Principios de respeto,

ritmo y vínculo afectivo en la Estimulación Temprana AMEPTA

En AMEPTA creemos que la verdadera Estimulación no comienza con el movimiento, ni con el material, ni siquiera con la canción: **Comienza con la relación.**

Nuestro enfoque se fundamenta en tres principios esenciales que dan sentido y profundidad a cada actividad que proponemos:

- Respeto
- Ritmo
- Vínculo afectivo

Estos tres pilares son la brújula que guía nuestras sesiones, asegurando que cada experiencia sea no solo educativa, sino auténticamente humana y transformadora.

1. PRINCIPIO DE RESPETO

Respetar al niño significa reconocerlo como un ser competente, valioso y digno de ser escuchado desde el primer día de vida.

En Estimulación Temprana, el respeto se traduce en:

- Observar sus señales y responder a ellas sin imponer.
- Reconocer y aceptar sus tiempos, necesidades y emociones.
- No forzar movimientos, actividades ni interacciones.
- Permitir que el niño tome decisiones pequeñas dentro de un ambiente seguro: ¿quiere tocar?, ¿quiere moverse?, ¿prefiere observar?

"El respeto no acelera, acompaña. No dirige, invita."

En AMEPTA, cada actividad comienza con una pregunta interna:
¿Cómo puedo invitar a este niño a explorar su mundo, respetando su manera única de habitarlo?

2. PRINCIPIO DE RITMO
Cada ser humano, y especialmente cada bebé, tiene un ritmo interno propio.

El desarrollo infantil no es una carrera, ni una lista de logros que deben completarse apresuradamente.

Respetar el ritmo implica:

- Entender que el desarrollo neurológico sigue etapas naturales que no deben forzarse.
- Adaptar las actividades al momento emocional, físico y sensorial del niño en cada sesión.
- Reconocer cuando un bebé necesita más repetición, más pausa, más movimiento o más observación antes de pasar a un siguiente nivel.
- Variar los tiempos de estimulación y descanso para evitar la sobrecarga sensorial.

"No se trata de ir más rápido. Se trata de llegar más profundo."

En AMEPTA, el ritmo de cada niño marca la melodía de la sesión, no el programa prediseñado.

3. PRINCIPIO DE VÍNCULO AFECTIVO
El vínculo afectivo es el lazo invisible pero poderosísimo que conecta emocionalmente al niño con su entorno y con quienes lo cuidan.

En Estimulación Temprana, fortalecer el vínculo implica:

- Crear un ambiente de seguridad emocional antes que cualquier estímulo físico o cognitivo.
- Usar el contacto visual, la sonrisa, el tono de voz y el abrazo como puentes para aprender.
- Entender que el aprendizaje más profundo ocurre en un contexto de confianza, amor y aceptación.
- Promover la participación activa y amorosa de los padres o cuidadores en cada sesión.

"No hay desarrollo sin emoción. No hay aprendizaje sin vínculo."

En AMEPTA, cada juego, cada canción, cada movimiento es también una oportunidad para fortalecer la confianza, el amor y la conexión.

CONCLUSIÓN

La Estimulación Temprana verdaderamente transformadora no se mide solo en hitos alcanzados, sino en la profundidad del respeto mostrado, en la armonía del ritmo seguido y en la fuerza del vínculo creado.

Estimular respetando.
Enseñar sintiendo.
Acompañar amando.

Eso es Estimulación Temprana AMEPTA.

¿Por qué la música potencia el neurodesarrollo?

Desde los primeros latidos del corazón en el vientre materno hasta los movimientos espontáneos de un bebé al escuchar una melodía, la música está profundamente entrelazada con el proceso de desarrollo humano.

En Estimulación Temprana, la música no es solo un adorno alegre: es una herramienta esencial que actúa como un potente organizador neurológico.

En **AMEPTA,** utilizamos la música de manera estratégica para activar y relajar, integrando y fortaleciendo los circuitos cerebrales de los bebés y niños pequeños, sabiendo que cada nota, ritmo y melodía siembra conexiones que impactarán toda su vida.

1. LA MÚSICA ORGANIZA Y CONECTA REDES NEURONALES

Cuando un niño escucha o participa en una actividad musical:

- Se activan simultáneamente áreas del cerebro asociadas con la audición, el movimiento, el lenguaje, la memoria, las emociones y la atención.
- Se crean conexiones sinápticas ricas que promueven la integración de diferentes funciones cerebrales.
- Se fortalece la comunicación entre los hemisferios cerebrales a través del cuerpo calloso, mejorando la coordinación motora y la lateralidad.

"La música construye puentes neuronales invisibles pero poderosos."

2. EL RITMO REGULA EL CUERPO Y LA MENTE

El ritmo musical ayuda a:

- Regular el sistema nervioso autónomo (respiración, frecuencia cardíaca, tono muscular).
- Sincronizar el movimiento corporal con patrones predecibles, lo que favorece el equilibrio y la coordinación.
- Mejorar la autorregulación emocional: canciones con tempo lento calman, canciones alegres energizan.

En bebés y niños pequeños, el ritmo se convierte en un ancla interna que les da seguridad, estructura y bienestar.

3. EL CANTO FAVORECE EL DESARROLLO DEL LENGUAJE

El lenguaje hablado y el canto comparten bases neurológicas comunes:

- Cantar expone al bebé a patrones sonoros, sílabas, tonos y variaciones rítmicas fundamentales para la adquisición del habla.
- Las canciones repetitivas fortalecen la memoria auditiva y el procesamiento fonológico.
- La música facilita la expansión del vocabulario de manera natural y divertida.

"Donde hay música, florecen palabras."

4. LA MÚSICA ESTIMULA EL DESARROLLO EMOCIONAL

La música activa el sistema límbico, responsable de las emociones. A través de ella:

- Los bebés experimentan y expresan emociones básicas como alegría, sorpresa o calma.
- Se refuerza la empatía y la conexión emocional cuando el adulto canta, se balancea o responde a las reacciones del niño.
- La música crea recuerdos emocionales positivos profundamente anclados en la memoria afectiva.

En la Estimulación Temprana AMEPTA, cada canción es también un acto de amor.

5. LA PARTICIPACIÓN MUSICAL FAVORECE EL DESARROLLO MOTOR

Al acompañar la música con movimiento:

- Se fortalecen las habilidades motoras gruesas (marcha, saltos, giros) y finas (palmeo, agarre).
- Se estimula la integración sensorial y propioceptiva.
- Se desarrolla la conciencia corporal, el equilibrio y la coordinación bilateral.

Música + Movimiento = Sinfonía de desarrollo integral.

CONCLUSIÓN

La música es uno de los estímulos más completos, naturales y potentes para el neurodesarrollo infantil.

A través de la música, el cerebro crece, el cuerpo se organiza, las emociones se expresan y el lenguaje florece.

En AMEPTA, sabemos que cada canción que entonamos, cada ritmo que marcamos y cada melodía que compartimos es una semilla de posibilidades infinitas sembrada en el corazón y la mente de cada niño.

Estimular es jugar.
Jugar es sentir. Sentir es crecer.
Y con la música, todo sucede al mismo tiempo.

Criterios generales
para elegir música en Estimulación Temprana:

- **Simplicidad melódica: melodías claras, repetitivas y fáciles de seguir.**
- **Ritmo predecible: patrones rítmicos constantes, sin cambios abruptos.**
- **Letra corta y significativa: palabras simples, repetidas, asociadas a acciones o emociones.**
- **Tono de voz cálido y natural: preferir voces humanas suaves sobre efectos electrónicos.**
- **Tempo adecuado: velocidad adaptada al estado emocional y motor del niño (lento para relajación, moderado para movimiento).**

CRITERIOS ESPECÍFICOS POR EDAD:

Edad	Características del desarrollo	Tipo de música recomendada
0-6 meses	Predomina la percepción auditiva básica, reconocimiento de la voz materna.	- Canciones de cuna - Melodías suaves y lentas - Instrumentación acústica
6-12 meses	Mayor respuesta al ritmo y patrones repetitivos.	- Canciones con palmeos o juegos de manos - Ritmos moderados y predecibles
12-24 meses	Comienza la imitación motora y el balbuceo rítmico.	- Canciones de movimiento - Juegos de imitación corporal - Rimas cortas y repetitivas
2-3 años	Aumento de vocabulario y coordinación motora.	- Canciones con acciones (saltar, girar, tocar partes del cuerpo) - Canciones que nombran emociones o rutinas
3-4 años	Desarrollo de la memoria auditiva y del juego simbólico.	- Canciones narrativas - Cuentos cantados - Canciones de roles o profesiones
4-6 años	Capacidad para seguir secuencias y coordinar grupos musculares grandes.	- Canciones coreografiadas - Juegos musicales estructurados - Canciones de preguntas y respuestas

ELEMENTOS A EVITAR EN LA MÚSICA PARA ESTIMULACIÓN TEMPRANA:

- 🚫 Tempos excesivamente rápidos o frenéticos.
- 🚫 Letras muy largas o complejas difíciles de seguir.
- 🚫 Efectos sonoros estridentes o sobresaturados.
- 🚫 Cambios bruscos de volumen o tono que puedan sobreestimular.
- 🚫 Ritmos agresivos o estresantes (como música de percusión pesada no adaptada).

CONCLUSIÓN

La selección musical no es un detalle menor: es una decisión pedagógica y neurosensorial crucial.

En AMEPTA, cada canción propuesta responde al principio de acompañar el desarrollo natural, conectando emoción, movimiento y lenguaje de manera respetuosa y armoniosa.

La música adecuada no solo se escucha: se siente, se mueve, se vive... y se recuerda para siempre.

Estructura de la Clase
perfecta en Estimulación Temprana AMEPTA

En AMEPTA, creemos que una sesión de estimulación temprana efectiva no sucede al azar.
Cada momento está planeado para acompañar el neurodesarrollo del niño, respetando su ritmo natural, fortaleciendo el vínculo afectivo y potenciando sus habilidades motoras, sensoriales, cognitivas y emocionales.
Por eso, estructuramos nuestras clases siguiendo una secuencia clara, armónica y flexible, que facilita la conexión, el aprendizaje y el disfrute.

Saludo Musical: Conexión y Preparación

Duración: 5 minutos

- Se inicia la sesión con una canción de saludo alegre y predecible.
- Permite que el niño anticipe el inicio de la actividad y entre en un estado emocional positivo.
- Favorece la atención conjunta (mirada compartida entre adulto y niño).
- Reafirma el sentido de pertenencia al grupo o a la dinámica.

Calentamiento Motor: Activación Corporal

Duración: 15 minutos

- Prepara el cuerpo para el movimiento consciente.
- Estimula la coordinación bilateral, la organización corporal y la integración sensorial.
- Ayuda a liberar tensiones y regular el tono muscular.
- Facilita que el niño entre en modo exploración activa.

Actividad Central: Exploración y Aprendizaje

Duración: 20 minutos

- Es el núcleo de la clase donde se trabaja el objetivo principal de desarrollo: motor, sensorial, cognitivo, lingüístico y socioemocional.
- Se plantean actividades que integren el movimiento, los sentidos y la música de manera significativa.
- Se respeta la iniciativa del niño, permitiendo exploraciones libres dentro de un marco seguro y estructurado.

Cierre Emocional: Regulación y Despedida Afectiva

Duración: 5 minutos

- Momento de transición hacia el descanso o hacia la siguiente actividad.
- Favorece la regulación emocional: pasar del estado de activación al estado de calma.
- Refuerza el vínculo afectivo positivo y deja un recuerdo emocional agradable de la sesión.

NO OLVIDES . . .

Repetir las actividades 3 veces con el objetivo primero de comprender la actividad, la segunda afinar la ejecución y la tercera la consolidación del aprendizaje. Sólo dale una variación, cambiando la dinámica: bebé frente a mamá, bebé frente a bebé y de manera grupal.

¿CÓMO AGRUPAMOS A LOS NIÑOS?

Esta es una de las preguntas más frecuentes y la respuesta es: **agrupa a los niños con características del desarrollo similares.** Tenemos la siguiente recomendación:

Recomendamos no iniciar la Estimulación Temprana desde el nacimiento porque es fundamental respetar un periodo de adaptación tanto para el bebé como para la madre. En las primeras semanas, el recién nacido se está ajustando a su nuevo entorno, mientras su sistema nervioso aún madura.

Al mismo tiempo, la madre atraviesa un proceso de recuperación física y emocional, estableciendo el vínculo afectivo y las rutinas básicas de cuidado. Por ello, se recomienda comenzar la estimulación a partir del segundo mes, favoreciendo una transición más natural, segura y respetuosa para ambos.

Saludos musicales

Enero

Hola, hola, ya llegó,
un nuevo año que empezó.

Enero viene con calor,
de abrazos, juegos y mucho amor.

Hola, hola, vamos a jugar,
con Miss y amigos sin parar.

Movemos manitas con emoción,
¡así empieza la Estimulación!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular el contacto afectivo, el reconocimiento del entorno y el movimiento suave.

Desarrollo de la dinámica:

- Inicio ("Hola, hola, ya llegó..."): La mamá o la guía sostiene al bebé en brazos o lo tiene en su regazo. Mientras canta, hace pequeños balanceos suaves de lado a lado, simulando la llegada del nuevo año.
- ("Enero viene con calor..."): Se le da un pequeño abrazo al bebé o se acaricia suavemente su espalda, reforzando el vínculo afectivo.
- ("Hola, hola, vamos a jugar..."): Se pueden mostrar objetos llamativos (maracas, pañuelos) para invitar a la atención visual.
- ("Movemos manitas con emoción..."): Se toma suavemente al bebé de sus manitas y se las mueve hacia arriba y abajo, o se hacen pequeños toques rítmicos con los dedos en la palma del bebé.
- Cierre: La guía sonríe y hace contacto visual directo con el bebé, reforzando el momento con voz suave y afectiva.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Estimular el movimiento rítmico, el lenguaje corporal y la interacción social.

Desarrollo de la dinámica:

- Inicio ("Hola, hola, ya llegó..."): Los niños están de pie en círculo. La guía canta y hace una caminata en círculo con los niños (puede sostenerse de las manos o caminar libremente).
- ("Enero viene con calor..."): Todos hacen un abrazo colectivo (abrazan su propio cuerpo o se abrazan por parejas con apoyo del adulto).
- ("Hola, hola, vamos a jugar..."): La guía invita a dar pequeños saltitos o girar en el lugar con música.
- ("Movemos manitas con emoción..."): Juegan a imitar a la guía: manos arriba, abajo, en círculos, aplauden.
- Cierre: Todos se sientan y saludan por nombre a un compañero con una sonrisa o un "choque de palmas".

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Fomentar la integración grupal, el movimiento rítmico y la expresión emocional.

Desarrollo de la dinámica:

- Inicio ("Hola, hola, ya llegó..."): Se invita a los niños a hacer una entrada divertida al salón, desfilando con pasos libres como si llegaran a una fiesta.
- ("Enero viene con calor..."): Juego de "calorcito": los niños hacen como que se abanicaran con las manos, luego abrazan a un amigo o a sí mismos.
- ("Hola, hola, vamos a jugar..."): Juego de imitación con la guía: saltan, se agachan, giran o hacen gestos divertidos.
- ("Movemos manitas con emoción..."): Se propone una mini coreografía con palmas, giros de manos y movimientos amplios.
- Cierre: Todos hacen una pose final con las manos en forma de corazón diciendo juntos: "¡Así empieza la Estimulación!"

Saludos musicales

Febrero
Hola, hola, febrero llegó,
con corazones y mucho amor.

Jugamos juntos con emoción,
¡empieza la Estimulación!

Hola, hola, vamos a cantar,
con nuestros amigos a jugar.

Manos arriba y palmas dar,
¡febrero juntos vamos a disfrutar!

Bebés de 3 a 12 meses
Objetivo: Estimular el vínculo afectivo, el lenguaje musical y la motricidad pasiva.
Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, febrero llegó..."): La guía o mamá sostiene al bebé en brazos o en su regazo, y canta moviéndose suavemente al ritmo. Puede acariciar el pecho del bebé en forma de corazón mientras dice "con corazones y mucho amor".
- ("Jugamos juntos con emoción..."): Juega a mover los bracitos del bebé suavemente, como si "volaran" hacia los lados. Se pueden usar pañuelos de colores suaves o corazones de fieltro.
- ("¡Empieza la estimulación!"): Con voz alegre, la guía hace contacto visual con el bebé y le sonríe ampliamente, marcando el inicio de la clase.
- ("Hola, hola, vamos a cantar..."): Se reproducen sonidos suaves de campanitas o se acompaña con palmadas suaves guiadas.
- ("Manos arriba y palmas dar..."): Se alzan las manitas del bebé hacia arriba con ayuda y se hacen palmadas suaves, con el adulto diciendo: "¡Así se saluda en febrero con amor!".

