

Estimulación temprana por etapas



Educación y
Liderazgo



Fundación
Coppel

Fuente:
unicef.org

LOS ESTÍMULOS para fortalecer el cuerpo de un bebé, así como el desarrollo de emociones, habilidades sociales e intelectuales son ejercicios y tipos de juego que se pueden recibir desde los tres meses de edad y hasta los cinco años.

Todo es cuestión de darle la estimulación adecuada en el momento ideal para el buen funcionamiento de los sentidos, pensamiento, aprendizaje y movilidad.

Éstas son algunas ideas para estimular el aprendizaje de tu bebé en cada fase de su desarrollo.

0 a 3 meses

- Acuéstalo boca arriba, toma sus brazos y levántalo despacio y con suavidad.
- Luego acuéstalo de lado para que se incorpore de nuevo.
- Déjalo boca arriba, estira y flexiona suavemente sus piernas.
- Coloca una sonaja en su mano y ayúdalo a agitarla para que imite el movimiento.
- Cuida que no se golpee.



4 a 6 meses

- Toma su mano y señala diferentes partes de su cuerpo, llámalas por su nombre, como pie, nariz, frente u ojo.
- Colócalo frente a un espejo y di su nombre, juega a que encuentre su reflejo.
- Al alimentarlo y vestirlo, háblale y sonríele constantemente.



7 a 9 meses

- Mientras gatea o intenta gatear, muéstrale un juguete y trata de que lo agarre para que se apoye con una sola mano.
- Llévalo al parque para que escuche diferentes sonidos, muéstrale de dónde vienen.
- Pídele que te pase un objeto que él conozca, como su vasito o una sonaja. Cuando lo haga dale las gracias.



9 meses a 1 año

- Invítalo a meter y sacar objetos de un bote de boca ancha.
- Jueguen con plastilina o masa para moldear.
- Enséñale a soplar usando un silbato o burbujas de jabón.



1 a 1.5 años

- Amarren un carrito y enséñale a jalarlo caminando hacia atrás.
- Jueguen a señalar y nombrar los objetos que lo rodean.
- Deja que coma solo aunque haga tiradero. Ten paciencia, habrá que limpiar pero él aprenderá mucho.



1.5 a 2 años

- Invítalo a saltar desde pequeñas alturas, como una banqueta o escalón.
- Jueguen a tapar y destapar recipientes de plástico.
- Deja que ayude al vestirse, puedes ir nombrando las prendas y preguntarle dónde van.



2 a 3 años

- Enséñale a pararse de puntitas.
- Corran tras una pelota.
- Léele cuentos cortos haciendo voces y gestos; hazle preguntas simples sobre lo leído.



3 a 4 años

- Armen rompecabezas de pocas piezas y grandes.
- Bailen juntos y pongan pasos sencillos que él pueda coordinar.
- Incluyan juegos para clasificar objetos por color y tamaño.



5 años

- Enséñale a darse maromas.
- Marca una línea en el suelo y pídele que camine sobre ella, tratando de no salirse.
- Enséñale adivinanzas sencillas, motivarlos a que invente otras.



**Inténtalo y ve
paso a paso con
tu bebé**



**Fundación
Coppel**

**Fuente:
unicef.org**