

GUIA DE ESTIMULACION PARA NIÑOS DE:  
3 a 4 años

AYUDEMOS  
A  
NUESTROS  
NIÑOS PARA  
UN  
MEJOR DESARROLLO



UNICEF

LA PAZ - BOLIVIA  
JULIO 1986

DISTRIBUCION GRATUITA PARA LOS CENTROS INFANTILES  
INTEGRALES DEL PAIS. PROGRAMA DE ATENCION A NIÑOS  
0 - 6 AÑOS.

*Este manual es parte de una serie de 7 guías fruto de una investigación en el área rural del Departamento de Oruro y el área urbano marginal de la ciudad de La Paz, sobre el desarrollo del niño menor de 6 años, hecho por el siguiente equipo de Profesionales Bolivianos:*

(Publicado con la colaboración del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia "UNICEF")

E/TCEP/HQ/L/1A788

Derechos Reservados, Depósito Legal D.L. 4-1-07-87G

**Cuaderno de Estimulación 3 a 4 años**

**Ayudemos a Nuestros Niños para una Vida Mejor**

Por:

Lic. Carmen Velasco

con la colaboración de:

Lic. Susana Badani de Céspedes, y

Dr. Javier Torres Goltia, Coordinador

Ilustraciones:

Beatriz Santivañez

Estimados Padres de Familia:

Todos los padres de familia deseamos una vida mejor para nuestros hijos.

Para que ésta sea una realidad, es importante que cuidemos su salud y nutrición, pero ésto no es suficiente.

El tiempo de mayor aprendizaje en los niños, es justo entre nacer y cumplir los 6 años de edad. Por eso, también, debemos enseñar a nuestros hijos, para que sean más vivos. Nosotros, los padres de familia, somos los primeros y los más importantes maestros para ellos.

Si nosotros dedicamos un tiempito cada día, para enseñar a nuestros hijos, si aprovechamos momentos juntos para charlar con ellos, además de darles con que jugar cuando estamos ocupados, serán buenos alumnos en la escuela y personas más inteligentes y útiles a la comunidad.

El fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) se complace en presentarles esta serie de Manuales de Estimulación, para ayudarles en esta importantísima labor, que beneficiará a sus hijos durante toda su vida.

José Carlos Cuentas-Zabala  
OFICIAL DE PROGRAMAS RESIDENTE

## *P R E S E N T A C I O N*

*UNA DE LAS MAYORES PREOCUPACIONES DEL MINISTERIO DE PREVISION SOCIAL Y SALUD PUBLICA ES ATENDER AL NIÑO BOLIVIANO, ENCONTRANDO LOS RECURSOS QUE PUEDAN GARANTIZAR LA SUPERACION DE NUESTRAS DIFICULTADES Y LOGRAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE NUESTROS HIJOS. SI TODOS JUNTOS COOPERAMOS EN BRINDAR LA ATENCION NECESARIA A LOS NIÑOS, ESTIMULANDO DIA A DIA SUS POTENCIALIDADES, ENTONCES SI PODREMOS DECIR QUE ESTAMOS CREANDO BASES FIRMES PARA SUPERAR NUESTROS NIVELES DE MISERIA.*

*ESTOS MANUALES QUE PRESENTA EL PROGRAMA DE CENTROS INFANTILES INTEGRALES CONSTITUYE EL INSTRUMENTO COTIDIANO, PARA QUE AQUELLO QUE LLAMAMOS "CUIDAR AL NIÑO" PUEDA SER TRADUCIDO EN ACTIVIDADES Y ACTITUDES ADECUADAS PARA EL DESARROLLO DE TODOS LOS NIÑOS DE BOLIVIA.*

*ESTAMOS SEGUROS QUE ESTOS MANUALES APOYARAN A LA COMUNIDAD EN GENERAL, EN LA DIFICIL TAREA DE CUIDAR A NUESTRO RECURSO HUMANO PRESENTE Y FUTURO.*

*¡ PROTEJAMOS Y CUIDEMOS A NUESTROS NIÑOS !*

*LIC. FEDERICO FREUDENTHAL  
JEFE NACIONAL PROGRAMA CENTROS  
INFANTILES INTEGRALES*

*DRA. MARIA TERESA PAZ  
SUBSECRETARIA DE SALUD*

La inteligencia de su hijo aumentará, si usted le hace jugar, le charla y le hace tener lindas experiencias.