Niños de 1 a 3 años
Objetivo: Promover la coordinación, el juego simbólico y la socialización inicial.
Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, febrero llegó..."): Niños de pie o en semicírculo. Canta la guía mientras camina entre ellos entregando un corazón de tela o papel a cada uno.
- ("Con corazones y mucho amor..."): Les invita a abrazarse a sí mismos o abrazar al adulto que los acompaña.
- ("Jugamos juntos con emoción..."): Todos se mueven libremente, sacudiendo el corazón, girando o dando saltitos.
- ("Hola, hola, vamos a cantar..."): Se hace una ronda con las mamás o los niños tomados de las manos, y se canta mientras caminan en círculo.
- ("Manos arriba y palmas dar..."): Se invita a subir las manos al cielo y dar palmaditas con un compañero. Si no es posible aún, lo hacen con la guía.

Niños de 3 a 6 años
Objetivo: Estimular el sentido grupal, el ritmo, la motricidad gruesa y fina, y la expresión emocional.
Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, febrero llegó..."): Los niños entran uno por uno con una tarjeta de corazón con su nombre. La guía los recibe nombrándolos y cantando.
- ("Con corazones y mucho amor..."): Se forma un corazón con los cuerpos sentados en círculo. Cada niño pasa al centro a dejar su tarjeta de corazón.
- ("Jugamos juntos con emoción..."): Se hace un pequeño juego de imitación: saltar, girar, caminar con alegría.
- ("Hola, hola, vamos a cantar..."): Se hace una pequeña ronda o coreografía con canciones breves relacionadas con la amistad o el amor.
- ("Manos arriba y palmas dar..."): Todos hacen una secuencia: manos arriba, a los lados, abajo, y luego aplauden en pareja.

Saludos musicales

Marzo

Hola, hola, llegó marzo ya,
flores, colores y sol habrá.

Jugamos juntos con gran emoción,
¡empieza la Estimulación!

Hola, hola, vamos a cantar,
con mariposas vamos a volar.

Manos arriba y a disfrutar,
¡marzo llegó, vamos a empezar!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular los sentidos, el vínculo afectivo y el movimiento corporal asistido.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó marzo ya..."): La mamá o guía sostiene al bebé y lo balancea suavemente al ritmo de la canción, como si lo meciera entre flores.
- ("Flores, colores y sol habrá..."): Se le muestran flores de tela o imágenes de colores brillantes. Se estimula la visión colocando los objetos cerca del rostro del bebé, moviéndolos lentamente de lado a lado.
- ("Jugamos juntos con gran emoción..."): Se hace un pequeño juego con sonajas o campanitas suaves cerca de sus manos o pies.
- ("Vamos a volar..."): Se simula que el bebé es una mariposa: se lo eleva suavemente con los brazos mientras se le canta con alegría.
- ("Manos arriba y a disfrutar..."): Se levantan las manitas del bebé y se hace un juego suave de palmas guiadas.

Material sugerido: Flores de tela, mariposas de fieltro, campanitas o pañuelos suaves.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Estimular la motricidad gruesa, la atención conjunta y la expresión corporal.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó marzo ya..."): Los niños caminan libremente por el salón mientras la guía reparte flores o mariposas de papel. Se invita a observar y tocar.
- ("Flores, colores y sol habrá..."): Se sientan en círculo y se pasan una flor diciendo su color en voz alta con ayuda del adulto.
- ("Jugamos juntos con gran emoción..."): Se hace una pequeña ronda mientras se canta.
- ("Con mariposas vamos a volar..."): Se extienden los brazos como alas y se simula volar por el salón, siguiendo a la guía.
- ("Manos arriba y a disfrutar..."): Se levantan los brazos y se hacen palmas o movimientos libres al ritmo de la música.

Material sugerido: Diademas o varitas de mariposa, flores de cartón o fieltro, pañuelos de colores.

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Fomentar la expresión creativa, el juego grupal y la coordinación motora.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó marzo ya..."): Se da la bienvenida a cada niño entregándole una flor de papel con su nombre.
- ("Flores, colores y sol habrá..."): Juego de asociación: se agrupan según el color de su flor o la colocan en un mural colectivo de primavera.
- ("Jugamos juntos con gran emoción..."): Juego de palmas en parejas o pequeñas rondas en grupo.
- ("Con mariposas vamos a volar..."): Cada niño recibe una mariposa de papel o varita. Hacen un recorrido libre por el salón "volando" como mariposas.
- ("Manos arriba y a disfrutar..."): Todos hacen una secuencia coreografiada: manos arriba, vueltas, palmas, saltos suaves.

Material sugerido: Mariposas de cartulina, varitas, flores decorativas, cinta adhesiva para hacer un "jardín" en el piso.

Saludos musicales

Abril

Hola, hola, llegó abril,
con gotitas y sol sutil.

Jugamos juntos con emoción,
¡empieza ya la Estimulación!

Hola, hola, manos así,
saludamos desde aquí.

Con sonrisas y aplaudir,
¡bienvenido, mes de abril!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular la percepción auditiva, táctil y el vínculo afectivo.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó abril..."): La guía canta mientras balancea suavemente al bebé en sus brazos o lo mece si está acostado. Simula gotitas con las yemas de los dedos sobre su barriguita o bracitos.
- ("Con gotitas y sol sutil..."): Se usan goteros de agua (tibia) o pañuelos azules que "caen" suavemente en forma de juego sensorial.
- ("Jugamos juntos con emoción..."): Se hace una pequeña sonrisa guiada, juegos de caricias en manos y pies.
- ("Manos así, saludamos desde aquí..."): Se levantan suavemente sus manitas y se hacen movimientos rítmicos de saludo.
- ("Con sonrisas y aplaudir..."): Palmadas suaves con ayuda del adulto y expresiones faciales alegres frente al bebé.

Material sugerido: Pañuelos suaves, campanitas, frasquito tipo gotero (opcional), ambiente cálido.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Desarrollar coordinación, expresión corporal y juego simbólico.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó abril..."): Se invita a caminar en círculo haciendo sonidos suaves con los pies, como si caminaran bajo la lluvia.
- ("Con gotitas y sol sutil..."): Se simula la lluvia con pañuelos azules o dedos en la cabeza. Luego, se levanta el rostro hacia "el sol" con las manos abiertas.
- ("Jugamos juntos con emoción..."): Saltitos o giros en el lugar. Se entrega una gota o un sol de fieltro a cada niño como símbolo de bienvenida.
- ("Manos así, saludamos desde aquí..."): La guía muestra cómo mover las manos al frente, saludando de manera divertida.
- ("Con sonrisas y aplaudir..."): Todos se miran entre sí y aplauden con una gran sonrisa. Pueden hacerlo en parejas si es posible.

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Fomentar la expresión creativa, la interacción grupal y el sentido de pertenencia.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó abril..."): Se les da la bienvenida uno por uno con una tarjeta de gotita o rayito de sol (alternado). Cada quien dice su nombre al recibirla.
- ("Con gotitas y sol sutil..."): Juego de roles: quienes tienen "gotita" hacen movimientos suaves con brazos, quienes tienen "sol" se estiran hacia arriba y sonríen.
- ("Jugamos juntos con emoción..."): Todos giran al ritmo de la música y se encuentran en el centro simulando un "arcoíris" colectivo con pañuelos de colores.
- ("Manos así, saludamos desde aquí..."): Juego tipo "eco": la guía hace un saludo con las manos y los niños lo imitan desde su lugar.
- ("Con sonrisas y aplaudir..."): Finalizan dando 3 palmadas rítmicas y diciendo juntos: "¡Bienvenido, mes de abril!"

Material sugerido: Pañuelos, fieltro de gotas/soles, música suave de lluvia o sonidos naturales.

Saludos musicales

Mayo

Hola, hola, llegó mayo ya,
flores, colores y alegría traerá.

Jugamos juntos con emoción,
¡comienza ya la Estimulación!

Hola, hola, vamos a cantar,
con las manitas vamos a saludar.

Damos aplausos y a disfrutar,
¡mayo llegó, vamos a empezar!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular los sentidos, el contacto afectivo y la motricidad pasiva.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó mayo ya..."): La guía o mamá sostiene al bebé y lo balancea suavemente en brazos o en el regazo, mientras canta. Se acompaña con caricias suaves como si fueran pétalos cayendo.
- ("Flores, colores y alegría traerá..."): Se muestran flores grandes de tela o fieltro cerca del rostro del bebé, estimulando la visión y el seguimiento visual.
- ("Jugamos juntos con emoción..."): Se hacen pequeños movimientos rítmicos con las piernas y brazos del bebé al ritmo de la música.
- ("Con las manitas vamos a saludar..."): Se guían sus manos en movimientos de saludo o palmadas suaves, de forma lúdica y amorosa.
- ("Damos aplausos y a disfrutar..."): Se realizan palmaditas con el adulto o se le aplaude al bebé para estimular la atención y la emoción.

Material sugerido: Flores de fieltro, maracas suaves, pañuelos, música instrumental alegre.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Desarrollar la coordinación, la expresión corporal y el vínculo social.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó mayo ya..."): Se hace una caminata libre o en semicírculo mientras la guía reparte una flor a cada niño (puede ser de papel o tela).
- ("Flores, colores y alegría traerá..."): Cada niño levanta su flor al cielo y la agita con emoción, como si saludara al mes de mayo.
- ("Jugamos juntos con emoción..."): Juego libre de desplazamiento: girar, agacharse, saltar como si fueran mariposas o abejas en un jardín.
- ("Con las manitas vamos a saludar..."): Saludo colectivo con las manos abiertas, hacia la guía y luego hacia un compañero.
- ("Damos aplausos y a disfrutar..."): Palmaditas al ritmo de la música, primero lento y luego rápido, reforzando la atención auditiva.

Material sugerido: Flores decorativas, pañuelos de colores, música alegre.

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Estimular la expresión creativa, la integración grupal y la coordinación motora.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó mayo ya..."): Cada niño entra al salón con una flor de papel con su nombre, que colocan en un mural colectivo.
- ("Flores, colores y alegría traerá..."): Se forma un círculo, y cada niño muestra su flor al ritmo de la canción, diciendo un color o sentimiento.
- ("Jugamos juntos con emoción..."): Se realiza una secuencia motriz con movimientos de jardineros o mariposas (agacharse, levantar brazos, girar).
- ("Con las manitas vamos a saludar..."): Juego de saludo en eco: la guía hace un saludo y los niños lo imitan.
- ("Damos aplausos y a disfrutar..."): Coreografía sencilla de palmas y pasos, terminando con un grito alegre: "¡Bienvenido, mayo!"

Material sugerido: Flores de cartulina, música con ritmo marcado, mural decorativo.

Saludos musicales

Junio

Hola, hola, llegó junio ya,
con el sol brillante y ganas de jugar.

Movemos los brazos, giramos sin parar,
¡la clase comienza, vamos a empezar!

Hola, hola, sonríe por aquí,
con Miss y amigos me siento feliz.

Damos un aplauso, saltamos también,
¡junio nos saluda y lo pasamos bien!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular el vínculo afectivo, el contacto visual y la motricidad pasiva.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó junio ya..."): La guía o mamá sostiene al bebé y lo mece suavemente de lado a lado como si lo bañara el sol. Se puede usar una tela amarilla o pañuelo para simular los rayos del sol que "acarician" al bebé.
- ("Con el sol brillante y ganas de jugar..."): Se muestra una carita feliz o un sol de fieltro. El adulto lo mueve suavemente frente al bebé para estimular el seguimiento visual.
- ("Movemos los brazos, giramos sin parar..."): Se toman sus bracitos y se mueven con ritmo (arriba-abajo, cruzados), y si está boca arriba, se le ayuda a girar suavemente de un lado al otro.
- ("Sonríe por aquí..."): Se hace contacto visual directo y se refuerza con una gran sonrisa. La guía o mamá puede hacer sonidos suaves y afectuosos.
- ("Damos un aplauso..."): Se guía al bebé para que aplauda con ayuda. Si no lo logra aún, el adulto aplaude cerca de él.
- ("Saltamos también..."): Si el bebé ya sostiene su tronco, se le puede ayudar a dar "saltitos" en el regazo con apoyo.
- Cierre: "¡Junio nos saluda!" se dice con alegría mientras se acaricia su cabecita o se le da un beso afectuoso.

Material sugerido: Sol de fieltro, pañuelo amarillo, maracas suaves.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Estimular el ritmo, la coordinación gruesa y la interacción social.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó junio ya..."): Todos en círculo. La guía canta mientras los niños caminan o marchan alrededor como si buscaran el sol.
- ("Con el sol brillante y ganas de jugar..."): Se levanta una tela amarilla o una figura de sol gigante, y todos se acercan tocándolo como si recibieran energía.
- ("Movemos los brazos, giramos sin parar..."): Juego imitativo: brazos al frente, al cielo, círculos, y luego giros suaves en su lugar.
- ("Sonríe por aquí..."): Se invita a mirar al compañero de al lado y sonreírle con una voz suave que lo guíe ("¡Hola, amigo!").
- ("Damos un aplauso..."): Todos aplauden al ritmo de la música. Se pueden usar maracas o palmas con eco.
- ("Saltamos también..."): Se dan pequeños saltitos mientras se canta, acompañados por un adulto si es necesario.

Material sugerido: Tela amarilla, maracas, figuras de sol.

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Fomentar la expresión corporal, la conciencia grupal y la alegría por aprender.

Desarrollo:

- Inicio ("Hola, hola, llegó junio ya..."): Se recibe a cada niño con una tarjeta de sol con su nombre. Entran uno por uno al ritmo de la canción y colocan su tarjeta en un mural del "Sol de junio".
- ("Con el sol brillante y ganas de jugar..."): Se hace un juego de "rayos del sol": los niños extienden brazos y se mueven en todas direcciones como si fueran rayitos iluminando el salón.
- ("Movemos los brazos, giramos sin parar..."): Secuencia motriz coreografiada: brazos arriba, giros, pasos laterales.
- ("Sonríe por aquí..."): Se hace un juego en parejas: mirar al compañero, hacer una mueca divertida y luego sonreír.
- ("Damos un aplauso, saltamos también..."): Coreografía grupal de palmas y saltos al ritmo. Se puede usar una pista musical.
- Cierre: Todos juntos gritan: "¡Junio nos saluda y lo pasamos bien!" y hacen una pose final.

Material sugerido: Tarjetas de sol, música rítmica, mural decorativo.

Saludos musicales

Julio

Hola, hola, llegó julio ya,
el sol brilla fuerte y nos quiere saludar.

Movemos los brazos, saltamos también,
¡empieza la clase, lo haremos muy bien!

Hola, hola, ven a jugar,
con burbujas y risas sin parar.

Damos palmitas y a disfrutar,
¡julio llegó, vamos a comenzar!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular el vínculo afectivo, la atención visual y la motricidad pasiva.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó julio ya..."): La guía sostiene al bebé en brazos o en regazo y lo balancea suavemente como si sintiera el sol en su piel.
- ("El sol brilla fuerte y nos quiere saludar..."): Se muestra un sol de fieltro o cartulina cerca del rostro del bebé, estimulando su seguimiento visual.
- ("Movemos los brazos, saltamos también..."): El adulto mueve los bracitos del bebé de forma rítmica y puede levantarlo suavemente para simular un "saltito" seguro.
- ("Con burbujas y risas sin parar..."): Se soplan burbujas cerca del bebé, incentivando la atención visual y el disfrute. Se le permite tocarlas si ya está sentado.
- ("Damos palmitas y a disfrutar..."): Se guían sus manitas para dar palmaditas, o se le aplaude cerca para que relacione el sonido.

Material sugerido: Sol de fieltro, máquina de burbujas, maracas suaves.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Estimular el movimiento libre, la coordinación y la interacción social.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó julio ya..."): Se invita a los niños a caminar o marchar por el salón, saludando con la mano mientras suena la canción.
- ("El sol brilla fuerte..."): Se muestra un sol grande y los niños extienden los brazos hacia él, como si lo saludaran.
- ("Movemos los brazos, saltamos también..."): Juego de imitación con movimientos amplios: brazos arriba, saltitos suaves con apoyo si es necesario.
- ("Con burbujas y risas sin parar..."): Se soplan burbujas mientras los niños tratan de atraparlas o tocarlas. Pueden correr o desplazarse con alegría.
- ("Damos palmitas y a disfrutar..."): Todos se sientan en semicírculo y aplauden al ritmo de la canción, haciendo gestos de felicidad.

