



# GUÍA PRÁCTICA PARA ESTIMULAR SU DESARROLLO EN CASA

Aunque tu hijo aún no esté listo para empezar el colegio, este es un momento clave para su desarrollo. Lo que aprende en casa -jugando, explorando y compartiendo contigo- es tan valioso como cualquier lección formal.

En esta guía te compartimos ideas simples y efectivas para acompañarlo con amor y conciencia durante estos primeros años.

## 1. ACTIVIDADES SENSORIALES Y DE EXPLORACIÓN TEMPRANA

Explorar el mundo con los sentidos es una forma natural de aprender. Aquí tienes ideas fáciles con materiales que probablemente ya tienes en casa:

- > Bolsas sensoriales con gel y objetos pequeños (texturas, colores).
- > Pintura con los dedos (puedes usar yogur natural con colorante).
- > Exploración con arroz o lentejas (estimula la motricidad fina).
- > Cajas de descubrimiento: objetos seguros con diferentes formas, pesos y sonidos.

*Edad recomendada: desde los 8 meses en adelante, siempre con supervisión.*

## 2. JUEGOS QUE FORTALECEN EL LENGUAJE Y LA ATENCIÓN

El desarrollo del lenguaje ocurre a través del juego, la imitación y la interacción constante.

- > Cantar canciones con gestos (como "Estrellita" o "Los pollitos").
- > Jugar al eco: repetir sonidos y palabras en forma de juego.
- > Cuentos cortos con imágenes grandes: invítalo a nombrar lo que ve.
- > "¿Dónde está?": esconder objetos y ayudarlo a encontrarlos.

*Usa una voz tranquila y pausada, y responde siempre con entusiasmo a sus intentos de hablar.*

## 3. RUTINAS QUE FAVORECEN LA AUTONOMÍA

Incorporar pequeñas responsabilidades diarias fortalece su seguridad y prepara el terreno para futuras transiciones escolares:

- > Guardar sus juguetes después de usarlos.
- > Elegir entre dos opciones de ropa.
- > Comer solo con cuchara (aunque derrame).
- > Participar al lavar las frutas o poner la mesa con ayuda.

*Repetir estas acciones con paciencia y sin corregir en exceso es clave.*

## 4. HABILIDADES SOCIALES DESDE EL HOGAR

Desde los primeros años, tu hijo puede aprender a relacionarse, compartir y reconocer emociones:

- > Nombrar emociones: "Veo que estás triste... ¿quieres un abrazo?"
- > Turnarse con un adulto para jugar con un objeto.
- > Jugar con otros niños en ambientes seguros.
- > Observar cómo tú manejas tus propias emociones (modelado emocional).

*El hogar es el primer espacio donde aprende sobre respeto, empatía y autocontrol.*

## 5. CÓMO CREAR UN AMBIENTE SEGURO Y ESTIMULANTE

No necesitas una casa llena de juguetes. Lo más importante es ofrecer un entorno que invite a explorar con confianza:

- > Espacios delimitados pero libres de peligros (esquinas, enchufes, objetos pequeños).
- > Cestas accesibles con materiales variados.
- > Tiempo libre sin pantallas.
- > Un adulto presente, sin prisas, dispuesto a jugar.

*Tu atención es el mejor estímulo. Estar ahí, sin distracciones, tiene un impacto enorme.*

## ¿PARA QUIÉN ES ESTA GUÍA?

- > Padres y madres primerizos.
- > Familias que aún no desean escolarizar pero sí estimular.
- > Quienes quieren fortalecer el vínculo desde el juego y el día a día.