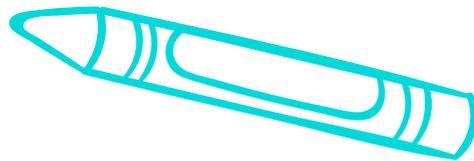


Estimula el
cerebro
de tu peque
(de 2 a 5 años)



Introducción

El crecimiento y desarrollo de nuestros pequeños es una aventura emocionante llena de descubrimientos, aprendizaje y exploración. En cada etapa de su vida, sus cerebros están en constante evolución, absorbiendo el mundo que los rodea de una manera única y sorprendente.

En este ebook, "**Estimula el Cerebro de Tu Peque**", encontrarás una guía de actividades cuidadosamente seleccionadas para niños de 2 a 6 años. Diseñadas para estimular habilidades sociales, físicas, manuales y comunicativas, estas actividades son mucho más que juegos; son oportunidades para nutrir el crecimiento integral de tu hijo.

Cada sección está adaptada a la edad de tu pequeño, acompañada por una breve visión sobre lo que está ocurriendo en su cerebro durante ese período. Nuestro objetivo es proporcionarte herramientas prácticas y divertidas que promuevan un desarrollo saludable y feliz en cada etapa clave de su vida.

Explora, juega y crea momentos significativos mientras te sumerges en estas actividades que fomentan la curiosidad, la creatividad y el amor por el aprendizaje en tu hijo. ¡Juntos, estimularemos el maravilloso cerebro de tu pequeño!

¡Acompáñanos en este viaje de descubrimiento y crecimiento!



Estimulación para Niños de 2 a 3 años

Creciendo Juntos:

A esta edad, los niños exploran el mundo a través de sus sentidos. Sus habilidades sociales se están desarrollando mientras aprenden a identificar y expresar emociones simples. Las actividades físicas y manuales los ayudan a fortalecer sus músculos y coordinación, y las interacciones comunicativas fomentan su desarrollo lingüístico.

Habilidades Sociales



- Salgan a dar un paseo, ya sea caminando o jalando un carrito, un coche de muñecas, para que explore el ambiente que lo rodea.
- Anímalo y enséñalo a que diga su nombre y su edad.
- Realicen bailes con los demás miembros de la familia y alaben sus logros.
- Lean cuentos juntos de imágenes grandes y poca letra, hazle preguntas de lo que ve para que él pueda responder.



Habilidades Físicas

- Realiza Masajes con aceite en su cuerpo en las noches antes de dormir o después de un rico baño.
 - Nombrar partes del cuerpo principales.
 - Entrenar subir escaleras. caminar en direcciones.
 - **ENSEÑARLE A SUBIR ESCALERAS:**

Primero tomado de las 2 manos y animándolo con frases de poder. Coloca un juguete en la parte de arriba y tomado de la baranda con una sola mano instalo a subir, también puede tomado de tu mano. Debes iniciar con pocos escalones y a medida que afianza el patrón, aumenta el número de escalones y el alternar los pies.



Estimulación para Niños de 2 a 3 años

Habilidades Manuales



- Jugar con plastilina.
- Pintar con los dedos en diferentes materiales.
- Las fichas lego son un gran asociado para realizar ejercicios de estimulación.
- Explícale como ensartar las fichas para que cree torres de 4 y 5 legos.
- Alista dos botellas plásticas de gaseosa, que la boca no sea muy amplia, coloca un plato con frijoles y lentejas revueltos. Indícale que debe introducir en una botella solo las lentejas y en el otro solo frijoles. Supervisa que en lo posible siempre utilice las yemas de los dedos pulgar e índice.
- Puedes jugar bolos, con botellitas de refresco, vasos plásticos, mientras a él le va a encantar el sonido y el derrocarlos, tú estás estimulando la coordinación visomotora.

Habilidades Comunic.