Material sugerido: Sol decorativo, burbujas, pañuelos de colores.

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Fomentar la expresión corporal, el trabajo grupal y la alegría de comenzar juntos.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó julio ya..."): Entrada en fila, saludando uno a uno a la guía con una "palmita solar" (choque de manos con forma de sol).
- ("El sol brilla fuerte..."): Se agrupan en el centro del salón formando un "sol humano" con sus brazos extendidos en todas direcciones.
- ("Movemos los brazos, saltamos también..."): Coreografía sencilla: brazos arriba, giros, saltos suaves, palmas rítmicas.
- ("Con burbujas y risas sin parar..."): Burbuja libre: se enciende la máquina de burbujas o se soplan, y los niños corren, giran o saltan mientras las persiguen.
- ("Damos palmitas y a disfrutar..."): Aplauden en diferentes velocidades, luego forman parejas para aplaudir juntos y terminar con un saludo alegre.

Material sugerido: Máquina de burbujas, decoración de sol, música rítmica.

Saludos musicales

Agosto

Hola, hola, llegó agosto ya,
con caritas nuevas para saludar.

Movemos manitos con emoción,
¡empieza la clase con el corazón!

Hola, hola, vamos a cantar,
con Miss y amigos vamos a jugar.

Con sonrisas y palmas también,
¡agosto llegó, lo haremos muy bien!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular la conexión afectiva, el reconocimiento facial y el movimiento guiado.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó agosto ya..."): La guía o mamá sostiene al bebé y le canta mirándolo directamente a los ojos, mientras le acaricia la carita suavemente como "carita nueva".
- ("Con caritas nuevas para saludar..."): Se le muestra un espejo o se presentan otros bebés uno por uno diciendo sus nombres con cariño.
- ("Movemos manitos con emoción..."): Se guían sus manos hacia arriba y abajo, aplaudiendo suavemente o haciendo palmas con el adulto.
- ("Vamos a cantar..."): La guía canta suavemente mientras acaricia al bebé o le muestra gestos con las manos.
- ("Con sonrisas y palmas también..."): El adulto le sonríe y hace palmaditas suaves frente a él, animándolo a imitar.
- Cierre: Se repite su nombre con alegría: "¡[Nombre] ya llegó, lo hará muy bien!"

Material sugerido: Espejito, tarjetas con caritas felices, campanitas suaves.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Estimular la expresión facial, la interacción social y la coordinación básica.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó agosto ya..."): Se hace un desfile de bienvenida donde cada niño pasa frente al grupo y todos lo saludan con la mano.
- ("Con caritas nuevas para saludar..."): La guía menciona los nombres y muestra tarjetas con fotos o caritas sonrientes. Cada niño toca la suya y dice "hola".
- ("Movemos manitos con emoción..."): Juego imitativo: manos arriba, abajo, palmas suaves, movimientos amplios y lentos.
- ("Vamos a cantar..."): Todos de pie hacen una pequeña ronda cantando con pasos suaves.
- ("Con sonrisas y palmas también..."): Juego espejo: se miran con un compañero y hacen muecas o sonrisas; luego, aplauden juntos.
- Cierre: Todos levantan las manos y gritan: "¡Bienvenido, agosto!"

Material sugerido: Tarjetas con nombres o fotos, pañuelos, títeres de carita feliz.

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Fomentar la integración grupal, el reconocimiento del otro y la expresión corporal.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó agosto ya..."): Se les entrega a los niños una tarjeta en forma de corazón con su nombre. Caminan en círculo mientras cantan y se saludan entre sí.
- ("Con caritas nuevas para saludar..."): Juego de presentación: cada niño dice su nombre y hace un gesto divertido, que los demás repiten.
- ("Movemos manitos con emoción..."): Se hace una secuencia motriz coreografiada: manos arriba, círculos, palmas, pasos laterales.
- ("Vamos a cantar..."): Todos en ronda, con la guía en el centro, cantan y hacen movimientos dirigidos.
- ("Con sonrisas y palmas también..."): Actividad por parejas: se miran, sonríen, se dan una palmada y giran juntos.
- Cierre: Se hace una lluvia de palmas suave y una frase colectiva: "¡Agosto llegó, lo haremos muy bien!"

Material sugerido: Tarjetas con nombres, mural de bienvenida, música con ritmo alegre.

Saludos musicales

Septiembre

Hola, hola, llegó septiembre,
con banderitas y mucha gente.

Movemos las manos con alegría,
¡comienza la clase con energía!

Hola, hola, vamos a jugar,
con risas, canciones y aplaudir más.

Damos saltitos, giramos también,
¡septiembre llegó, lo haremos muy bien!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular la conexión afectiva, el ritmo y la percepción visual y auditiva.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó septiembre..."): La guía sostiene al bebé en brazos o en regazo y canta suavemente mientras se balancea como si saludara a un desfile. Puede mostrar una banderita pequeña para estimular la vista.
- ("Con banderitas y mucha gente..."): Se le pasa la banderita por las piernas o los brazos, describiéndola ("verde, blanco y rojo...").
- ("Movemos las manos con alegría..."): El adulto guía las manitas del bebé para aplaudir o saludar con movimientos suaves.
- ("Damos saltitos, giramos también..."): Se puede hacer un pequeño rebote en las piernas del adulto, o girar suavemente al bebé si está en brazos.
- Cierre: El adulto le sonríe y le dice: "¡Septiembre llegó, lo haremos muy bien!", con un aplauso final o sonido alegre.

Material sugerido: Banderitas de tela, sonajeros suaves, pañuelo tricolor.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Estimular el ritmo, el movimiento grueso y la interacción social.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó septiembre..."): Caminan en círculo ondeando pequeñas banderitas mientras la guía canta.
- ("Con banderitas y mucha gente..."): Juego de saludo grupal: cada quien saluda agitando su banderita hacia los demás.
- ("Movemos las manos con alegría..."): Juego imitativo: manos arriba, aplausos, saludos amplios.
- ("Damos saltitos, giramos también..."): Saltos suaves en su lugar y giros asistidos por el adulto.
- Cierre: Todos sentados dan palmaditas rítmicas y gritan juntos: "¡Viva septiembre!"

Material sugerido: Banderitas de papel o fieltro, música mexicana suave de fondo.

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Fortalecer la expresión corporal, la integración grupal y el sentido de identidad.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó septiembre..."): Entrada al salón con banderitas: desfilan en línea saludando a la guía.
- ("Con banderitas y mucha gente..."): Juego grupal: forman una "plaza" en el centro y saludan en diferentes direcciones con las banderas.
- ("Movemos las manos con alegría..."): Coreografía de saludo: manos arriba, a los lados, palmas, saludo cruzado.
- ("Damos saltitos, giramos también..."): Secuencia motriz: salto en el lugar, giro a la derecha, palmada con compañero.
- Cierre: Todos juntos gritan: "¡México, lo haremos muy bien!" mientras hacen una pose divertida.

Material sugerido: Banderitas, pista musical con ritmo festivo, mural de bienvenida patrio.

Saludos musicales

Octubre

Hola, hola, llegó octubre,
hojitas caen y el viento sube.

Movemos manitas con ilusión,
¡empieza la clase con el corazón!

Hola, hola, ven a jugar,
con risas, canciones y mucho amar.

Damos palmitas, giramos también,
¡octubre llegó, lo haremos muy bien!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular los sentidos (tacto, oído, visión), el vínculo afectivo y la motricidad asistida.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó octubre..."): La guía o mamá sostiene al bebé en brazos y lo balancea suavemente mientras canta. Usa un pañuelo suave para simular "viento" que acaricia su carita o manitas.
- ("Hojitas caen y el viento sube..."): Se deja caer lentamente una hoja de tela o papel sobre el bebé para que la observe. Se repite varias veces como juego visual.
- ("Movemos manitas con ilusión..."): El adulto guía sus manitas para hacer movimientos suaves de saludo (arriba, abajo, a los lados).
- ("Damos palmitas..."): Se guían sus manos para dar palmadas, o el adulto las da frente a él.
- ("Giramos también..."): Si el bebé tiene buen control de cabeza, se puede hacer un giro suave en brazos, con una sonrisa y contacto visual.

Material sugerido: Hojitas de tela/papel, pañuelos suaves, campanitas o sonajas.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Estimular la coordinación, el lenguaje corporal y la interacción afectiva.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó octubre..."): Se camina por el salón agitando un pañuelo naranja o marrón, imitando el viento.
- ("Hojitas caen y el viento sube..."): Se reparten hojitas artificiales para que los niños las dejen caer, jueguen a soplarlas o lanzarlas al aire.
- ("Movemos manitas con ilusión..."): Juego de imitación con movimientos de manos arriba, al frente, y saludar al compañero.
- ("Damos palmitas, giramos también..."): Se hacen palmas lentas, rápidas y luego un giro en su lugar acompañando la canción.
- Cierre: Todos se sientan y hacen una ronda con sus hojitas mientras repiten la frase "¡Octubre llegó, lo haremos muy bien!"

Material sugerido: Hojitas de tela, pañuelos, música instrumental otoñal suave.

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Fomentar la expresión corporal, la conexión grupal y la conciencia emocional a través del juego simbólico.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, llegó octubre..."): Se invita a formar una "ronda del viento". La guía pasa con un pañuelo agitando el aire, y los niños lo siguen con movimientos de brazos.
- ("Hojitas caen y el viento sube..."): Cada niño toma una hojita de colores y la deja caer como si él mismo fuera un árbol. Luego se mueven como si el viento los llevara.
- ("Movemos manitas con ilusión..."): Coreografía sencilla con movimientos de saludo, manos al cielo, giros y aplaudir con ritmo.
- ("Damos palmitas, giramos también..."): Juego en parejas: se dan palmas uno al otro y giran tomados de las manos.
- Cierre: Todos juntos hacen una "lluvia de hojas" levantando y soltando sus hojas al centro, gritando: "¡Octubre llegó, lo haremos muy bien!"

Material sugerido: Hojas de colores, pañuelos, música con sonidos de viento u hojas crujientes.

Saludos musicales

Noviembre

Hola, hola, ya es noviembre,
el viento sopla, la hoja se mueve.

Con nuestras manos vamos a saludar,
¡la clase comienza, vamos a empezar!

Hola, hola, ven a jugar,
con risas, abrazos y a disfrutar.

Con gratitud en el corazón,
¡noviembre nos da su bendición!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular el vínculo afectivo, el seguimiento visual, la motricidad pasiva y la emoción positiva.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, ya es noviembre..."): La guía sostiene al bebé en brazos o en el regazo y canta en voz suave mientras se balancean suavemente. Se puede agitar un pañuelo para simular el viento.
- ("El viento sopla, la hoja se mueve..."): Se deja caer lentamente una hoja de fieltro o papel frente al bebé, moviéndola de lado a lado para estimular el seguimiento visual.
- ("Con nuestras manos vamos a saludar..."): El adulto mueve las manitas del bebé hacia arriba y hacia el frente en un gesto de saludo.
- ("Con risas, abrazos y a disfrutar..."): Se le sonríe al bebé, se le da un abrazo suave, o se hacen juegos de caricias con las manos.
- ("Con gratitud en el corazón..."): El adulto coloca su mano sobre el pecho del bebé y dice su nombre con una frase positiva ("Estoy feliz de verte, [nombre]").
- Cierre: Se aplaude suavemente o se le canta "¡Noviembre nos da su bendición!" con un gesto afectivo.

Material sugerido: Hojas de fieltro, pañuelos suaves, campanitas o música instrumental otoñal.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Favorecer la coordinación, el reconocimiento del entorno y el desarrollo afectivo-social.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, ya es noviembre..."): Caminan en círculo al ritmo de la canción agitando pañuelos o hojas de papel.
- ("El viento sopla, la hoja se mueve..."): Se invita a lanzar hojitas al aire o soplarlas con ayuda, simulando el viento.
- ("Con nuestras manos vamos a saludar..."): Imitan los saludos de la guía: manos al frente, arriba, a los lados.
- ("Con risas, abrazos y a disfrutar..."): Juego de abrazos: primero se abrazan a sí mismos, luego (si es posible) al adulto que los acompaña.
- ("Con gratitud en el corazón..."): Se forma un pequeño círculo. Cada niño dice "gracias" o hace un gesto de corazón con las manos (con ayuda).
- Cierre: Aplausos suaves en grupo y frase: "¡Noviembre llegó, estamos contentos!"

Material sugerido: Pañuelos de otoño, hojas decorativas, música con ritmo suave.

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Fomentar la expresión emocional, la conciencia corporal y la conexión grupal.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, ya es noviembre..."): Cada niño entra al salón con una hojita de papel con su nombre. La guía canta mientras los saluda individualmente.
- ("El viento sopla, la hoja se mueve..."): Juego de movimiento libre: se agitan los brazos como hojas al viento y se desplazan girando por el espacio.
- ("Con nuestras manos vamos a saludar..."): Se realiza una secuencia de saludo grupal con manos arriba, saludo al compañero y una palmada.
- ("Con risas, abrazos y a disfrutar..."): Se invita a hacer una ronda: se miran entre compañeros, se sonríen y se abrazan en pareja si se sienten cómodos.
- ("Con gratitud en el corazón..."): Cada niño dice algo por lo que está agradecido (con apoyo si es necesario) mientras coloca su hojita en un mural de gratitud.
- Cierre: Todos juntos cantan la última línea: "¡Noviembre nos da su bendición!" con las manos sobre el pecho.

Material sugerido: Hojitas con nombre, mural de gratitud, pañuelos, música suave otoñal.

Saludos musicales

Diciembre

Hola, hola, ya llegó,
diciembre lindo nos saludó.

Con luces, risas y emoción,
¡comienza la estimulación!

Hola, hola, ven a cantar,
con abrazos vamos a empezar.

Palmas suaves y mucho amor,
¡diciembre trae calor al corazón!

Bebés de 3 a 12 meses

Objetivo: Estimular la atención visual, el vínculo afectivo y la respuesta emocional positiva.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, ya llegó..."): La guía sostiene al bebé en brazos o en el regazo y canta suavemente mientras hace un leve balanceo. Puede encender una luz tenue o una guirnalda de luces frente a él.
- ("Diciembre lindo nos saludó..."): Se le muestra una esfera o estrella brillante (de fieltro o tela), moviéndola lentamente de lado a lado para estimular el seguimiento visual.
- ("Con luces, risas y emoción..."): Se sonríe al bebé, se hace un pequeño juego de cosquillas o caricias suaves en sus manos.
- ("Con abrazos vamos a empezar..."): El adulto abraza al bebé con ternura, reforzando el momento con una frase como "¡te quiero mucho!".
- ("Palmas suaves y mucho amor..."): Se guían sus manos para aplaudir con ritmo suave.
- Cierre: "¡Diciembre trae calor al corazón!" se canta con una sonrisa y contacto visual directo.

Material sugerido: Luces suaves, esferas de fieltro, pañuelos brillantes, música instrumental navideña.

Niños de 1 a 3 años

Objetivo: Estimular el ritmo, la coordinación motriz básica y la conexión emocional.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, ya llegó..."): Caminan por el salón con una estrellita de papel o una lucecita (velita LED) mientras suena la canción.
- ("Diciembre lindo nos saludó..."): Se detienen, levantan su estrella al cielo y saludan con la otra mano.
- ("Con luces, risas y emoción..."): Se hace una ronda de risas: todos ríen imitando a la guía, luego se dan un abrazo a sí mismos.
- ("Palmas suaves y mucho amor..."): Palmas lentas, al ritmo de una música suave, y se animan a decir "¡hola, diciembre!".
- Cierre: Se forma un círculo y se hace una secuencia de saludo con las manos, mientras se repite la última línea de la canción.

Material sugerido: Estrellitas, luces LED, música navideña suave.

Niños de 3 a 6 años

Objetivo: Fomentar la expresión emocional, la participación grupal y la integración festiva.

Desarrollo:

- ("Hola, hola, ya llegó..."): Entrada al salón con una tarjeta decorativa que los niños cuelgan en un "árbol de bienvenida". Saludo individual de la guía.
- ("Diciembre lindo nos saludó..."): Se realiza una ronda con estrellitas de colores que los niños levantan al ritmo de la canción.
- ("Con luces, risas y emoción..."): Juego de movimiento: se simula que son luces que se encienden (alzando brazos), ríen, y luego se abrazan con un compañero.
- ("Palmas suaves y mucho amor..."): Coreografía con palmas lentas, giro y saludo al grupo con las manos en el corazón.
- Cierre: Se repite en voz alta: "¡Diciembre trae calor al corazón!" y todos hacen una pose final en círculo.

