed it with small pieces of paper. More information: Finger strength is required for everyday self-care tasks including buttoning and zipping articles of clothing, cutting a steak at dinner, and flossing; it helps develop the endurance to complete tasks such as writing a full page; and helps with larger motor tasks including climbing play structures or holding rackets in racket sports.

Hole punch. Use a hole puncher to punch out different letters on a piece of paper. More information: hole punching allows a child to work on the small muscles in the fingers and palms of their hands through continuous opening and closing of the hand. The same muscles are used for gripping things like writing and eating utensils, toothbrush, and putting on socks and pants.

Sorting buttons. Have your child sort different colored buttons into the corresponding colored bank (cut a small slit in colored plastic containers).

Collecting Coupons. With your supervision, have your child cut out coupons of healthy snacks. More information: cutting allows a child to work on the small muscles in the fingers and palms of their hands through continuous opening and closing of the hand. The same muscles are used for gripping things like writing and eating utensils, toothbrush, and putting on socks and pants



Fine Motor Arts and Crafts

Find the top. Mix several bottles/containers and caps together and have your child match and screw the caps back on.

More information: sorting objects and colors and matching bottle tops targets perception and concepts, a subdomain of cognition (thinking skills), and offers practice with perceptual motor experiences. Perceptual motor deals with receiving information and motor deals with the outcome of the movement; sorting buttons and matching bottle tops helps a child develop body control and better bilateral hand coordination.

Paperclip train. Encourage your child to chain paperclips together.

More information: chaining paperclips take attention to detail (cognitive task), hand-eye coordination, and planning. In addition, this activity helps develop fine motor skills that are foundational to grasping and controlling writing utensils.

Lite Brite. Have your child create designs on the Lite Brite.

Colander and straws. Have your child stick straws into the colander's holes.

Spicy toothpicks. Place toothpicks into a spice bottle (with small holes).

More information: Lite Brite, colander and straws, and spicy toothpick play not only helps with fine motor development, but helps with perceptual-motor activities that require hand-eye coordination. Placing small plastic pegs or toothpicks into a panel or spice bottle promotes the pincer grasp, bilateral coordination of the child's hands, planning of what colors or designs to use (cognitive skill), and patience.

Spooning marbles. Use a spoon to spoon marbles into a bottle. Too difficult? Use a ladle and scoop soft air-filled pit balls into a large bucket.

Egg carton sorting. With tongs, have your child move colored pompons into an empty egg carton or a muffin pan.

More information: spooning marbles and egg carton encourages crossing midline (the invisible line in the middle of a child's body) that is an important developmental milestone that contributes to higher level motor skills; offers an opportunity to use a tool that translates to using other every day tools (e.g., toothbrush, hair brush, etc.); promotes hand-eye or visual tracking coordination; and offers opportunities for a child to learn to grade the speed and force when transferring marbles.

Band the pool noodle! Have your child stretch rubber bands or hair ties over a pool noodle.

Geoboard. Use rubber bands to create designs on a geoboard.

More information: your child will use his hands and fingers to stretch the band. Placing the bands over the pool noodle or geoboard promotes bilateral hand skills and upper extremity control that support more advanced motor skills.



Artes y Oficios de Motricidad Fina

Las habilidades motoras finas son aquellas que implican el uso de músculos pequeños en la mano, los dedos y el pulgar. Con el desarrollo de las habilidades motoras finas, su hijo/a puede completar tareas mas avanzadas como alimentar, sostener un utensilio de escritura y abrocharse y desabrocharse la ropa. A continuación hay una lista de actividades divertidas de motricidad fina que promueven el refinamiento de la coordinación manual pequeña.

Recubrimiento. Dibuje garabatos, remolinos y líneas y haga que alineé los botones, pompones o cheerios de su hijo/a en las líneas. Pídale que peguen los objetos en la línea para desafiar a su niño/a.

Calcomanías. Ayude a su hijo/a a pelar calcomanías y colocarlas a lo largo de líneas en un papel.

Conecte las estrellas. Anime a su hijo/a a pegar calcomanías de estrellas en una hoja de papel. Usando un crayón o marcador, conecta las estrellas.

Hisopos. Haga que su hijo/a sumerja los hisopos en la pintura y cree puntos a lo largo en una imagen.

Mas información: El trabajo de línea, la diversión con las pegatinas, conectar las estrellas y los hisopos le permiten al niño trabajar en los músculos pequeños de los dedos con diferentes agarres funcionales, promueve las habilidades bilaterales de las manos (es decir, coordinación mano-ojo), control postural y estabilidad y control de extremidades superiores. El forro, la diversión de la calcomanía, conectar, las estrellas y el juego de hisopos estimula el desarrollo de movimientos hábiles de los dedos para actividades posteriores como escribir, cortar, trepar y cepillarse.