- Cantar canciones infantiles fáciles para ellos.
- Escuchar cuentos cortos de animales o situaciones cotidianas.
- Juega a simular llamadas por teléfono con los familiares más cercanos.
- Realiza juegos donde el deba escuchar muy atento una orden como "Simón dice" y la ejecute.
- Jueguen a imitar sonidos de objetos de la casa que suenan y adivinar de quien se trata.
- Jueguen a imitar sonidos de animales y adivinar de quien se trata.



Estimulación para Niños de 3 a 4 años

Descubriendo Juntos:

A esta edad, los niños comienzan a comprender y expresar emociones más complejas. Establecen rutinas simples y participan en interacciones sociales más estructuradas. Sus habilidades físicas y manuales se desarrollan mientras exploran el mundo que los rodea.

Habilidades Sociales



- Reconoce las caras de triste, alegría, enojo, etc. de las diferentes emociones e identifica en que situaciones del día estas emociones lo embarcan.
- Juegan a imitar emociones y los demás miembros de la familia adivinan cual es.
- Empieza a enseñarle las reglas y normas de la casa, mediante imágenes que puedes colocar en los diferentes sitios donde las debe aplicar. (Guardar los juguetes, la imagen debe estar pegada en el cuarto donde él juega).
- Jugar en familia juegos de mesa, donde al iniciar se explican las reglas del juego. Esto les ayuda a ser más sociales.
- Lean juntos cuentos que dejen una moraleja, para que le expliques el respeto, el ayudar, el compartir, etc.
- Inventa situaciones con imágenes donde él de solución al problema que presenta un personaje.



Habilidades Físicas

- Ayudale a dar saltos en dos pies, puede ser imitando animales.
- Hacer carreras donde salten en dos pies al llegar a una meta.
- Realizar una carrera con obstáculos donde salte, gatee y corra.
 - Haz que monte en su triciclo por un buen rato a diario.
- Crea el hábito de dar un paseo al parque para aprender a trepar, sortear obstáculos y correr sin caerse.

Estimulación para Niños de 3 a 4 años

Habilidades Manuales



- Una actividad muy divertida y de gran provecho es hacer arepas, galletas con los niños, déjalo que amase, se unte y coma masa. Permítele moldear a su antojo la masa, luego la cocinas y se las das para que las coma, él estará muy contento y así trabajas coordinación viso manual, fuerza digital, creatividad, etc.
- Enséñale a ponerse las medias, los zapatos y poco a poco otras prendas. Recuerda esto necesita de tiempo, son actividades complejas.
- Déjalo que inicie a peinarse, cepillarse dientes, lavar manos solito, luego le dices que tú das unos toques finales.
- Puedes imprimir una imagen y explicarle como la puede rellenar de bolitas de papel de colores.
- En una pizarra o tablero y con marcadores borrables dejalo que haga de manera libre dibujos. No olvides resaltar su esfuerzo.
- Puedes buscar vídeos de actividades manuales sencillas y realizarlas juntos, pero baja tus expectativas en perfección, necesitamos que sea un rato de amor, de estimulación y no de regaños o palabras que anulan.



Habilidades Comunic.

- Lean cuentos juntos y aclara el significado de las palabras que él no conoce.
- Habla con tu hijo sobre las actividades que hicieron en el día. Utiliza un lenguaje sencillo y oraciones cortas, pero procura pronunciar bien las palabras y usarlas correctamente.
- Hazle preguntas sencillas sobre un vídeo que hayan visto, película o canciones.
- Enséñale a inventar oraciones dándole 2 o 3 palabras.

Estimulación para Niños de 4 a 5 años

Aprendiendo Juntos:

A esta edad, los niños están refinando sus habilidades sociales y emocionales. Comienzan a reconocer y manejar mejor sus emociones, al mismo tiempo que aprenden habilidades comunicativas más complejas. Las actividades físicas y manuales les ayudan a mejorar su coordinación y habilidades motoras finas.