Material sugerido: Estrellitas, guirnaldas, árbol decorativo de bienvenida, luces LED.

Manual desarrollado y registrado por: Ana Mar

Calentamiento

El tren del cuerpo

Chu-chu, va mi cabeza,
¡mira cómo empieza!
Los ojos parpadean,
la boca se pasea.
Cabeza gira contenta,
hombros avanzan sin tormenta.
Brazos que se mueven,
codos que se llueven.
Manos que saludan,
¡nunca se quedan mudas!
Pecho va primero,
cintura gira entero.
Piernas en la vía,
rodillas con alegría.
Y los pies, sin detener,
¡todo el tren va a mover!

🎵*1. Chu-chu, va mi cabeza, ¡mira cómo empieza!*

Movimiento: Mover la cabeza de un lado a otro como si siguiera el ritmo del tren. (Decir "chu-chu" con voz grave y divertida ayuda a captar la atención.)

🎵*2. Los ojos parpadean, la boca se pasea.*

Movimiento: Parpadear rápido varias veces y luego hacer una "boquita que camina" moviendo los labios o haciendo gestos exagerados con la boca.

🎵*3 Cabeza gira contenta, hombros avanzan sin tormenta.*

Movimiento: Girar la cabeza suavemente en círculo, luego subir y bajar los hombros alternadamente, como marchando sin tensión.

🎵*4. Brazos que se mueven, codos que se llueven.*

Movimiento: Abrir los brazos hacia los lados y luego flexionar y extender los codos varias veces, como si estuvieran "lloviendo" hacia abajo.

🎵*5. Manos que saludan, ¡nunca se quedan mudas!*

Movimiento: Mover las manos de un lado a otro como saludando, luego hacer palmas o movimientos expresivos con los dedos (abrir/cerrar, girar, señalar).

🎵*6. Pecho va primero, cintura gira entero.*

Movimiento: Sacar el pecho hacia adelante como marchando con orgullo, luego girar la cintura hacia los lados como haciendo una vuelta de hula-hula.

🎵*7. Piernas en la vía, rodillas con alegría.*

Movimiento: Caminar en el lugar levantando ligeramente las piernas, luego doblar y estirar las rodillas al ritmo de la música.

🎵*8. Y los pies, sin detener, ¡todo el tren va a mover!*

Movimiento: Zapatear o marchar suavemente en el mismo lugar, aumentando la energía hacia el final como si el tren arrancara con fuerza.

🌟Puedes usar una fila de niños como si fueran los vagones del tren, con cada uno siguiendo los movimientos del "maquinista".

Calentamiento

Robot bailarín
Soy un robot bailarín,
muevo mi cabeza así.
Giro ojitos sin parar,
mi boca empieza a silbar.

Cabeza gira con motor,
hombros bailan con fervor.
Brazos firmes van al compás,
manos dan vueltas sin más.
Pecho firme, respiración,
cintura gira con vibración.

Piernas saltan como
resorte,
rodillas doblan con buen
soporte.
Y los pies marcan final:
¡Robot completo, sin igual!

🎵 *Soy un robot bailarín,muevo mi cabeza así.*

Movimiento: Coloca las manos en forma de robot (codos doblados en ángulo recto) y mueve la cabeza hacia los lados como con bisagra, lenta y mecánicamente.

🎵 *Giro ojitos sin parar, mi boca empieza a silbar.*

Movimiento:

- Parpadea rápido mientras giras los ojos en círculo (si se puede, guiña un ojo).
- Frunce los labios para simular un silbido suave (o haz el sonido "fiuuuu").

🎵 *Cabeza gira con motor, hombros bailan con fervor.*

Movimiento:

- Gira la cabeza lentamente como si llevara engranes.
- Luego, sube y baja los hombros al ritmo, uno y otro alternativamente.

🎵 *Brazos firmes van al compás, manos dan vueltas sin más.*

Movimiento:

- Estira los brazos hacia adelante como un robot (firmes).
- Gira las manos como hélices, primero hacia adentro y luego hacia afuera.

🎵 *Pecho firme, respiración, cintura gira con vibración.*

Movimiento:

- Saca el pecho y respira profundamente, inflando el torso.
- Gira la cintura hacia un lado y luego al otro, como si tuviera un resorte.

🎵 *Piernas saltan como resorte, rodillas doblan con buen soporte.*

Movimiento:

- Haz pequeños saltitos en el lugar, como si tuvieras resortes en los pies.
- Flexiona y estira las rodillas, haciendo un mini "squat" controlado.

🎵 *Y los pies marcan final: ¡Robot completo, sin igual!*

Movimiento:

- Golpea los pies contra el suelo como si marcaras ritmo con fuerza.
- Da una vuelta sobre ti mismo/a con brazos robóticos extendidos para cerrar.

Calentamiento

Cuerpo de animal

Mi cabeza es de jirafa,
muy arriba, nunca baja.
Mis ojos de búho están,
ven de noche sin tropezar.
Mi boca es de león feroz,
ruge fuerte con su voz.

Las orejas de elefantito,
escuchan todo despacito.
Hombros de gorila fuerte,
brazos de mono, ¡qué suerte!
Manos suaves de gatito,
rascan todo despacito.

Pecho de oso dormilón,
cintura que gira como ratón.
Piernas saltan como canguro,
rodillas doblan sin apuro.
Y los pies de perrito fiel...
¡corren, giran y van a nivel!

🎵 *Mi cabeza es de jirafa, muy arriba, nunca baja.*

Movimiento: Estira el cuello hacia arriba y mira al cielo. Camina lentamente con el cuello largo, como si fueras una jirafa que observa las hojas de los árboles.

🎵 *Mis ojos de búho están, ven de noche sin tropezar.*

Movimiento: Abre mucho los ojos y hazlos girar en círculos. Luego, gira la cabeza de un lado a otro con suavidad, como lo haría un búho observador.

🎵 *Mi boca es de león feroz, ruge fuerte con su voz.*

Movimiento: Abre la boca bien grande, haz un rugido juguetón ("¡roar!") y lleva las manos hacia los lados de la cara como si fueran garras.

🎵 *Las orejas de elefantito, escuchan todo despacito.*

Movimiento: Lleva las manos a las orejas simulando orejas grandes de elefante. Inclina la cabeza ligeramente hacia los sonidos (puedes hacer un pequeño "¡shhh!" para promover la escucha).

🎵 *Hombros de gorila fuerte, brazos de mono, ¡qué suerte!*

Movimiento: Golpea suavemente el pecho con los puños cerrados como un gorila. Luego, cuelga los brazos sueltos y balancea el cuerpo como un mono.

🎵 *Manos suaves de gatito, rascan todo despacito.*

Movimiento: Extiende las manos con los dedos en garritas y haz movimientos suaves como si estuvieras rascando algo o acariciando con las patas delanteras.

🎵 *Pecho de oso dormilón, cintura que gira como ratón.*

Movimiento: Haz un gran bostezo y abraza tu pecho como si durmieras. Luego, gira la cintura suavemente de un lado a otro como un ratoncito curioso.

🎵 *Piernas saltan como canguro, rodillas doblan sin apuro.*

Movimiento: Haz pequeños saltitos con las piernas juntas, brazos pegados al cuerpo. Después, flexiona y estira las rodillas lentamente con control.

🎵 *Y los pies de perrito fiel... ¡corren, giran y van a nivel!*

Movimiento: Corre en tu lugar, gira en círculo y luego párate firme con los pies juntos, como si esperases una orden (como un perrito entrenado).

Calentamiento

Mi cuerpo es un tambor

Cabeza suena: ¡pam, pam, pam!
Ojos brillan con el flam.
Boca canta y repiquetea,
¡todo el cuerpo tamborilea!
hombros bailan con emoción.

Brazos marcan el compás,
manos chocan sin mirar atrás.
Pecho suena como tambora,
cintura gira a toda hora.

Piernas saltan en el redoblante,
rodillas bajan elegante.
Y los pies hacen ¡cataplum!
¡Todo mi cuerpo es un boom-boom-boom!

🎵 *Cabeza suena: ¡pam, pam, pam!*

Movimiento: Con los dedos, da pequeños golpecitos suaves sobre la cabeza (como si tocaras un tambor). Hazlo con ritmo y expresión, diciendo "¡pam, pam, pam!" en voz alta.

🎵 *Ojos brillan con el flam.*

Movimiento: Abre los ojos con sorpresa y muévelos de un lado a otro como si buscaran luces. Parpadea rápidamente mientras dices "flam, flam".

🎵 *Boca canta y repiquetea, ¡todo el cuerpo tamborilea!*

Movimiento: Haz sonidos con la boca como "tra-tra-tra" o "pa-pa-pa", mientras das golpecitos rítmicos en diferentes partes del cuerpo (pecho, piernas, barriga), simulando un tambor.

🎵 *Hombros bailan con emoción.*

Movimiento: Sube y baja los hombros al ritmo, alternando uno y otro como si estuvieran bailando con energía.

🎵 *Brazos marcan el compás,*

Movimiento: Extiende los brazos y muévelos como si dirigieras una orquesta, marcando el ritmo con movimientos firmes hacia adelante y hacia los lados.

🎵 *Manos chocan sin mirar atrás.*

Movimiento: Haz aplausos fuertes y rítmicos, luego prueba a dar palmas arriba de la cabeza, detrás de la espalda o en distintas direcciones sin mirar directamente.

🎵 *Pecho suena como tambora, cintura gira a toda hora.*

Movimiento: Golpea el pecho con los dedos suavemente como si fuera una tambora. Luego, gira la cintura en círculos amplios, primero a un lado y luego al otro.

🎵 *Piernas saltan en el redoblante, rodillas bajan elegante.*

Movimiento: Haz pequeños saltos seguidos (como redobles de tambor) y luego flexiona las rodillas suavemente, bajando con estilo y equilibrio.

🎵 *Y los pies hacen ¡cataplum! ¡Todo mi cuerpo es un boom-boom-boom!*

Movimiento: Golpea los pies fuerte contra el piso como si terminaras un número musical (¡cataplum!). Luego, da tres golpes marcados con el cuerpo: manos en piernas, pecho, y palmas al aire con "boom-boom-boom".

Calentamiento

Despertar del cuerpo

Mi cabeza se estira y gira,
mis ojitos el sol admira.
Boca bosteza, grande y feliz,
y la lengua juega así, así.

Los hombros suben con suavidad,
los brazos bajan con libertad.
Manitos suaves empiezan a aplaudir,
y el pecho se llena de aire al venir.

La cintura gira de lado a lado,
las piernas bailan a su costado.
Rodillas flexionan sin temor,
y los pies despiertan con amor.

♫ *Mi cabeza se estira y gira, mis ojitos el sol admira. Boca bosteza, grande y feliz,y la lengua juega así, así.*

Movimientos:

- Estira el cuello hacia arriba, luego gira suavemente la cabeza a un lado y otro.
- Abre los ojos como si vieras el sol por primera vez (parpadea lento).
- Simula un bostezo grande (abre la boca ampliamente, estira brazos).
- Saca y mete la lengua de forma lenta y controlada (también puedes moverla de un lado a otro, o dar pequeños toquecitos con la lengua al paladar o labios).

♫ *Los hombros suben con suavidad, los brazos bajan con libertad. Manitos suaves empiezan a aplaudir, y el pecho se llena de aire al venir.*

Movimientos:

- Eleva los hombros lentamente y luego relájalos bajando.
- Baja los brazos con suavidad como si flotaran (puedes hacer que se "derritan" hacia abajo).
- Aplaude con ritmo lento y sonido suave, sin tensión.
- Haz una respiración profunda llevando aire al pecho (inhalar por nariz, exhalar por boca).

♫ *La cintura gira de lado a lado, las piernas bailan a su costado. Rodillas flexionan sin temor, y los pies despiertan con amor.*

Movimientos:

- Gira la cintura hacia la derecha y luego hacia la izquierda, con los brazos extendidos o en jarra.
- Mueve las piernas una hacia cada lado como si danzaran (puedes levantar una y luego otra).
- Flexiona ligeramente las rodillas y vuelve a estirarlas, en un vaivén suave.
- Levanta los pies alternadamente, haz golpecitos suaves o dibuja círculos con la punta del pie en el aire.

Calentamiento

El cuerpo del sol

Mi cabeza brilla como el sol,
mis ojos reflejan su resplandor.
Boca sonríe, dulce calor,
orejas escuchan con gran honor.

Hombros se mueven como rayos de luz,
brazos girando en círculo y plus.
Manos que danzan como el amanecer,
pecho se infla al renacer.

Cintura gira con la luz del día,
piernas caminan con alegría.
Rodillas bajan como el atardecer,
y los pies iluminan al florecer.

🎵 *Mi cabeza brilla como el sol, mis ojos reflejan su resplandor. Boca sonríe, dulce calor, orejas escuchan con gran honor.*

Movimientos:

- Lleva ambas manos a la cabeza y haz un gesto de sol brillante (abre los dedos como rayos hacia arriba).
- Abre los ojos bien grandes y simula reflejar luz (puedes hacer un destello con las manos frente a los ojos).
- Sonríe ampliamente y lleva las manos a las mejillas.
- Lleva una mano detrás de cada oreja y finge "escuchar el viento", inclinando la cabeza con atención.

🎵 *Hombros se mueven como rayos de luz, brazos girando en círculo y plus. Manos que danzan como el amanecer, pecho se infla al renacer.*

Movimientos:

- Eleva los hombros hacia las orejas y luego bájalos suavemente, como si irradiaran luz.
- Haz círculos amplios con los brazos extendidos, hacia adelante y hacia atrás.
- Mueve las manos con gracia como si bailaran en el aire (movimientos ondulados desde las muñecas).
- Respira profundo, llenando el pecho, y extiende los brazos al exhalar como si "renacieras".

🎵 *Cintura gira con la luz del día, piernas caminan con alegría. Rodillas bajan como el atardecer, y los pies iluminan al florecer.*

Movimientos:

- Gira la cintura suavemente a los lados con las manos en la cadera o los brazos extendidos.
- Camina en el lugar levantando las rodillas con ritmo alegre (sonrisa incluida).
- Flexiona las rodillas lentamente, bajando como si el sol descendiera (puede acompañarse con brazos extendidos al frente).
- Pisa fuerte con los pies o dibuja "rayitos" en el suelo con las puntas, simulando que iluminan.

Calentamiento

Cuerpo en carnaval

¡Mi cabeza se va de fiesta!
Y mis ojos dicen "¡qué orquesta!"
Boca canta sin descansar,
y orejas bailan sin parar.

Hombros arriba con emoción,
brazos sueltos como un avión.
Manos giran con el tambor,
pecho brinca de puro amor.

Cintura mueve el carnaval,
piernas saltan fenomenal.
Rodillas suben sin error,
¡y los pies danzan con sabor!

🎵 *¡Mi cabeza se va de fiesta! Y mis ojos dicen "¡qué orquesta!" Boca canta sin descansar, y orejas bailan sin parar.*

Movimientos:

- Mueve la cabeza de un lado a otro como si llevaras un sombrero de carnaval.
- Abre los ojos con expresión de sorpresa y entusiasmo, mirando hacia distintos lados.
- Abre la boca como si cantaras una canción animada (puedes decir "la-la-la").
- Toca o mueve las orejas con ritmo, o haz que tus manos bailen cerca de ellas.

🎵 *Hombros arriba con emoción, brazos sueltos como un avión. Manos giran con el tambor, pecho brinca de puro amor.*

Movimientos:

- Sube y baja los hombros al ritmo de la música, alternándolos o los dos a la vez.
- Estira los brazos hacia los lados como alas de avión y muévelos suavemente.
- Gira las manos en círculos (como hélices o como si tocaras un tambor invisible).
- Da un pequeño salto o impulso con el pecho hacia arriba, como si saltara de alegría.

🎵 *Cintura mueve el carnaval, piernas saltan fenomenal. Rodillas suben sin error, ¡y los pies danzan con sabor!*

Movimientos:

- Gira la cintura de un lado al otro, como si bailaras samba o conga.
- Realiza pequeños saltos alternando los pies, elevando las piernas con ritmo.
- Lleva las rodillas hacia arriba, una por una, como si marcharas con energía.
- Mueve los pies en pasos rítmicos: talón, punta, giro o pasos libres con sabor latino.

Calentamiento

Cuerpo de colores

Pinto mi cabeza de azul cielo,
mis ojitos de verde anhelo.
Boca roja como coral,
orejas naranjas, sin igual.

Hombros amarillos van a brillar,
brazos violetas giran sin parar.
Manos de rosa dan vueltas así,
y el pecho se pinta solo de añil.