Cuando esté con él, hágale sentir que usted lo quiere; béselo con cariño.

Es importante que su hijo sienta que sabe hacer bien las cosas, que él puede.

En todos los ejercicios que le sugerimos, es importante que participen todos los de la casa, no sólo la mamá.



# Lo que su niño debe hacer de: 3 a 4 años



Puede caminar  
hacia atrás.



Patea obje-  
tos al cami-  
nar.



Desata y ata.



Copia un cua-  
drado y un re-  
dondo.



Nombra y conoce  
dos colores.



Habla clara-  
mente.



Responde con  
oraciones.



Participa en  
juegos.



Contruye  
Juguetes.



Dintingue el DIA  
de la NOCHE.



Come y bebe  
solo.



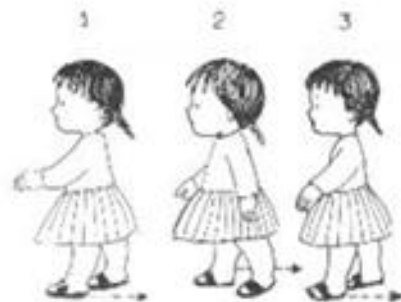
Ya comienza a tener movimientos más firmes en su cuerpo; ya no tropieza ni cae con tanta frecuencia.



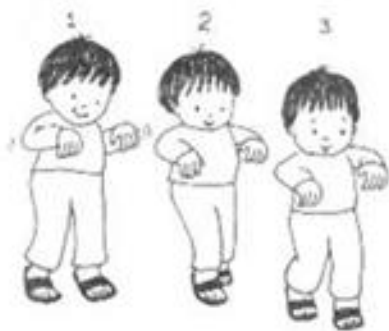


Dele todas las oportunidades  
en las que ejercite todos  
sus movimientos, que trepe,  
salte, suba, corra.

Que juegue al trencito.



Que camine hacia atrás.



Que camine de puntas.



Que camine sobre línea  
recta sin caerse.



Que se pare de puntas  
hasta contar 2.



Que se pare en un pie y luego en el otro hasta contar 2.



Que aprenda a saltar en 1 pie.



Que salte con los dos pies en su sitio y avanzando.



Que salte de pequeñas alturas y obstáculos

★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★

★

★ Dejemos a nuestros niños  
★ tiempo y espacio suficien  
★ te para jugar.

★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★



Que haga rodar la pelota con los pies y con las manos



Que tire y reciba  
pelota de cerca.



Que desempolva muebles  
y lleve objetos chicos.



Que ordene y pase  
cosas.



Enséñele a lavarse la  
cara y manos.



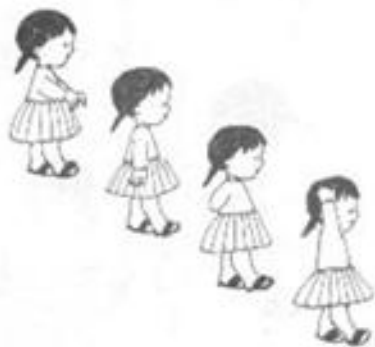
Ayúdelo a desvertirse;  
ánimelo a que se saque  
algo solo.



Que coma solo.



Que camine de puntas y de talón.



Que camine con los brazos en todas las posiciones.



Que ruede.



Que, de estómago, se ponga de 4 pies y de cuclillas.

\* \* \* \* \*  
 \* El niño en movimiento no sólo \*  
 \* está jugando. Está aprendien \*  
 \* do a conocer su cuerpo. \*  
 \* \* \* \* \*



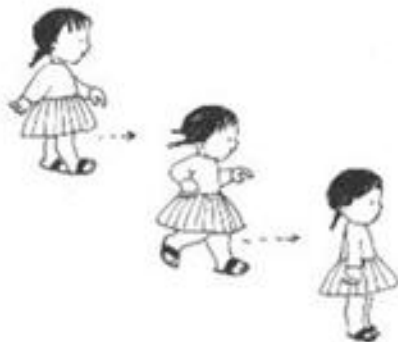
Que trate de apoyar  
todo su cuerpo en la  
pared.



Que camine con un ob-  
jeto liviano en la  
cabeza.



Que camine derecho y  
agachado.



Que camine, corra y  
se pare.