Habilidades Sociales



- A través de cuentos de emociones enseñale a reconocerlas y con ejercicios de respiración, guíalo a gestionar su emoción.
- Realicen actividades en casa como servir alimentos, baño de manos, donde el niño deba esperar su turno, compartir con otros.
- Jueguen a realizar situaciones de la vida real, como jugar al salón de belleza, al restaurante, a la oficina, etc. Así estimulas el juego de roles.
- Hazle preguntas sobre sus intereses y sobre lo que piensan, les ayudará a expresarse mejor y a pensar de manera crítica. Al hacer preguntas, le estás enseñando a escuchar activamente.
- Adquiere libros para trabajar las emociones: Estos libros tienen como objetivo, identificar las emociones en sí mismos, se identifiquen con los personajes y con ellos aprendan los comportamientos, normas y emociones. Ejemplos de cuentos y libros; "Mi cuerpo me envía una señal", "La luz de Lucía".



Habilidades Físicas

- Explícale como se juega la Rayuela o golosa, juntos pueden hacer el esquema en el piso con cinta o con marcador borrable. Con este juego estimulas el salto, equilibrio y coordinación, (Como beneficio adicional, también puede ayudar a practicar las habilidades numéricas).

Estimulación para Niños de 4 a 5 años



Habilidades Físicas

- Jueguen con globos y burbujas ya que son una manera única de desarrollar las habilidades motoras gruesas porque no se puede predecir hacia dónde irán. El niño debe reventar el mayor número de burbujitas posibles. Mientras las persiguen, tienen que correr, saltar puede ser en dos pies, en un pie en zigzag.
- Realiza una pista de obstáculos, puedes hacerla con cojines, sillas, tapetes pequeños, para que el niño la pase saltando, corriendo, arrastrándose, etc.
- Incentívalo a montar su triciclo, bicicleta y a estar en continuo movimiento por supuesto con tu supervisión.
- Escojan en familia una canción que les encante a todos y hagan la coreografía, pasarán un rato muy agradable y en el niño se potencializan la coordinación y el ritmo.

Habilidades Manuales



- Realiza plastilina casera y moldear imágenes de manera libre.
- Puedes imprimir guías de dibujos y el niño las pinta con su dedito untado de temperas de su color favorito, luego puede pasar a pintar con pincel.
- Imprime guías y hacer que el niño las pique con punzón. También las puede rellenar con bolitas de papel pequeñas, con punticos de colores.
- Entrégale revistas para que inicie el proceso de cortar con tijeras. Primero en línea vertical, horizontal y luego recortando la imagen.
- Enhebrar cuencas, realizar un collar con macarrones y pintarlo con temperas.
- A esta edad pueden armar rompecabezas de 12 fichas medianas.
- Jueguen a agrupar ropa de la familia por color, por uso, por tamaños etc.
- Explícale como vestirse y desvestirse, como doblar las prendas de vestir.



Habilidades Comunic.

- Invítalo a cantar canciones sencillas y recitar rimas infantiles para mostrar el ritmo y el patrón de expresión
- Jueguen a usar canciones, adivinanzas o rimas en las actividades diarias.
- Implementa juegos que permiten imitar los sonidos de los animales y de las cosas, asociados a imágenes, títeres y objetos.
- Fomenta leer un libro con el niño en un horario específico, donde lo dejes leer las imágenes sin cuestionar y luego tú le vas a leer la historia.
- Realicen grabación de voz o vídeos donde canten, cuenten historias, chistes y el niño las puede reproducir y verse.



Estimulación para Niños de 5 a 6 años

★ Experimentando Juntos:

A esta edad, los niños están desarrollando un mayor autocontrol y una comprensión más profunda de las relaciones sociales. Sus habilidades físicas se vuelven más ágiles y coordinadas, y su creatividad y habilidades comunicativas se expanden a través del arte y la narración.