Cintura arcoíris quiere volar,
piernas de plata van a saltar.
Rodillas con brillos de papel,
¡y los pies son soles en mi piel!

🎵 *Pinto mi cabeza de azul cielo, mis ojitos de verde anhelo. Boca roja como coral, orejas naranjas, sin igual.*

Movimientos:

- Haz el gesto de pintar tu cabeza con brocha imaginaria (mueve las manos alrededor de la cabeza con suavidad).
- "Pinta" los ojos tocando suavemente con las yemas de los dedos alrededor de ellos y parpadea con intención.
- Sonríe y abre la boca como si mostraras un coral brillante.
- Toca las orejas con ambas manos, frotándolas suavemente como si les pusieras pintura.

🎵 *Hombros amarillos van a brillar, brazos violetas giran sin parar. Manos de rosa dan vueltas así, y el pecho se pinta solo de añil.*

Movimientos:

- Sube y baja los hombros mientras los "pintas" con una mano como si pusieras luz.
- Extiende los brazos y haz giros suaves hacia adelante y hacia atrás.
- Haz círculos grandes con las manos (como si giraran pinceles en el aire).
- Lleva ambas manos al pecho y haz un movimiento de expansión, como si absorbieras un color brillante (también puedes tocar el pecho con la punta de los dedos y hacer como si pintaras en círculos).

🎵 *Cintura arcoíris quiere volar, piernas de plata van a saltar. Rodillas con brillos de papel, ¡y los pies son soles en mi piel!*

Movimientos:

- Gira la cintura lentamente de un lado al otro, y luego haz un gesto de extender los brazos como si volaras con un arcoíris.
- Realiza pequeños saltos en el lugar, como si tus piernas brillaran como metal.
- Flexiona las rodillas y tócalas con las manos, luego da unos toquecitos suaves como si pusieras papel brillante.
- Pisa fuerte, luego dibuja círculos con los pies o mueve las puntas hacia adentro y hacia afuera como soles chispeantes.

Calentamiento

Cuerpo viajero

Cabeza viaja a la ciudad,
ojos miran con curiosidad.
Boca habla en otro país,
orejas oyen en francés y en gris.

Hombros llevan la mochila,
brazos saludan en la orillita.
Manos abrazan al llegar,
y el pecho respira el nuevo lugar.

Cintura baila por el mundo,
piernas pisan el mar profundo.
Rodillas cruzan el andén,
y los pies ¡nunca paran también!

♫ *Cabeza viaja a la ciudad, ojos miran con curiosidad. Boca habla en otro país, orejas oyen en francés y en gris.*

Movimientos:

- Mueve la cabeza como si observaras un paisaje urbano: mira hacia arriba, a los lados y da un pequeño giro completo.
- Abre los ojos muy grandes y mira a tu alrededor con expresión de asombro.
- Mueve la boca como si hablara idiomas inventados (“bla blu bli blo”) o saluda con un “bonjour” o “hello”.
- Lleva una mano a una oreja, luego a la otra, inclinando la cabeza como si escucharas sonidos lejanos.

♫ *Hombros llevan la mochila, brazos saludan en la orillita. Manos abrazan al llegar, y el pecho respira el nuevo lugar.*

Movimientos:

- Coloca las manos simulando las correas de una mochila sobre los hombros, camina un poco en el lugar.
- Estira un brazo y luego el otro como si saludaras desde un barco o tren.
- Cruza los brazos sobre el pecho para abrazarte suavemente, como si abrazaras a alguien al llegar.
- Inhala profundo con los brazos abiertos y exhala con calma, dejando que el pecho se expanda y relaje.

♫ *Cintura baila por el mundo, piernas pisan el mar profundo. Rodillas cruzan el andén, y los pies ¡nunca paran también!*

Movimientos:

- Gira la cintura suavemente de lado a lado, agregando un movimiento fluido de brazos como si danzaras por distintas culturas.
- Pisa fuerte con una pierna y luego con la otra, como si caminaras por el agua con firmeza.
- Da pasos cruzando las piernas al frente (como si caminaras sobre un puente o andén).
- Camina o corre suave en el lugar, marcando el ritmo con los pies. Puedes dar pequeños saltos o giros como “viajero sin fin”.

Calentamiento

El cuerpo del día

Cuando amanece mi cabeza saluda,
mis ojos despiertan con luz de la luna.
Boca dice "hola" con una canción,
y orejas escuchan con atención.

Los hombros se estiran al despertar,
brazos se alargan sin descansar.
Manos preparan el desayuno,
y el pecho respira aire oportuno.

Cintura baila por la mañana,
piernas corren hasta la ventana.
Rodillas bajan con un saltito,
¡y los pies terminan el caminito!

🎵 *Cuando amanece mi cabeza saluda, mis ojos despiertan con luz de la luna. Boca dice "hola" con una canción, y orejas escuchan con atención.*

Movimientos:

- Mueve la cabeza suavemente de lado a lado, como saludando a un nuevo día.
- Frota los ojos con las manos (como si despertaras) y parpadea lento con una sonrisa.
- Di "hola" en voz suave mientras haces un gesto de saludo con la mano o los labios.
- Lleva las manos a las orejas y finge escuchar un sonido lejano (puedes cerrar los ojos para enfocarte).

🎵 *Los hombros se estiran al despertar, brazos se alargan sin descansar. Manos preparan el desayuno, y el pecho respira aire oportuno.*

Movimientos:

- Sube los hombros hacia las orejas y luego bájalos lentamente.
- Estira los brazos hacia arriba como si despertaras de un sueño profundo.
- Simula movimientos de desayuno: revolver, servir, cortar, o beber.
- Inhala profundamente con los brazos abiertos, y exhala bajándolos con calma.

🎵 *Cintura baila por la mañana, piernas corren hasta la ventana. Rodillas bajan con un saltito, ¡y los pies terminan el caminito!*

Movimientos:

- Gira la cintura hacia un lado y luego hacia el otro, como en un baile matutino.
- Corre suave en el lugar como si te dirigieras alegremente a ver el sol.
- Flexiona las rodillas y da un pequeño salto controlado (como un brinco de energía).
- Camina unos pasos marcando el ritmo con los pies, y haz una pose final como si "llegaras" al final del camino.

Calentamiento

Mi cuerpo mágico

Mi cabeza quiere girar,
dice "sí", dice "no", sin parar.
Los ojitos parpadean ya,
abren grande y ¡van a mirar!
La boquita quiere soplar,
también canta y sabe besar.
Las orejas van a escuchar,
suaves ruidos del lugar.

Mis hombros suben sin temor,
¡parece que llegan al sol!
Los brazos vuelan por doquier,
como aves en el amanecer.
Las manitas aplauden ya,
se esconden y vuelven a saludar.
Mi pechito va a respirar,
con un suspiro de bienestar.

La cintura gira sin fin,
como un remolino de caracolín.
Las piernitas quieren saltar,
como un conejo sin descansar.
Rodillitas tocan tambor,
toc, toc, toc, con mucho sabor.
Y los pies van a caminar,
¡pum, pum, pum, sin tropezar!

🎵 *Mi cabeza quiere girar, dice "sí", dice "no", sin parar. Los ojitos parpadean ya, abren grande y ¡van a mirar!*

Movimientos:

- Mueve la cabeza de lado a lado (como diciendo "no"), y luego arriba y abajo (como diciendo "sí").
- Parpadea rápidamente, luego abre bien los ojos como si vieras algo sorprendente.

🎵 *La boquita quiere soplar, también canta y sabe besar. Las orejas van a escuchar, suaves ruidos del lugar.*

Movimientos:

- Haz un soplido largo con labios fruncidos.
- Canta "la-la-la" o tararea y termina con un beso al aire.
- Lleva las manos detrás de las orejas e inclina la cabeza hacia un lado como si "escucharas con atención".

🎵 *Mis hombros suben sin temor, ¡parece que llegan al sol! Los brazos vuelan por doquier, como aves en el amanecer.*

Movimientos:

- Sube los hombros hacia las orejas y bájalos suavemente.
- Extiende los brazos hacia los lados y muévelos como si volaras (movimientos amplios de alas).

🎵 *Las manitas aplauden ya, se esconden y vuelven a saludar. Mi pechito va a respirar, con un suspiro de bienestar.*

Movimientos:

- Aplaude dos o tres veces con ritmo alegre.
- Esconde las manos detrás de la espalda y luego vuelve a mostrarlas saludando.
- Inhala profundamente tocando el pecho y exhala con un "aaah" largo y relajante.

🎵 *La cintura gira sin fin, como un remolino de caracolín. Las piernitas quieren saltar, como un conejo sin descansar.*

Movimientos:

- Gira la cintura de un lado a otro, haciendo círculos como un remolino.
- Realiza pequeños saltos en el lugar, como un conejito (piernas juntas y manos en el pecho o como patitas).

🎵 *Rodillitas tocan tambor, toc, toc, toc, con mucho sabor. Y los pies van a caminar, ¡pum, pum, pum, sin tropezar!*

Movimientos:

- Da golpecitos con las manos sobre las rodillas, como si fueran tambores (¡toc toc toc!).
- Camina en el lugar marcando el ritmo con los pies ("pum, pum, pum"), con pasos seguros y divertidos.

Calentamiento

Mi cabeza se despierta al sol,
se mueve a un lado, luego al reloj.
Arriba, abajo, quiere mirar,
¡y con un sí empieza a saludar!

Parpadea, parpadea, abre y cierra ya,
como mariposa que quiere volar.
Uno, dos, tres... ¡qué divertido es!
Mis ojitos juegan otra vez.

Mi boquita quiere hablar,
sopla fuerte y va a cantar.
Hace muecas, dice "¡ah!"
y con una risa va a terminar.

Orejas despiertas, listas ya,
escuchan el viento y la ola del mar.
Se mueven despacio con atención,
¡vamos a jugar con la canción!

Mis hombros suben como el sol,
y bajan lento con control.
Se mueven juntos al compás,
¡y con la música quieren más!

Los brazos se abren como avión,
vuelan muy alto con emoción.
Giran y giran sin parar,
¡parece que van a despegar!

Manitos que aplauden con alegría,
se esconden, se muestran y hacen magia al día.
Tocan, señalan y dan amor,
¡con estas manos todo es mejor!

Toco mi pecho y escucho el tambor,
mi corazón late con mucho fervor.
Respiro profundo y siento paz,
¡y mi pecho suave se mueve más!

Cintura que gira como trompo veloz,
baila despacio, baila feroz.
A un lado, al otro, va sin parar,
¡como una ola en el mar!

Piernas que brincan como canguro,
suben y bajan con ritmo seguro.
Fuerte, ligeras, saltan sin fin,
¡parecen tener un resorte en el botín!

Toc, toc, rodillitas quieren hablar,
con golpecitos van a saludar.
Suben, bajan, giran también,
¡y con la música dicen: ¡ven!

Mis pies caminan por la ciudad,
lentos, rápidos, sin descansar.
Trotan, bailan, quieren correr,
¡son los viajeros de mi ser!

Calentamiento

🎵 Mi cabeza se despierta al sol, se mueve a un lado, luego al reloj. Arriba, abajo, quiere mirar, ¡y con un sí empieza a saludar!

Movimientos:

- Gira la cabeza lentamente hacia un lado y luego al otro.
- Mira hacia arriba, luego hacia abajo.
- Asiente con la cabeza (como diciendo "sí") varias veces y sonríe.

🎵 Parpadea, parpadea, abre y cierra ya, como mariposa que quiere volar. Uno, dos, tres... ¡qué divertido es! Mis ojitos juegan otra vez.

Movimientos:

- Parpadea de forma rítmica.
- Cierra y abre los ojos con intención, acompañando con manos simulando alitas de mariposa.
- Cuenta con los dedos y haz un gesto de "sorpresa" divertida con los ojos.

🎵 Mi boquita quiere hablar, sopla fuerte y va a cantar. Hace muecas, dice "¡ah!" y con una risa va a terminar.

Movimientos:

- Mueve los labios como si hablaras.
- Sopla fuerte con los labios fruncidos.
- Haz muecas con la boca (labios, lengua, sonrisa exagerada).
- Termina con una risa larga y contagiosa.

🎵 Orejas despiertas, listas ya, escuchan el viento y la ola del mar. Se mueven despacio con atención, ¡vamos a jugar con la canción!

Movimientos:

- Lleva las manos a las orejas y finge que las "enciendes".
- Imita el sonido del viento y del mar con la boca o instrumentos.
- Cierra los ojos y escucha los sonidos alrededor en silencio 3 segundos.
- Señala hacia los lados como si siguieras el sonido.

🎵 Mis hombros suben como el sol, y bajan lento con control. Se mueven juntos al compás, ¡y con la música quieren más!

Movimientos:

- Sube los hombros hasta las orejas y bájalos lentamente.
- Repite al ritmo, marcando el compás con palmas o pies.
- Haz círculos con los hombros hacia atrás y hacia adelante.

🎵 Los brazos se abren como avión, vuelan muy alto con emoción. Giran y giran sin parar, ¡parece que van a despegar!

Movimientos:

- Extiende los brazos como alas.
- Súbelos hacia arriba como despegando.
- Gira los brazos en círculos grandes como hélices de avión.
- Corre en tu lugar con brazos extendidos.

🎵 Manitos que aplauden con alegría, se esconden, se muestran y hacen magia al día.Tocan, señalan y dan amor, ¡con estas manos todo es mejor!

Movimientos:

- Aplaude tres veces.
- Esconde las manos detrás y luego muéstralas como sorpresa.
- Toca suavemente tu cara, hombros o al compañero.
- Señala con los dedos, y luego haz un gesto de abrazo o corazón.

Calentamiento

🎵 Toco mi pecho y escucho el tambor,
mi corazón late con mucho fervor.
Respiro profundo y siento paz,
¡y mi pecho suave se mueve más!

👉 **Movimientos:**

- Golpea suavemente el pecho como si fuera un tambor.
- Coloca la mano sobre el corazón y siente su latido.
- Haz una respiración profunda (inhalar con brazos arriba, exhalar bajando).
- Mueve el torso hacia adelante y atrás lentamente.

🎵 Cintura que gira como trompo veloz,
baila despacio, baila feroz.
A un lado, al otro, va sin parar,
¡como una ola en el mar!

👉 **Movimientos:**

- Gira la cintura en círculos, primero lento, luego más rápido.
- Cambia el ritmo del movimiento como si "bailaras con olas".
- Haz vaivenes de lado a lado, con los brazos sueltos.

🎵 Piernas que brincan como canguro,
suben y bajan con ritmo seguro.
Fuerte, ligeras, saltan sin fin,
¡parecen tener un resorte en el botín!

👉 **Movimientos:**

- Realiza pequeños saltos en el lugar, con piernas juntas.
- Salta alto y luego en puntitas, combinando fuerza y ligereza.
- Imita un canguro llevando las manos al pecho.

🎵 Toc, toc, rodillitas quieren hablar,
con golpecitos van a saludar.
Suben, bajan, giran también,
¡y con la música dicen: ¡ven!

👉 **Movimientos:**

- Da palmaditas suaves en las rodillas (toc toc toc).
- Flexiona y estira las piernas como haciendo reverencias.
- Gira sobre ti mismo doblando levemente las rodillas.

🎵 Mis pies caminan por la ciudad,
lentos, rápidos, sin descansar.
Trotan, bailan, quieren correr,
¡son los viajeros de mi ser!

👉 **Movimientos:**

- Camina en el lugar imitando un paseo por la ciudad.
- Aumenta el ritmo a trote suave, luego corre ligero en tu lugar.
- Termina con pasos de baile libre o saltitos festivos.

Actividades centrales

Rodillo de Estimulación

- **Edad recomendada:** Todo el primer año de vida
- **Objetivo:** Favorecer el tono muscular, el equilibrio y la coordinación del bebé, además de estimular el sistema vestibular y propioceptivo, claves para el desarrollo motor.
- **Descripción:** El bebé se coloca en posición boca abajo (decúbito prono) sobre un cilindro de estimulación de unos 30 cm de diámetro. La madre se arrodilla detrás del bebé, lo sujeta firmemente por la cintura y realiza un balanceo suave hacia adelante y atrás. Este movimiento ayuda a fortalecer cuello, espalda y brazos, además de desarrollar reacciones de apoyo que surgen hacia los 9 meses.
- **Beneficios:** Fortalece el control cefálico y la musculatura postural (inteligencia corporal-cinestésica), mejora la tolerancia a la posición boca abajo (inteligencia intrapersonal), y estimula la percepción espacial y corporal (inteligencia visual-espacial).