Que camine dando vuel-  
tas.



Ya puede usar sus manitas para hacer tareas cada vez más difíciles: "Usar el lápiz o palitos para hacer rayas y círculos".



Que abra y cierre  
puertas y cajones.

\*\*\*\*\*  
 \* Déjelo ayudar en tareas \*  
 \* de la casa donde pueda \*  
 \* usar sus manos \*  
 \*\*\*\*\*



Que raye y garabatee  
mucho.



Que copie varias veces  
cuadrados y círculos.



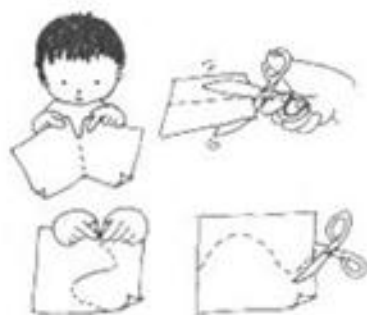
Que dibuje todo lo que  
quiera.



Que doble papel así;  
también ropita.



Que tape cajas de fósforos y ensarte cuentas en lana .



Que recorte con sus dedos y con tijeras.



Déjelo colorear/pintar mucho y con varios colores.



Con cajas y maderas que haga torres y puentes.

\*\*\*\*\*  
 \* Prémíelo con cariño cada \*  
 \* vez que aprenda a hacer \*  
 \* algo nuevo. \*  
 \*\*\*\*\*



Animelo a abrocharse y desabrocharse.





Que abra cierres.



Anímelo a dibujar o  
moldear figuras huma-  
nas.



Que eche semillas,  
arena, del tarro grande  
a varios chicos.



Deje que amase greda  
lo más posible.



Con palito o lápiz  
que haga dibujos.



Cuando el niño sabe muchas palabras, puede decir con claridad todo lo que quiere y entiende todo lo que se le habla.



Charle con él.



Cuéntele lo que usted hace.



Hágale preguntas para no quedar en silencio.



Conteste bien todas sus preguntas.

\*\*\*\*\*  
 \* Anime a su niño a hablar, \*  
 \* a contar todo, \*  
 \* haciéndole preguntas. \*  
 \*\*\*\*\*



Cuéntele cuentitos y hágale preguntas.



Pídale objetos diciéndole para lo que sirven.



Que cuente lo que ve en dibujos.



Pregúntele lo que está haciendo; que responda con oraciones completas.



Que diga bien el nombre de las personas.



Que conteste a las preguntas que se le hacen.



Ayúdelo a que  
hable claro.



Enséñele canciones  
y poemas cortos.

.....

\* Déjelo contar todo lo que le pasa, las \*

\* cosas que hizo o hará. \*

.....



Que avise cuando quie-  
re ir al baño; ayúde-  
lo sin enojarse.



Que diga donde vive.

\*\*\*\*\*  
 \* Incentivarlo a que \*  
 \* recite ante otros. \*  
 \*\*\*\*\*



Que diga su nombre com  
pleto.



Que sepa los nombres  
 de todos los de la fam  
ilia.



Que indique con los  
 dedos los años que tien  
e.



Que reconozca los sonidos que oye.



Que repita palabras nuevas.



Que golpee latitas.

Su hijo aprende cuando le muestra y le explica las cosas que quiere saber. Cuando más lo haga, más aprenderá.



Que imite sonidos.



Todo lo que aprende su hijo, le sirve para  
saber más, para entender más; ayúdelo a  
aprender todo lo que pueda.





Que sepa que es grande, chico, corto, largo.



Que diferencie hombre de mujer.



Que diga quien es el más grande de la casa.



Que parez objetos iguales.

ROJO  
AMARILLO  
AZUL



Mostrarle muchas veces el color rojo, hasta lograr que lo reconozca y lo pueda nombrar. Hacer lo mismo con el azul y el amarillo.



Que aprenda lo que es cuadrado y redondo y luego que busque objetos de éstas formas.



Que diga para que sirven los objetos que conoce.



Mostrar y ocultar un objeto y pedirle que diga que era.



Mostrarle dibujos, ocultarlos y que diga lo que vió.



Que sepa que es arriba y abajo.



Que camine al ritmo  
rápido y lento.



Que diga cual cajita  
suenan más fuerte.



Que se acuerde el nombre  
de sus familiares.