Habilidades Sociales



- Enséñale cuales son sus partes íntimas, como cuidarlas. Y como protegerse ante una situación de abuso.
- Jueguen a los abrazos musicales: Los niños bailan por la sala mientras suena la música. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra.
- Imprime imágenes de situaciones diarias, por ejemplo, un niño empujando a otro, un niño dando un regalo, etc. Sé las presentas al niño y él debe expresar, ¿Cómo se sienten esas personas?, ¿Por qué se siente así?, ¿Qué harías tú en su lugar? Y ¿Cómo podrías ayudar? En esta actividad estas trabajando: Identificar los problemas, la toma de decisiones y la resolución de conflictos.
- Escoge películas o videos cortos. Selecciona los que muestren buenos ejemplos de habilidades sociales, y luego crean una discusión sobre la película después de verla o haces preguntas mientras están viendo el video. Pueden terminar con un dibujo.
- Inscríbelo en actividades de deportes o extraescolares que sean del agrado del niño, estas fomentan las interacciones sociales con otros niños.
- Jueguen loterías de emociones.
- Ya puede colaborar en oficios de la casa, recoger juguetes, ayudar a poner la mesa, ducharse y vestirse solo, doblar la ropa.





Habilidades Físicas

- Los niños a esta edad deben tener 2 a 3 horas diarias de actividad física.
 - En el piso dibuja con tiza, marcador borrable o cinta de enmascarar líneas vertical, horizontal, curva zigzag y anímalo a pasar con los pies muy juntitos por ellas, luego en puntitas de pies, en talones.
 - Incentiva al niño a caminar pateando un balón en línea recta hasta un punto determinado.
 - Enséñale a saltar lazo. En YouTube hay videos para que consultes el orden de como enseñarle.
 - Realiza competencias de saltos, carreras con otros niños o en contra reloj.
 - Ya es hora de iniciar el manejo de la bicicleta. Anímalo a montarla.
 - Enséñale a realizar rollos y botes en colchoneta.
 - Al salir al parque déjalo que suba solito al rodadero, el columpio y demás juegos. Tu papel es supervisar y evitar accidentes.



Habilidades Manuales

- 
- A esta edad les encanta realizar manualidades: porta lápices con tubo de papel higiénico, Porta retratos con palitos de paleta, títeres con medias, busca en YouTube este tipo de actividades.
 - Ya puede en plastilina, arcilla, greda, moldear teniendo como referencia un modelo.
 - Realiza construcciones con legos.
 - Invítalo a pintar con temperas y pincel, realizar cuadros con sus dibujos.
 - Enséñale a atar los cordones de los zapatos.



Habilidades Comunic.

- Jueguen con otros miembros de la familia al teléfono roto, a veo, veo.
- Muéstrole imágenes para que invente un cuento donde intervengan estos objetos.
- Inventa adivinanzas de animales, objetos de casa, utensilios de aseo, etc.
 - Inventen canciones, jueguen karaoke.
- Jugar en familia por parejas, a el espejo, una persona realiza movimientos y su compañero debe imitarlo. Después se podrán intercambiar los roles.
- Leer cuentos cortos. Dependiendo de las letras que ha aprendido en su proceso de lectura.



¡Únete a mi Sin Cuadernos

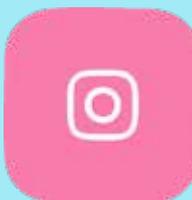
¿Deseas seguir explorando un mundo de aprendizaje único y creativo para tu pequeño? En "Mi Mundo sin Cuadernos", llevamos la educación a un nivel diferente, fomentando el aprendizaje a través de la curiosidad, la exploración y el juego.

Nuestra plataforma ofrece una variedad de herramientas y recursos diseñados para inspirar el crecimiento integral de tu hijo. Desde encuentros sincrónicos diarios hasta clases especializadas de inglés y música, estamos comprometidos a brindar experiencias educativas enriquecedoras que estimulen la mente y el corazón de tu pequeño, desde la comodidad de tu casa o cualquier parte del mundo.

¡Descubre cómo podemos ser parte del viaje educativo de tu hijo! Visita nuestro sitio web www.mimundosincuadernos.com para obtener más información sobre nuestra plataforma, programas y filosofía educativa. ¡Estamos emocionados de ser parte de esta maravillosa aventura educativa con tu familia!



+57 321 9238218



@mimundosincuadernos



@mimundosincuadernos