Sobre la pelota

- **Edad recomendada:** Todo el primer año de vida
- **Objetivo:** Favorecer el tono muscular, el equilibrio y la coordinación del bebé, además de estimular el sistema vestibular y propioceptivo, claves para el desarrollo motor.
- **Descripción:** El bebé se coloca en posición boca abajo (decúbito prono) sobre una pelota de pilates. La madre, arrodillada detrás, lo sujeta firmemente por la cintura brindándole seguridad y acompañamiento activo. Se realiza un movimiento suave de balanceo hacia adelante y atrás, que ayuda a fortalecer cuello, espalda y brazos, además de favorecer las reacciones de apoyo típicas alrededor de los 9 meses.
- **Beneficios:** Fortalece el control cefálico y la musculatura postural (inteligencia corporal-cinestésica), mejora la tolerancia al tummy time y favorece el inicio del arrastre o gateo (inteligencia intrapersonal), y estimula la percepción del espacio y el cuerpo (inteligencia visual-espacial).

Tummy Time (boca abajo)

- **Edad recomendada:** Desde recién nacido
- **Dinámica:** Coloca al bebé boca abajo sobre una manta o cuña. Siéntate frente a él y usa juguetes llamativos para motivarlo a levantar la cabeza. Empieza con 1-2 minutos y aumenta gradualmente.
- **Objetivo:** Fortalecer cuello, brazos y espalda, además de mejorar la tolerancia a la posición.
- **Beneficios:** Promueve el control cefálico (inteligencia corporal-cinestésica), estimula la atención visual (inteligencia visual-espacial), y favorece la interacción afectiva (inteligencia interpersonal).

Actividades centrales

Seguimiento visual

- **Edad recomendada:** De 0 a 6 meses
- **Objetivo:** Estimular el desarrollo visual temprano, fomentando la fijación, el seguimiento ocular y el enfoque. También fortalece el vínculo afectivo mediante la interacción cara a cara.
- **Descripción:** El bebé se coloca boca arriba sobre una cuña o colchoneta. La madre, sentada frente a él, sostiene una tarjeta de contraste en blanco y negro a una distancia de 15 a 30 cm de los ojos del bebé. Una vez que el bebé fija la mirada en la tarjeta, se la mueve lentamente de un lado a otro para promover el seguimiento visual. Las tarjetas deben tener formas simples y bien definidas que llamen la atención del bebé.
- **Beneficios:** Mejora la fijación y el seguimiento ocular, estimula la discriminación de formas y contrastes, y fortalece la conexión entre los ojos y el cerebro (inteligencia visual-espacial). También potencia la atención en periodos breves pero significativos, promueve la exploración visual del entorno (inteligencia intrapersonal), e incrementa el vínculo afectivo a través del contacto visual y la interacción positiva con el adulto (inteligencia interpersonal).

Actividad: Seguimiento Auditivo

- **Edad recomendada:** Desde los 2 meses
- **Dinámica:** Acuesta al bebé sobre una cuña. Cerca de su oído, presenta una pequeña campana y hazla sonar suavemente, esperando que el bebé gire hacia el sonido. El entorno debe ser tranquilo para que el estímulo sea claro.
- **Objetivo**: Estimular la localización auditiva, la atención al sonido y la conexión con el adulto.
- **Beneficios:** Desarrolla la audición y discriminación de sonidos (inteligencia musical), estimula la atención y orientación (inteligencia intrapersonal), y fortalece el vínculo afectivo (inteligencia interpersonal).

Estimulación Táctil

- **Edad recomendada:** Desde los 2 meses
- **Dinámica:** Mientras el bebé está recostado, acaricia suavemente diferentes partes de su cuerpo con una borla de algodón o tela rugosa, alternando texturas. El ambiente debe ser cálido y armonioso.
- **Objetivo:** Activar el sentido del tacto y generar una experiencia sensorial placentera que promueva la regulación emocional.
- **Beneficios:** Desarrolla la percepción corporal (inteligencia corporal-cinestésica), promueve el bienestar emocional (inteligencia intrapersonal) y fortalece el vínculo (inteligencia interpersonal).

Actividades centrales

Masaje con pelotas sensoriales

- **Edad recomendada:** Desde los 2 meses
- **Objetivo:** Estimular el tacto, la conciencia corporal y la relajación mediante presión suave con objetos texturizados.
- **Dinámica:** El adulto pasa suavemente una pelota sensorial por el cuerpo del bebé (brazos, piernas, espalda, abdomen), nombrando las partes del cuerpo y adaptando la presión según la reacción del bebé. Se puede acompañar con canciones.
- **Beneficios:** Mejora el tono muscular y la circulación (inteligencia corporal-cinestésica), promueve la calma y bienestar emocional (inteligencia intrapersonal), y fortalece el vínculo afectivo mediante el contacto visual y auditivo (inteligencia interpersonal).

Onomatopeyas con títeres

- Edad recomendada: Desde los 4 meses
- Dinámica: Utiliza un títere (ej. un gato) para captar la atención del bebé con sonidos, movimientos y palabras, mientras lo invitas a observar, imitar o reaccionar.
- Objetivo: Estimular el lenguaje y la comunicación social desde el juego.
- Beneficios: Enriquece el lenguaje verbal (inteligencia lingüística), estimula la imitación y expresión (inteligencia interpersonal), y favorece la concentración (inteligencia intrapersonal).

Estimulación sensorial con esponjas

- **Edad recomendada:** De 4 a 6 meses
- **Dinámica:** Sentado frente al bebé, el adulto ofrece esponjas con texturas variadas (rugosa, lisa, porosa). El bebé puede tocarlas, apretarlas y llevarlas a la boca bajo supervisión. Se acompaña con cantos o narración sobre las texturas.
- **Objetivo:** Estimular el sentido del tacto y la coordinación motora fina mediante la exploración de diferentes texturas.
- **Beneficios:** Favorece la discriminación sensorial (inteligencia naturalista), mejora la motricidad fina (inteligencia corporal-cinestésica) y enriquece el lenguaje si se acompañan las acciones con palabras (inteligencia lingüística).

Actividades centrales

Paracaídas

- **Edad recomendada:** A partir de los 4 meses
- **Dinámica** Con el bebé acostado boca arriba, los adultos elevan y bajan el paracaídas suavemente al ritmo de la canción. El movimiento envolvente y la melodía repetitiva crean una experiencia calmante que estimula los sentidos y la atención.
- **Objetivo:** Estimular la percepción visual, auditiva y táctil del bebé, fomentar la atención, el seguimiento ocular y el vínculo afectivo mediante el juego con un paracaídas sensorial.
- **Beneficios:** Enriquece la percepción sensorial, favorece el enfoque visual, auditivo y táctil. Genera seguridad emocional, promueve habilidades sociales tempranas y fortalece el vínculo afectivo y el apego seguro a través del contacto cercano y la experiencia compartida.

Burbujas

- **Edad recomendada:** A partir de los 5 meses
- **Dinámica:** La madre se sienta frente a su bebé, quien puede estar acostado, semincorporado o sentado con apoyo. Con una sonrisa y contacto visual, comienza a soplar burbujas hacia el bebé. Este puede intentar tocarlas, mover los brazos o vocalizar al verlas, integrando estímulos visuales, motores y sociales.
- **Objetivo:** Estimular los sentidos, la atención visual y el seguimiento ocular del bebé, promoviendo el desarrollo sensorial, la coordinación y la interacción afectiva.
- **Beneficios:** Favorece la fijación visual y el seguimiento ocular, la coordinación ojo-mano, la integración multisensorial (visual, táctil y auditiva), y promueve el lenguaje y la atención conjunta. Fortalece el vínculo afectivo a través del juego y la cercanía emocional.

Canasta de Semillas

- **Edad recomendada:** Desde los 6 meses
- **Dinámica:** Siéntate junto al bebé dentro de una canasta o tina con semillas (frijoles, lentejas). Déjalas caer suavemente sobre su cuerpo y acompaña la experiencia con interacción visual y verbal.
- **Objetivo:** Estimular la percepción táctil y la integración sensorial con acompañamiento afectivo.
- **Beneficios:** Enriquecer el sentido del tacto (inteligencia naturalista), promover la conciencia corporal (inteligencia corporal-cinestésica), y generar calma y conexión afectiva (inteligencia intrapersonal).

Actividades centrales

Aplaudiendo

- **Edad recomendada:** A partir de los 6 meses
- **Dinámica:** La madre canta la canción mientras aplaude con entusiasmo. Luego, toma suavemente las manitas del bebé para ayudarle a imitar el gesto. Se puede repetir varias veces por semana, celebrando cada intento del bebé con sonrisas y palabras de aliento.
- **Objetivo:** Fomentar la imitación, la coordinación motora y la interacción social a través del gesto de aplaudir, fortaleciendo el desarrollo emocional, cognitivo y motor del bebé.
- **Beneficios:** Desarrolla la motricidad fina y gruesa, la coordinación bilateral, el control de brazos y manos, y fortalece el lenguaje receptivo. También estimula el sentido del ritmo y la imitación social, promoviendo el vínculo afectivo con interacciones positivas.

Mi Carita

- **Edad recomendada:** Desde los 6 meses
- **Dinámica:** Sienta al bebé sobre tus piernas, apóyalo con cariño y señala partes de su rostro (nariz, ojos, boca) nombrándolas con voz clara y afectiva.
- **Objetivo:** Fomentar el lenguaje receptivo y la conciencia corporal.
- **Beneficios:** Desarrolla el vocabulario temprano (inteligencia lingüística), favorece el esquema corporal (inteligencia corporal-cinestésica), y fortalece el vínculo a través del contacto visual y físico (inteligencia interpersonal).

Luz que baila

- **Edad recomendada:** Desde los 6 meses
- **Dinámica:** En un cuarto oscuro o con poca luz, se usa una linterna para mover suavemente un haz de luz sobre la pared o techo, trazando formas. Se observa si el bebé sigue el movimiento con los ojos o gira la cabeza.
- **Objetivo:** Estimular el seguimiento visual y la coordinación ojo-cabeza mediante la observación de movimientos de luz.
- **Beneficios:** Fortalece la atención sostenida (inteligencia intrapersonal), desarrolla la percepción visual (inteligencia visual-espacial) y promueve la comunicación emocional si se acompaña de lenguaje afectivo (inteligencia interpersonal).

Actividades centrales

Mírate en el espejo

- **Edad recomendada:** A partir de los 6 meses
- **Dinámica:** El adulto coloca un espejo frente al bebé mientras está sentado o sobre sus piernas. Se nombran partes del cuerpo y se hacen juegos de gestos. Se observa cómo reacciona el bebé al reconocerse.
- **Objetivo:** Favorecer el reconocimiento corporal y la percepción de sí mismo mediante la interacción con el reflejo.
- **Beneficios:** Estimula la conciencia del cuerpo (inteligencia corporal-cinestésica), promueve el autoconocimiento (inteligencia intrapersonal) y refuerza la imitación y el lenguaje (inteligencia lingüística).

Aros de colores

- **Edad recomendada:** A partir de los 6 meses
- **Dinámica:** Sentado con apoyo, se le ofrece un aro grande. Se observa cómo lo manipula y se le anima a pasarlo de una mano a otra. Se puede repetir la acción varias veces, reforzando con palabras positivas.
- **Objetivo:** Estimular la coordinación bilateral, el cruce de la línea media y el agarre voluntario.
- **Beneficios:** Desarrolla la motricidad fina (inteligencia corporal-cinestésica), mejora la atención y exploración (inteligencia naturalista), y favorece la coordinación ojo-mano (inteligencia visual-espacial).

Apilando cubos

- **Edad recomendada:** De 6 a 7 meses
- **Dinámica:** Frente al bebé se colocan bloques blandos. Se le permite explorar, apilar, soltar o hacer caer los bloques. El adulto puede modelar cómo apilarlos y celebrarlo.
- **Objetivo:** Estimular la motricidad fina y la coordinación ojo-mano al manipular bloques.
- **Beneficios:** Fortalece el agarre voluntario (inteligencia corporal-cinestésica), introduce nociones espaciales y causa-efecto (inteligencia lógico-matemática), y refuerza el juego conjunto (inteligencia interpersonal).

Descubriendo cajas

- **Edad recomendada:** De 9 a 10 meses
- **Objetivo:** Estimular la coordinación motora fina, la curiosidad y el razonamiento explorando cajas y objetos.
- **Dinámica:** Se colocan cajas seguras con objetos dentro para que el bebé abra, cierre o descubra su contenido. El adulto acompaña verbalmente la acción.
- **Beneficios:** Favorece la destreza manual (inteligencia corporal-cinestésica), estimula el pensamiento lógico (inteligencia lógico-matemática), y promueve la autonomía y confianza (inteligencia intrapersonal).

Actividades centrales

Maracas

- **Edad recomendada:** A partir de los 6 meses
- **Dinámica:** El bebé se sienta sobre una colchoneta junto a su mamá, quien le guía en el uso de las maracas. Cada uno sostiene una maraca y participa en el juego sonoro, explorando movimientos en diferentes direcciones (arriba-abajo, derecha-izquierda, adelante-atrás) al ritmo de la canción.
- **Objetivo:** Estimular el desarrollo sensorial, auditivo, motor y social del bebé mediante el uso de instrumentos musicales simples como las maracas.
- **Beneficios:** Fomenta la discriminación auditiva (inteligencia musical), la coordinación bilateral y el desarrollo del agarre (inteligencia corporal-cinestésica). Estimula la percepción sensorial, el lenguaje receptivo y refuerza el vínculo afectivo en un entorno emocionalmente positivo (inteligencia interpersonal).

Pulsera de cascabel

- **Edad recomendada:** A partir de los 6 meses
- **Dinámica:** El bebé, sentado con apoyo, lleva pulseras con cascabeles en sus muñecas. Mamá lo anima a mover los brazos al ritmo de la canción, explorando los sonidos de forma simultánea o alternada.
- **Objetivo:** Estimular el desarrollo auditivo, la coordinación motora y la conciencia corporal mediante el uso de pulseras con cascabeles.
- Materiales: Pulseras suaves con cascabeles seguros
- **Beneficios:** Estimula la percepción auditiva y la coordinación motora (inteligencia musical y corporal-cinestésica), mejora la conciencia corporal al asociar movimiento y sonido, y favorece la interacción cercana y el apego seguro (inteligencia intrapersonal e interpersonal).

Tamborcito

- **Edad recomendada**: A partir de los 8 meses
- **Dinámica:** Sentado frente a un tambor, el bebé juega junto a mamá tocando con manos o baquetas al ritmo de la canción, experimentando sonidos fuertes y suaves, rápidos y lentos.
- **Objetivo:** Estimular el desarrollo auditivo, la coordinación motora y la expresión rítmica mediante el uso de un tambor infantil.
- **Beneficios específicos:** Fortalece la coordinación ojo-mano y bilateral (inteligencia corporal-cinestésica), estimula el lenguaje receptivo y el sentido del ritmo (inteligencia musical), y refuerza el vínculo afectivo mediante el juego compartido (inteligencia interpersonal).

Actividades centrales

Gateo

- **Edad recomendada:** Desde los 7 meses (cuando el bebé se sienta solo)
- **Dinámica:** Ayuda al bebé a gatear apoyándolo suavemente desde la cadera, o colócale una tela bajo el pecho para facilitar el movimiento. Puedes motivarlo con un objeto llamativo.
- **Objetivo:** Estimular la coordinación y el inicio del gateo con apoyo seguro.
- **Beneficios:** Mejora la coordinación bilateral (inteligencia corporal-cinestésica), activa ambos hemisferios (inteligencia lógico-matemática), y fomenta la exploración segura (inteligencia intrapersonal).

Permanencia del Objeto

- **Edad recomendada:** Desde los 8 meses
- **Dinámica:** Siéntate frente al bebé y cúbrete el rostro con un pañuelo diciendo: "¿Dónde está mamá?". Luego destápate con entusiasmo. Repite varias veces.
- **Objetivo:** Trabajar la noción de permanencia del objeto, fortaleciendo la comprensión cognitiva y la relación afectiva.
- **Beneficios:** Estimula la memoria y anticipación (inteligencia lógico-matemática), desarrolla la coordinación visual (inteligencia visual-espacial), y fomenta el vínculo y juego social (inteligencia interpersonal).

Primeros Pasos

- **Edad recomendada:** Desde los 9 meses (cuando el bebé gatea bien)
- **Dinámica:** Coloca al bebé de pie sobre una superficie blanda, sosteniéndolo desde atrás mientras camina algunos pasos. Acompáñalo con una canción suave o palabras motivadoras.
- **Objetivo:** Promover el inicio de la marcha y reforzar la seguridad emocional.
- **Beneficios:** Desarrolla la motricidad gruesa (inteligencia corporal-cinestésica), fortalece la autonomía (inteligencia intrapersonal), y refuerza el vínculo afectivo (inteligencia interpersonal).