\*\*\*\*\*  
\* No bote los papeles, cajas. \*  
\* latitas, palitos que no use. \*  
\* a su hijo le servirán para \*  
\* hacer sus trabajos y juegos. \*  
\*\*\*\*\*



Que sepa el nombre de  
todo lo que conoce.



Que huela y diga que es.



Que diga que olores le gustan y cuales no.

.....  
 \* Déjelo participar en \*  
 \* todas las actividades \*  
 \* de la casa. \*  
 .....



Que sepa lo que es suave, aspero, frío y caliente.



Que reconozca objetos tocándolos sin ver.



Que sepa que es: arriba, abajo, delante, atrás.



Que sepa que es: separado, junto, encima, debajo, detrás.



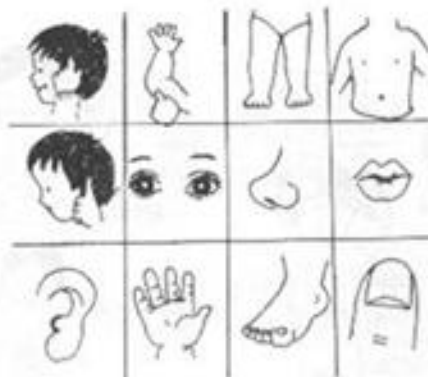
En juegos, hágalo diferenciar arriba y abajo.



Que haga rayas hacia arriba, abajo y un lado, siguiendo órdenes.



Muéstrele donde están partes del cuerpo, que él las señale.



Que el niño sepa nombrar y señalar en su cuerpo todas estas partes.



Que sepa esperar.



Que sepa lo que es lento y rápido.

\*\*\*\*\*  
 \*  
 \* Después de realizar todos estos ejercicios; verá como su niño entiende y sabe mejor. \*  
 \*  
 \*\*\*\*\*



Que obedezca órdenes fáciles para él.

Ayude a que su niño  
tenga amigos y  
juegue con ellos.



Que aprenda a esperar su turno.



Que sepa saludar, des-  
pedirse y pedir por  
favor.



Que respete cómo se  
juega.



Que ayude a cuidar de  
otros niños menores.



A esta edad su hijo ya debe saber jugar y compartir juegos con amigos y charlar con adultos.





Que aprenda a limpiar  
se la nariz.



Que coma solo.

Llévelo a casa de sus familiares y amigos y deje que participe de charlas y actividades.



Que ayude a vestir a  
un niño menor.



Que imite en su mu-  
ñeco el cuidado que  
se les da a las gua-  
guas.

\*\*\*\*\*  
\*      Al jugar con su hijo,      \*  
\*      enseñelo cosas que usted      \*  
\*      sabe, hágalo poco a      \*  
\*      poco.      \*  
\*\*\*\*\*

**MINISTERIO DE PREVISION SOCIAL Y SALUD PUBLICA**

**AUTORIDADES**

DR. CARLOS PEREZ GUZMAN  
MINISTRO DE PREVISION SOCIAL Y SALUD PUBLICA  
DRA. MARIA TERESA PAZ  
SUBSECRETARIA DE SALUD PUBLICA  
DR. ANGEL VALENCIA  
DIRECTOR NACIONAL DE SALUD  
DR. OSCAR PONCE DE LEON SANTA CRUZ  
DIRECTOR NAL. DE MOVILIZACION Y PARTICIPACION SOCIAL  
EQUIPO TECNICO DE LOS CENTROS INTANTILES INTEGRALES (CII)  
LIC. FEDERICO FREUDENTHAL  
ARQ. ROXANA SALAZAR  
ARQ. NINOSKA LIBERA  
LIC. ANA MARIA ARANCIBIA  
LIC. NILDA CUENTAS  
LIC. GERTRUDIS PFAFFLIN  
LIC. CARMEN VELASCO  
TEC. GUILLERMO QUIROGA  
SEC. MIRIAM VALDA

*"REVOLUCION NACIONAL ES SALUD PARA EL PUEBLO"*

*CENTROS INFANTILES INTEGRALES*

*DIRECCION NACIONAL DE MOVILIZACION Y PARTICIPACION SOCIAL*

*MINISTERIO DE PREVISION SOCIAL Y SALUD PUBLICA*

*LA PAZ - BOLIVIA*

*1987*