

APOYO AL DESARROLLO DE LA SALUD Y LA RESILIENCIA DE LOS NIÑOS PEQUEÑOS Y SUS FAMILIAS

Herramientas para familias con niños de 3 a 4 años de edad



CREANDO RECUERDOS

Hay muchas formas de crear recuerdos con tus hijos. Aquí proponemos algunas ideas para comenzar.

- **Cree una rutina especial**, como leer un libro juntos a la hora de ir a la cama todos los días.
- Permita que su hijo le ayude a **preparar una comida y coman en familia**.
- **Haga que las tareas del hogar sean divertidas**. Desafíe a su hijo a armar pares de calcetines limpios, jueguen una carrera para ver quién recoge la mayor cantidad de juguetes o quiten el polvo mientras bailan al ritmo de alguna canción.
- **Haga una obra de arte**. Trabajen juntos para diseñar una tarjeta para el cumpleaños de un amigo. Usen una camiseta en blanco y permita que su hijo la decore con marcadores o escriba una historia y realicen dibujos juntos. ¡Deje volar la creatividad!
- **Juego de roles**. Proponga un juego de roles en el que su hijo es un astronauta que va a un nuevo planeta, un conductor de autobús o un veterinario que ayuda a los animales a sentirse mejor.
- **Jueguen un juego clásico** juntos. A la derecha se muestra una lista de juegos conocidos y divertidos.

JUEGOS CLÁSICOS PARA JUGAR

Juegos divertidos para jugar que enseñan a los niños habilidades para la vida.

EL ESCONDITE

Este juego enseña a resolver problemas: ¿dónde se puede esconder durante más tiempo?

LUZ ROJA, LUZ VERDE

Este juego enseña a tener paciencia. Para ganar, los niños deben escuchar las instrucciones, ser pacientes y controlar sus cuerpos.

SIMÓN DICE

Este juego enseña a escuchar. Para jugar este juego, los niños aprenden a prestar atención a las instrucciones al escuchar las palabras, “Simón dice”.

SILLAS MUSICALES

El trabajo en equipo y el manejo de sentimientos de decepción son habilidades que se aprenden cuando se juega a las sillas musicales.





SEGUIMIENTO DEL DESARROLLO DE SU HIJO

El desarrollo de su hijo sienta las bases para el aprendizaje y la salud de por vida. Estos recursos pueden ayudarle a seguir el desarrollo de su hijo.

APLICACIÓN PARA EL SEGUIMIENTO DE LOGROS

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) crearon esta aplicación GRATUITA para ayudarle a realizar un seguimiento de los logros de su hijo desde los 2 meses hasta los 5 años de edad.

LOGROS DEL DESARROLLO: NIÑOS DE 3 A 4 AÑOS

La Academia Estadounidense de Pediatría ofrece una lista de logros que los padres y tutores deben buscar.

Si tiene alguna inquietud sobre el desarrollo de su hijo, consulte con el médico de su hijo.

MÁS IDEAS PARA CREAR RECUERDOS

Visite estos sitios para descubrir más formas de conectarse con su hijo.

- [Consejos para padres de los CDC sobre el desarrollo infantil](#)
- [Las 10 actividades gratuitas y sin pantallas de la Academia Estadounidense de Pediatría para jugar con su hijo en edad preescolar](#)
- [La magia del juego: Cómo inspira y favorece el desarrollo inicial por Nemours KidsHealth](#)
- [“Guías práctica para las familias” desarrolladas por Early Childhood Technical Assistance Center](#)