Uso del Túnel

- **Edad recomendada:** Desde los 9 meses
- **Dinámica:** Invita al bebé a gatear a través de un túnel de espuma mientras tú lo esperas al final con un juguete o llamándolo con entusiasmo. Asegúrate de que el entorno sea seguro.
- **Objetivo:** Promover el movimiento activo con coordinación bilateral y nociones espaciales.
- **Beneficios:** Estimula la motricidad gruesa (inteligencia corporal-cinestésica), favorece la percepción espacial (inteligencia visual-espacial), y motiva la exploración autónoma (inteligencia intrapersonal).

Actividades centrales

Pandero

- **Edad recomendada:** A partir de los 8 meses
- **Objetivo:** Fomentar el desarrollo auditivo, la coordinación motora y la expresión rítmica mediante el uso del pandero.
- **Dinámica:** Sentados frente a frente, mamá canta la canción "Suena el pandero" y mueve el instrumento con suavidad, diciendo palabras como "arriba", "abajo" o "a un lado" para que el bebé relacione el sonido con la ubicación. Luego puede entregarle el pandero para que lo explore libremente.
- **Beneficios:** Estimula la discriminación auditiva y el sentido del ritmo (inteligencia musical), fortalece la coordinación ojo-mano y el uso sincronizado de ambas manos (inteligencia corporal-cinestésica), y refuerza la percepción espacial al vincular sonido y dirección (inteligencia visual-espacial). La interacción positiva fortalece el apego (inteligencia interpersonal).

Xilófono

- **Edad recomendada:** A partir de los 9 meses
- **Dinámica:** Mamá se sienta junto al bebé y coloca el xilófono frente a él. Mientras canta suavemente la canción "Toco mi xilófono", toca cada barra de color marcando la melodía para captar la atención del bebé. Luego guía sus manos para que golpee las teclas y explore libremente los sonidos.
- **Objetivo**: Fomentar el desarrollo auditivo, la coordinación motora y la percepción visual del bebé mediante el uso guiado de un xilófono infantil.
- Materiales: Xilófono de colores y baquetas seguras
- **Beneficios:** Estimula la percepción auditiva y la apreciación musical (inteligencia musical), mejora la coordinación ojo-mano y bilateral al usar ambas manos (inteligencia corporal-cinestésica), y fortalece la atención visual y la memoria al asociar colores y sonidos (inteligencia visual-espacial). Refuerza el vínculo afectivo con la madre al compartir una experiencia musical positiva (inteligencia interpersonal).

Pompones

- **Edad recomendada:** A partir de los 9 meses
- **Objetivo:** Estimular la coordinación visomotriz y la motricidad fina mediante una actividad de clasificación que también promueve la concentración y el juego exploratorio.
- **Dinámica:** Mamá coloca varios pompones frente al bebé y canta la canción "Pon el pompón", guiando con palabras y gestos cómo tomar y clasificar los pompones en los recipientes. Puede nombrar los colores y aplaudir cada intento del bebé.
- **Beneficios:**Fortalece la motricidad fina y el control de manos y dedos (inteligencia corporal-cinestésica), mejora la atención sostenida y el enfoque visual (inteligencia visual-espacial), y favorece la categorización por color, forma o tamaño (inteligencia lógico-matemática). La interacción verbal con la madre enriquece el lenguaje (inteligencia lingüística) y el vínculo emocional (inteligencia interpersonal).

Actividades centrales

Circuito de gateo

- **Edad recomendada:** Desde los 9 meses (cuando ya gatea)
- **Dinámica:** Se arma un circuito con distintas estaciones que inviten al bebé a moverse, subir, bajar, pasar por túneles o escalar pequeños obstáculos. Se pueden colocar señales visuales como huellas o luces, y juguetes atractivos al final del trayecto. Mamá motiva al bebé a explorar cada tramo con palabras alegres y acompañamiento cercano.
- **Objetivo:** Fomentar el desarrollo motor grueso mediante el gateo activo y controlado en superficies elevadas y seguras, promoviendo la coordinación, el equilibrio y la conciencia corporal del bebé.
- **Beneficios:** Fortalece el desarrollo motor grueso y el equilibrio (inteligencia corporal-cinestésica), estimula la percepción del cuerpo en el espacio y la conciencia corporal (inteligencia visual-espacial), y promueve la autonomía y resolución de desafíos (inteligencia intrapersonal). El acompañamiento materno nutre el vínculo emocional y la confianza (inteligencia interpersonal).

Viga de equilibrio

- **Edad recomendada:** A partir de los 12 meses
- **Dinámica:** El bebé camina sobre una viga de equilibrio mientras un adulto lo acompaña de cerca. Se puede ajustar la altura o longitud de la viga para variar la dificultad. También puede hacerse más divertido agregando obstáculos visuales como pelotas o muñecos. Cada paso debe celebrarse con palabras positivas y ritmo tranquilo para fomentar la confianza.
- **Objetivo:** Estimular el equilibrio, la coordinación y la conciencia corporal del bebé a través de la marcha asistida sobre una superficie estrecha.
- **Beneficios:** Fomenta el control del cuerpo y las manos (inteligencia corporal-cinestésica), fortalece la autorregulación emocional y la capacidad de esperar (inteligencia intrapersonal), y estimula la percepción del espacio y las formas (inteligencia visual-espacial).

Actividades centrales

Libro de tela

- **Edad recomendada:** Desde los 6 meses
- **Objetivo:** Estimular el desarrollo sensorial, a través del tacto (diferentes texturas), vista (colores, imágenes) y oído (sonidos del libro o de tu voz).
- Favorecer el lenguaje receptivo, ampliando el vocabulario inicial con palabras como nombres de animales y adjetivos (suave, rugoso, peludo).
- Fortalecer el vínculo afectivo, compartiendo un momento cercano y amoroso.
- **Dinámica:** Mamá toma un libro de tela o cartón con texturas, animales y sonidos (pueden ser libros con solapas, relieves o botones que emiten ruidos). Le muestra al bebé cada página, toca las texturas y pasa su mano por ellas para invitar al bebé a imitarlas. Puede hacer preguntas sencillas como "¿Qué es esto? ¡Un perrito! ¿Quieres tocar su orejita suave?" Si el libro tiene sonidos, los presiona y observa la reacción del bebé, reforzando con sonrisas y exclamaciones alegres. También puede imitar sonidos de animales. Se permite que el bebé explore el libro con las manos y la boca, lo cual es natural en esta etapa.
- **Beneficios:** Fortalece la asociación palabra-imagen (inteligencia visual-espacial y lingüística), desarrolla la coordinación motora fina al manipular el libro (inteligencia corporal-cinestésica), y estimula el lenguaje receptivo y la memoria verbal (inteligencia lingüística e intrapersonal).

Pintar con rodillos

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la coordinación y la expresión artística.
- **Descripción:** Proporciónale rodillos de esponja y pintura lavable. Invita al niño a pintar una hoja grande, explorando trazos amplios.
- **Beneficios:** Estimula la motricidad amplia de brazos (inteligencia corporal-cinestésica), refuerza la expresión creativa (inteligencia intrapersonal), y mejora la coordinación visual del movimiento (inteligencia visual-espacial).

Juego de pisar formas

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular el reconocimiento visual y la orientación.
- **Descripción:** Dibuja figuras grandes en el suelo (círculo, triángulo, cuadrado). Da la orden: "¡Pisa el círculo!" y acompaña con música.
- **Beneficios:** Mejora la discriminación visual y la relación palabra-imagen (inteligencia visual-espacial y lingüística), fortalece la coordinación motora (inteligencia corporal-cinestésica), y refuerza la memoria y el vocabulario (inteligencia intrapersonal).

Actividades centrales

Torre de bloques blandos

- **Edad recomendada:** 12 a 24 meses
- **Objetivo:** Favorecer la coordinación ojo-mano y la motricidad fina.
- **Descripción:** Invita al niño a construir una torre utilizando bloques blandos de goma espuma o plástico. Coloca los bloques sobre una alfombra, a la altura del niño, y demuéstrale cómo apilarlos uno encima de otro. Acompaña con lenguaje descriptivo como "arriba", "uno más" o "¡muy alto!". Anímalo a seguir tu ejemplo, y celebra cada intento con entusiasmo.
- **Beneficios:** Fomenta el control del cuerpo y las manos (inteligencia corporal-cinestésica), estimula la percepción del espacio y las formas (inteligencia visual-espacial), y promueve la persistencia en una tarea (inteligencia intrapersonal).

Caminata sobre líneas

- **Edad recomendada:** 18 a 30 meses
- **Objetivo:** Estimular el equilibrio y la conciencia corporal.
- **Descripción:** Con cinta adhesiva de color, marca una línea recta o curva sobre el suelo. Invita al niño a caminar sobre la línea como si fuera un puente. Puedes hacerlo tú primero como modelo, y usar frases motivadoras como "¡caminas como un equilibrista!". Acompaña la actividad con una canción suave para marcar el ritmo. También puedes usar la viga de equlibrio.
- **Beneficios:** Mejora la coordinación y el control postural (inteligencia corporal-cinestésica), desarrolla la capacidad de atención sostenida (inteligencia intrapersonal), y fortalece la orientación espacial (inteligencia visual-espacial).

Clasificación de objetos por color

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Potenciar la categorización visual y el lenguaje descriptivo.
- **Descripción:** Ofrece al niño un conjunto de objetos de diferentes colores (pompones, tapas o cubos) y recipientes del mismo color. Invítalo a colocar cada objeto en su recipiente correspondiente. Usa preguntas como "¿dónde va el rojo?" y celebra los aciertos.
- **Beneficios:** Estimula la discriminación visual (inteligencia visual-espacial), refuerza la organización mental y la lógica (inteligencia lógico-matemática), y promueve el uso de vocabulario descriptivo (inteligencia lingüística).

Actividades centrales

Juego del espejo

- **Edad recomendada:** 12 a 30 meses
- **Objetivo:** Promover el reconocimiento corporal y emocional.
- **Descripción:** Coloca un espejo seguro a la altura del niño. Siéntate a su lado y realiza gestos simples como sonreír, sacar la lengua o aplaudir, animando al niño a imitarte. También puedes señalar partes del cuerpo como “esta es tu nariz” o “mírate los ojos”.
- **Beneficios:** Estimula el autoconocimiento y la conciencia de sí mismo (inteligencia intrapersonal), favorece la identificación corporal (inteligencia corporal-cinestésica), y apoya la percepción visual de detalles y movimientos (inteligencia visual-espacial).

Carrera de burbujas

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la motricidad gruesa y el seguimiento visual.
- **Descripción:** En un espacio seguro, sopla burbujas hacia el niño y anímalo a correr tras ellas, intentar tocarlas o reventarlas. Observa cómo reacciona y acompaña con comentarios como “¡una grande, atrápala!”. Puedes cambiar la velocidad del soplado o la cantidad de burbujas para variar el desafío.
- **Beneficios:** Fomenta la coordinación ojo-mano y los reflejos (inteligencia corporal-cinestésica), genera emociones positivas y reduce el estrés (inteligencia intrapersonal), y estimula la percepción de movimiento y trayectorias (inteligencia visual-espacial).
- Canción sugerida: "Las burbujas suben y bajan".

Libros interactivos

- **Edad recomendada:** 12 a 36 meses
- **Objetivo:** Desarrollar el lenguaje receptivo y la atención conjunta.
- **Descripción:** Elige libros con texturas, solapas o sonidos. Siéntate con el niño en tu regazo y ve pasando las páginas con entusiasmo, nombrando lo que ves. Invita al niño a tocar las texturas y descubrir lo que hay detrás de las solapas. Usa frases como “¿qué ves aquí?” o “¿dónde está el perrito?”.
- **Beneficios:** Amplía el vocabulario y la comprensión verbal (inteligencia lingüística), fortalece el vínculo afectivo y la escucha atenta (inteligencia intrapersonal), y mejora la atención visual a detalles (inteligencia visual-espacial).

Actividades centrales

Rodar por una colchoneta

- **Edad recomendada:** 12 a 30 meses
- **Objetivo:** Fortalecer el control del cuerpo y la conciencia espacial.
- **Descripción:** Sobre una colchoneta amplia, enseña al niño a rodar de lado a lado. Acompaña el movimiento con palabras y canciones.
- **Beneficios:** Favorece el esquema corporal y la propiocepción (inteligencia corporal-cinestésica), estimula la conciencia del espacio (inteligencia visual-espacial), y fortalece la conexión corporal-emocional (inteligencia intrapersonal).

Juego del túnel con cajas

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la motricidad gruesa y la orientación espacial.
- **Descripción:** Une varias cajas grandes formando un túnel. Anima al niño a gatear dentro de él para buscar un juguete o llegar a tus brazos.
- **Beneficios:** Mejora la coordinación de brazos y piernas (inteligencia corporal-cinestésica), fortalece la orientación espacial (inteligencia visual-espacial), y promueve el juego activo con metas claras (inteligencia intrapersonal).

Imitar sonidos del entorno

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Desarrollar la atención auditiva y el lenguaje.
- **Descripción:** Escuchen juntos sonidos del ambiente (autos, animales, timbres) y anímalo a imitarlos. Puedes grabarlos o usar efectos de audio.
- **Beneficios:** Fortalece la discriminación auditiva (inteligencia musical), desarrolla la memoria sonora y el lenguaje onomatopéyico (inteligencia lingüística), y estimula la atención plena al entorno (inteligencia intrapersonal).

Juego de lanzar al aro

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Favorecer la coordinación ojo-mano y la precisión.
- **Descripción:** Coloca una botella o cono en el suelo y entrega aros al niño para que intente encestarlos. Puedes acercarlo o alejarlo según su habilidad.
- **Beneficios:** Estimula el control motriz fino y la puntería (inteligencia corporal-cinestésica), promueve la concentración y el cálculo espacial (inteligencia visual-espacial), y refuerza la perseverancia (inteligencia intrapersonal).

Actividades centrales

Cajas de tesoros sensoriales

- **Edad recomendada:** 12 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la exploración táctil y la curiosidad.
- Descripción: Prepara una caja o cesta con materiales de diferentes texturas y pesos (tela, esponjas, madera, metal liviano). Deja que el niño explore libremente. Puedes decir en voz alta lo que toca (“esto es suave”, “esto pica un poco”).
- **Beneficios:** Fomenta la percepción sensorial y el reconocimiento de texturas (inteligencia corporal-cinestésica), potencia la concentración y la curiosidad (inteligencia intrapersonal), y estimula la discriminación de formas y cualidades (inteligencia visual-espacial).

Ensartar aros grandes

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Mejorar la coordinación ojo-mano y la motricidad fina.
- **Descripción:** Proporciónale al niño aros de plástico grandes, tipo hula hula. Coloca a un compañero con las manos unidas arriba de la cabeza. Trata de ensartar el aro en el compañero, luego harán cambio.
- **Beneficios:** Estimula el control de manos y dedos (inteligencia corporal-cinestésica), desarrolla la precisión y la planificación motora (inteligencia intrapersonal), y refuerza el reconocimiento de formas y tamaños (inteligencia visual-espacial).

Juego simbólico de cocina

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Fomentar la imitación, la narrativa y la planificación.
- **Descripción:** Ofrece al niño utensilios seguros de cocina (ollas de juguete, cucharas, platos) y alimentos falsos. Invítalo a “cocinar” para ti o para sus peluches. Puedes decir “hazme una sopa rica” o “vamos a preparar juntos”.
- **Beneficios:** Desarrolla la expresión verbal y la secuencia de acciones (inteligencia lingüística), estimula la empatía y el rol del adulto (inteligencia interpersonal), y fortalece el pensamiento simbólico y creativo (inteligencia visual-espacial).

Actividades centrales

Títeres con emociones

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Promover la identificación emocional y el lenguaje expresivo.
- **Descripción:** Utiliza títeres con caras que representen emociones claras: alegría, tristeza, enojo, sorpresa. Crea una pequeña historia con ellos, haciendo preguntas como "¿por qué está triste el osito?". Involucra al niño en las respuestas.
- **Beneficios:** Ayuda a identificar y nombrar emociones (inteligencia intrapersonal), promueve el uso del lenguaje oral (inteligencia lingüística), y desarrolla la comprensión de situaciones sociales (inteligencia interpersonal).