Alimenta el animal. Decora una pelota de tenis en un animal y corta una hendidura para la boca. Haga que su hijo apriete la pelota de tenis para abrir la boca y alimentarla con pequeños trozos de papel.

Mas información: Se requiere la fuerza de los dedos para las tareas cotidianas de autocuidado, que incluyen abrocharse y desabrocharse ropa, cortar la comida en la cena, y usar hila dental para ayudar a desarrollar la resistencia para completar tareas como escribir una pagina completa y ayuda con tareas motoras mas grandes, incluida la escalando o sostener raquetas en deportes.



Artes y Oficios de Motricidad Fina

Perforadora. Usa un perforador para perforar diferentes letras en una hoja de papel.

Mas información: Perforar permite que un niño trabaje en los músculos pequeños de los dedos y las palmas de las manos a través de la apertura y el cierre continuos de la mano. Los mismos músculos se usan para agarrar cosas como escribir y comer utensilios, cepillo de dientes y ponerse calcetines y pantalones.

Botones de clasificación. Haga que su hijo/a clasifique botones de diferentes colores en el banco de colores correspondiente (corte una pequeña ranura en recipientes de plástico de colores).

Recolección de cupones. Con su supervisión, haga que su hijo/a recorte cupones de refrigerios saludables.

Mas información: El corte le permite al niño trabajar en los músculos pequeños de los dedos y palmas de las manos a través de la apertura y el cierre continuos de la mano. Los mismos músculos se usan para agarrar cosas como utensilios para comer y escribir, cepillo de dientes y ponerse calcetines y pantalones.

Encuentra la tapadera. Mezcla varias botellas/ recipientes y tapas juntas y haga que su hijo combine y atornille las tapas nuevamente.

Mas información: La clasificación de objetos y colores y las tapas de las botellas coinciden con los objetivos de percepción y conceptos, un subdominio de la cognición (habilidades de pensamiento y ofrece practica con experiencias motoras perceptivas). Las ofertas motoras perceptivas con la recepción de información y las ofertas motoras con el resultado de los botones de clasificación de movimientos y la correspondencia tapas de botellas ayuda a un niño a desarrollar el control del cuerpo y una mejor coordinación bilateral de manos.

Tren de clip. Anime a su hijo/a a encadenar clips.

Mas información: Encadenar clips presta atención a los detalles (tarea cognitiva), coordinación mano-ojo y planificación. Además, esta actividad ayuda a desarrollar habilidades motoras finas que son fundamentales para agarrar y controlar los utensilios de escritura.

Lite Brite. Haga que su hijo/a cree diseños en el juego de Lite Brite.

Colador y popotes. Haga que su hijo/a pegue popotes en los agujeros del colador.



Artes y Oficios de Motricidad Fina

Palillos de dientes picantes. Coloque palillos de dientes en una botella de especias (con pequeños agujeros).

Mas información: Lite Brite, colador y popotes, y el juego de palillos picantes no solo ayudan con el desarrollo motor fino, sino que también ayudan con las actividades perceptivas y motoras que requieren coordinación mano-ojo. Colocar pequeñas clavijas de plástico o palillos de dientes en un panel o botella de especias promueve el agarre de la pinza, la coordinación bilateral de las manos del niño, la plantificación de que colores o diseños usar (habilidad cognitiva) y la paciencia.

Cucharear canicas. Use una cuchara para poner canicas en una botella. ¿Demasiado difícil? Use un cucharón y saque las bolas de hoyo llenas de aire suave en un balde grande.

Clasificación del cartón de huevos. Con pinzas, haga que su hijo/a mueva pompones de colores en un cartón de huevos vacío o un panecillo.

Mas información: Cucharear canicas y cartón de huevos fomenta el cruce de la línea media (la línea invisible en el medio del cuerpo de un niño) que es un hito importante en el desarrollo que contribuye a las habilidades motoras de mayor nivel. Ofrece la oportunidad de utilizar una herramienta que se traduce en el use de otras herramientas de día (p. Ej., cepillo de dientes, cepillo para el cabello, etc.); promueve la coordinación de seguimiento visual o manual y ofrece oportunidades para que un niño aprenda a calificar la velocidad y la fuerza al transferir canicas.

Combine los fideos de la piscina. Haga que su hijo/a estire gomas elásticas o cintas para el pelo sobre un fideo de piscina.

Geoboard. Usa gomas para crear diseños en un geoboard.

Mas información: Su hijo/a usara sus manos y dedos para estirar la banda. Colocar las bandas sobre el fideo de la piscina o el geoboard promueve las habilidades bilaterales de las manos y el control de las extremidades superiores que admiten habilidades motoras mas avanzadas.