Pintura con esponjas

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la creatividad y la motricidad fina.
- **Descripción:** Ofrece al niño esponjas pequeñas de diferentes formas y pinturas no tóxicas. Invítalo a estampar sobre una hoja grande de papel. Puedes mostrar cómo mojar la esponja y presionarla sobre el papel. Acompaña nombrando colores y formas.
- **Beneficios:** Fortalece el control de manos y dedos (inteligencia corporal-cinestésica), estimula la expresión emocional libre (inteligencia intrapersonal), y desarrolla la percepción visual de formas y colores (inteligencia visual-espacial).

Caminar entre obstáculos suaves

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Fomentar la coordinación y el equilibrio dinámico.
- **Descripción:** En un espacio amplio, coloca cojines, túneles blandos y pelotas grandes como obstáculos. Invita al niño a caminar, trepar o rodear cada uno. Puedes acompañar con frases como "¡vamos por el túnel!" o "¡salta el cojín!".
- **Beneficios:** Mejora el control corporal y la orientación espacial (inteligencia corporal-cinestésica), refuerza la planificación motora (inteligencia intrapersonal), y desarrolla la percepción de trayectorias y distancias (inteligencia visual-espacial).

Actividades centrales

Ensartar cuentas grandes

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la motricidad fina y la coordinación ojo-mano.
- **Descripción:** Entrega al niño cuentas grandes y un cordón. Muestra cómo ensartar cada cuenta, nombrando colores o formas. Invítalo a intentarlo con apoyo verbal positivo.
- **Beneficios:** Mejora la destreza manual y la precisión (inteligencia corporal-cinestésica), promueve la atención sostenida y la secuencia (inteligencia intrapersonal), y estimula la discriminación visual de detalles (inteligencia visual-espacial).

Juegos con pelotas de diferentes tamaños

- **Edad recomendada:** 12 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la coordinación global y la percepción del tamaño.
- **Descripción:** Ofrece pelotas grandes, medianas y pequeñas para lanzar, rodar o patear. Puedes nombrar cada una por su tamaño y jugar a pasarla de uno a otro.
- **Beneficios:** Favorece el control motor amplio (inteligencia corporal-cinestésica), fortalece la comprensión de diferencias y comparaciones (inteligencia lógico-matemática), y promueve la percepción espacial (inteligencia visual-espacial).

Juego de escondite con objetos

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Favorecer la noción de permanencia del objeto y la memoria.
- **Descripción:** Esconde un juguete pequeño debajo de una manta mientras el niño observa. Luego, invítalo a encontrarlo. Varía el escondite para mantener el interés.
- **Beneficios:** Estimula la memoria visual y la búsqueda activa (inteligencia lógico-matemática), promueve la atención y la persistencia (inteligencia intrapersonal), y fortalece la percepción de ubicación (inteligencia visual-espacial).

Clasificación de objetos por forma

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la lógica y el lenguaje descriptivo.
- **Descripción:** Proporciónale al niño figuras de diferentes formas (círculos, cuadrados, triángulos) y recipientes con imágenes iguales. Anímalo a clasificar y nombrar cada forma.
- **Beneficios:** Promueve la organización mental (inteligencia lógico-matemática), amplía el vocabulario descriptivo (inteligencia lingüística), y mejora la discriminación visual (inteligencia visual-espacial).

Actividades centrales

Juego con instrumentos musicales

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Desarrollar la sensibilidad auditiva y el ritmo.
- **Descripción:** Ofrece maracas, tambores o xilófonos. Toca un ritmo e invita al niño a imitarlo. También puede explorar libremente y acompañar con canto.
- **Beneficios:** Estimula la percepción sonora y rítmica (inteligencia musical), mejora la coordinación entre movimiento y sonido (inteligencia corporal-cinestésica), y fortalece la expresión emocional (inteligencia intrapersonal).

Juego con títeres de animales

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular el lenguaje expresivo y la imitación.
- **Descripción:** Usa títeres de animales y juega a representar sonidos y acciones. Invita al niño a imitar los sonidos y a interactuar con los personajes.
- **Beneficios:** Enriquece el lenguaje oral y la pronunciación (inteligencia lingüística), fomenta la empatía e identificación con personajes (inteligencia interpersonal), y estimula la atención visual y auditiva (inteligencia visual-espacial).

Construcción con cubos grandes

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Fomentar la coordinación y el pensamiento espacial.
- **Descripción:** Proporciónale cubos grandes de plástico o cartón y anímalo a construir torres, muros o caminos. Puedes sugerir ideas como "hagamos una casa para tu peluche".
- **Beneficios:** Potencia la coordinación mano-ojo y el equilibrio (inteligencia corporal-cinestésica), refuerza la creatividad y la planificación (inteligencia intrapersonal), y mejora la percepción tridimensional (inteligencia visual-espacial).

Canciones con gestos

- **Edad recomendada:** 12 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular el lenguaje y la coordinación gestual.
- **Descripción:** Canta canciones como "Estrellita" o "Cinco deditos" acompañadas de gestos. Anima al niño a imitar y luego a anticipar los movimientos.
- **Beneficios:** Refuerza la asociación entre palabras y acciones (inteligencia lingüística), mejora la coordinación fina (inteligencia corporal-cinestésica), y promueve la memoria secuencial (inteligencia musical).

Actividades centrales

Aros para saltar

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Fomentar la coordinación motora gruesa y el equilibrio.
- **Descripción:** Coloca aros grandes sobre el suelo en línea o en zigzag. Invita al niño a saltar dentro de ellos, uno por uno, primero con ambos pies juntos y luego con un pie si ya tiene control. Acompaña con frases como "¡Salta dentro!" o "¿Cuál es el siguiente aro?".
- **Beneficios:** Mejora el control corporal y la secuencia de movimientos (inteligencia corporal-cinestésica), refuerza la confianza y la perseverancia (inteligencia intrapersonal), y estimula la percepción espacial de trayectorias (inteligencia visual-espacial).

Disfrazarse y jugar roles

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular el juego simbólico y la creatividad.
- **Descripción:** Proporciona al niño prendas viejas, sombreros o disfraces simples. Anímalo a convertirse en personajes como doctor, bombero o mamá. Puedes participar simulando una historia.
- **Beneficios:** Potencia la expresión emocional y la empatía (inteligencia interpersonal), fortalece la imaginación y la narrativa (inteligencia lingüística), y favorece la construcción de identidad (inteligencia intrapersonal).

Juego de las emociones

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Promover el reconocimiento y la expresión emocional.
- **Descripción:** Usa tarjetas con caras que expresen alegría, enojo, miedo y tristeza. Muestra cada una y pregunta "¿cómo se siente?", "¿alguna vez te sentiste así?". Imita gestos asociados y deja que el niño lo intente.
- **Beneficios:** Fomenta la identificación emocional (inteligencia intrapersonal), mejora la comunicación de sentimientos (inteligencia lingüística), y desarrolla la empatía (inteligencia interpersonal).

Laberinto con cuerdas o cintas

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular el pensamiento estratégico y el equilibrio.
- **Descripción:** Coloca cintas a diferentes alturas formando un laberinto. El niño debe atravesarlo sin tocar las cintas, agachándose o estirándose. Puedes inventar un contexto como "rescatar al peluche atrapado".
- **Beneficios:** Mejora la coordinación motora y la conciencia corporal (inteligencia corporal-cinestésica), fortalece la resolución de problemas (inteligencia lógico-matemática), y refuerza la imaginación (inteligencia visual-espacial).

Actividades centrales

Cantar con eco

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Fomentar la memoria auditiva y la pronunciación.
- **Descripción:** Canta frases simples de una canción y pídele que repita como eco. Usa gestos o ritmo con palmas para reforzar el aprendizaje.
- **Beneficios:** Estimula la memoria auditiva (inteligencia musical), mejora la articulación verbal (inteligencia lingüística), y fortalece la atención compartida (inteligencia interpersonal).

Paseo sensorial en el jardín

- **Edad recomendada:** 12 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular los sentidos a través de la naturaleza.
- **Descripción:** Salgan al jardín y toquen hojas, flores, piedras y tierra. Anímalo a caminar descalzo sobre el césped y describe lo que ve y siente.
- **Beneficios:** Enriquece la percepción táctil y visual (inteligencia naturalista y corporal-cinestésica), fortalece el vocabulario experiencial (inteligencia lingüística), y promueve la conexión con el entorno natural (inteligencia intrapersonal).

Juego de esconder y aparecer

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la permanencia del objeto y la anticipación.
- **Descripción:** Escóndete detrás de una cortina o mueble y sal diciendo "¡aquí estoy!". Luego invita al niño a hacer lo mismo. También puedes jugar con un muñeco que aparece y desaparece.
- **Beneficios:** Refuerza la comprensión de la permanencia (inteligencia lógico-matemática), estimula la anticipación y la memoria (inteligencia intrapersonal), y promueve la interacción social (inteligencia interpersonal).

Actividades centrales

Juego de imitar animales

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Desarrollar el lenguaje y la expresión corporal.
- **Descripción:** Propón juegos como "ahora somos elefantes", y hagan movimientos y sonidos característicos. Cambia de animal cada pocos minutos y anima al niño a elegir uno.
- **Beneficios:** Estimula la imitación motriz y vocal (inteligencia corporal-cinestésica y lingüística), fomenta la conexión con el entorno (inteligencia naturalista), y favorece la atención y la creatividad (inteligencia intrapersonal).

Baile libre con pañuelos

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la expresión corporal y el ritmo.
- **Descripción:** Entrega al niño un pañuelo de colores suaves. Pon música alegre y motívalo a mover el pañuelo al ritmo. Puedes bailar con él y sugerir movimientos como girar, subir y bajar.
- **Beneficios:** Fomenta la coordinación rítmica y la expresión motora (inteligencia corporal-cinestésica), fortalece la escucha musical y la percepción del ritmo (inteligencia musical), y desarrolla la creatividad libre (inteligencia intrapersonal).

Juego del semáforo

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Promover el autocontrol y la atención.
- **Descripción:** Jueguen a que el adulto dice "verde" y el niño corre, "amarillo" y camina lento, "rojo" y se detiene. Usa círculos de colores como apoyo visual.
- **Beneficios:** Estimula la regulación del movimiento (inteligencia corporal-cinestésica), desarrolla la capacidad de esperar y controlar impulsos (inteligencia intrapersonal), y refuerza la atención auditiva y visual (inteligencia visual-espacial).

Clasificar por tamaño

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular el pensamiento lógico y la percepción visual.
- **Descripción:** Proporciónale objetos similares de tres tamaños (por ejemplo, cucharas, cajas, bloques) y pide que los agrupe por grande, mediano y pequeño.
- **Beneficios:** Fortalece la discriminación visual y el pensamiento comparativo (inteligencia lógico-matemática), enriquece el vocabulario descriptivo (inteligencia lingüística), y desarrolla la observación detallada (inteligencia visual-espacial).

Actividades centrales

Imitar acciones cotidianas

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular el juego simbólico y la autonomía.
- **Descripción:** Jueguen a "hacer la compra", "cocinar" o "limpiar". Usa objetos reales seguros o versiones de juguete. Haz preguntas como "¿cómo se barre?" o "¿qué hay en la lista?".
- **Beneficios:** Favorece el desarrollo del rol social (inteligencia interpersonal), fortalece la secuenciación de acciones (inteligencia lógico-matemática), y estimula el lenguaje funcional (inteligencia lingüística).

Juego de esconder sonidos

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la localización auditiva.
- **Descripción:** Esconde un objeto que haga sonido (campana, sonajero) y actívalo sin que el niño lo vea. Invítalo a buscarlo guiándose por el sonido.
- **Beneficios:** Desarrolla la atención auditiva y la ubicación espacial (inteligencia musical y visual-espacial), refuerza la lógica de pistas (inteligencia lógico-matemática), y potencia la concentración (inteligencia intrapersonal).

Juego del tren de sillas

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Fomentar la coordinación corporal y la secuenciación.
- **Descripción:** Coloca varias sillas en fila como vagones de tren. Invita al niño a subir y fingir que conduce o que son pasajeros. Usa sonidos y frases del viaje.
- **Beneficios:** Estimula el juego simbólico (inteligencia intrapersonal), refuerza la organización espacial (inteligencia visual-espacial), y mejora el equilibrio y el movimiento (inteligencia corporal-cinestésica).

Aplastar papel y lanzar

- **Edad recomendada:** 12 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la motricidad fina y gruesa en conjunto.
- **Descripción:** Entrega hojas de papel usadas para que las arrugue y haga bolitas. Luego propón lanzarlas dentro de una caja o canasta.
- **Beneficios:** Mejora la fuerza de manos y dedos (inteligencia corporal-cinestésica), promueve la puntería y cálculo visual (inteligencia visual-espacial), y refuerza la iniciativa y resolución (inteligencia intrapersonal).

Actividades centrales

Juego con masa casera

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la creatividad y la motricidad fina.
- **Descripción:** Prepara masa casera (harina, sal, agua y colorante) y permite que el niño la explore. Proporciónale moldes o palitos para modelar figuras.
- **Beneficios:** Fortalece la manipulación y la coordinación mano-dedos (inteligencia corporal-cinestésica), promueve la imaginación libre (inteligencia intrapersonal), y estimula la percepción de formas y volúmenes (inteligencia visual-espacial).

Juego de las sombras

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la observación y la percepción visual.
- **Descripción:** Usa una linterna en una habitación oscura y proyecta sombras con objetos o las manos. Invita al niño a adivinar qué es o a hacer figuras.
- **Beneficios:** Desarrolla la percepción visual y la atención al detalle (inteligencia visual-espacial), potencia la imaginación (inteligencia intrapersonal), y estimula la causa-efecto visual (inteligencia lógico-matemática).

Regar plantas juntos

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Promover la responsabilidad y el vínculo con la naturaleza.
- **Descripción:** Dale una pequeña regadera y deja que el niño riegue las plantas del hogar. Aprovecha para nombrar las partes de la planta.
- **Beneficios:** Fomenta la conciencia ecológica y el cuidado (inteligencia naturalista), desarrolla la coordinación motora (inteligencia corporal-cinestésica), y refuerza la rutina y el compromiso (inteligencia intrapersonal).

Juego de imitar instrumentos

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Fomentar la escucha activa y la expresión musical.
- **Descripción:** Haz sonidos con instrumentos reales o hechos en casa (latitas, botellas con arroz). Pide al niño que los imite o cree sus propios ritmos.
- **Beneficios:** Estimula la percepción auditiva fina (inteligencia musical), fortalece la coordinación rítmica (inteligencia corporal-cinestésica), y desarrolla la atención y memoria sonora (inteligencia intrapersonal).

Actividades centrales

Juego con pompones y pinzas

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la precisión y la coordinación ojo-mano.
- **Descripción:** Ofrece pinzas grandes y pompones de colores. El niño debe tomarlos y colocarlos en recipientes. Puedes pedir que los agrupe por color.
- **Beneficios:** Desarrolla el agarre funcional y el control de presión (inteligencia corporal-cinestésica), potencia la atención sostenida (inteligencia intrapersonal), y estimula la clasificación y el lenguaje (inteligencia lógico-matemática y lingüística).

Pasear una cuerda como serpiente

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la coordinación motora y el juego simbólico.
- **Descripción:** Da al niño una cuerda o listón y simula que es una serpiente o mascota. Invítalo a caminar arrastrándola, hacer curvas o ir en zigzag.
- **Beneficios:** Fortalece la coordinación y la creatividad motriz (inteligencia corporal-cinestésica), estimula la imaginación narrativa (inteligencia lingüística), y fomenta la representación simbólica (inteligencia intrapersonal).

Juego de pasar objetos con cucharón

- **Edad recomendada:** 24 a 36 meses
- **Objetivo:** Estimular la precisión y el equilibrio manual.
- **Descripción:** Llena un recipiente con bolitas o semillas y da al niño un cucharón. Propón que las pase de un recipiente a otro sin derramar.
- **Beneficios:** Mejora el control de movimientos finos (inteligencia corporal-cinestésica), desarrolla la paciencia y el enfoque (inteligencia intrapersonal), y refuerza la noción de cantidad y volumen (inteligencia lógico-matemática).

Subir y bajar escalones

- **Edad recomendada:** 18 a 36 meses
- **Objetivo:** Desarrollar la fuerza y la planificación motora.
- **Descripción:** Arma una estructura segura con colchonetas y bloques de espuma. Anima al niño a subir, bajar, saltar o rodar.
- **Beneficios:** Potencia la motricidad gruesa (inteligencia corporal-cinestésica), fortalece la percepción espacial (inteligencia visual-espacial), y promueve la confianza en sus habilidades (inteligencia intrapersonal).

MAIL
exalumna@amepta.com

WHATSAPP
+52 998 345 2777

REDES SOCIALES
@estimulaciontempranamx

PÁGINA WEB
www.estimulaciontempranamx.com