

@mami_ternura

100 PROPUESTAS SENSORIALES

PARA
estimular a tu bebé



OBERON

Judit González Martín

@mami_ternura

100 PROPUESTAS

• **SENSORIALES** •

PARA

estimular a tu bebé

OBERON

Responsable editorial: Susana Krahe Pérez-Rubín
Diseño e ilustración de la cubierta: Patricia Bataller Sánchez
Diseño de interiores y maquetación: Patricia Bataller Sánchez

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeran, plagiaran, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

© Copyright de los textos: Judit González Martín (@mami_ternura)

© Copyright de las fotografías: Judit González Martín (@mami_ternura)



© EDICIONES OBERON (G. A.), 2024

Valentín Beato, 21. 28037 Madrid

Depósito legal: M.13.248-2024

ISBN: 978-84-415-5031-5

Impreso en España

*A mi padre que dondequiera que esté,
además de estar sonriendo y sentirse orgulloso,
tendrá un buen libro entre sus manos.*

*A mi madre, mi mano derecha, siempre echándome un cable,
incluso cuando ni yo misma sé que lo necesito.*

A mi hermana y a mi tía, por no soltarme nunca de la mano.

*A Antonio, mi amor y mi compañero, por facilitarme la vida
y ayudarme a cumplir mis sueños.*

A mis hijos, Liam e Irai, el motor de todo lo que hago.

*A mis alumnos y alumnas especiales del cole,
con los que aprendo cada día a ser mejor maestra,
mejor madre y, sobre todo, mejor persona.*

PRÓLOGO	8	2 SEMANAS - 2 MESES	19	3-6 MESES	55
PRESENTACIÓN	9	Móvil de inspiración Munari	20	Botella Pikleriana	56
QUÉ SABER ANTES DE EMPEZAR	10	Tarjetas de alto contraste	22	Móviles que se tocan	58
Ambiente preparado para bebés: ¿Dónde?	10	Globos estampados	24	Móvil solar	60
Libre movimiento: ¿Cómo?	11	Cinta de viento	26	Espejo irrompible	62
Su propio ritmo: ¿Cuándo?	12	Manoplas divertidas	28	Primera bolsa sensorial	64
DESARROLLO DE 0 A 24 MESES	13	Globos cascabel	30	Me veo reflejado	66
100 PROPUESTAS SENSORIALES PARA ESTIMULAR A TU BEBÉ	17	Móvil en blanco y negro	32	Maracas DIY	68
		Sonajero DIY	34	Manoplas suavécitas	70
		Globos al pie	36	Caja luminosa	72
		Botellas de contraste	38	Rasgar es empezar	74
		Pulseras cascabeleras	40	Cubo de estimulación	76
		Espiral blanquinegra	42	Cítricos acuáticos	78
		Calcetín crujiente	44	Aro sensorial	80
		Móvil reflectante	46	Atrapasol tricolor	82
		Pelota texturizada	48	Línea de texturas	84
		Botellas Black & White	50	Botes con olor	86
		Primeras texturas	52	¿Quién anda ahí?	88
				Atrapa-anillas	90
				Bolsa tricolor	92
				Frío/calor ¡qué sensación!	94
				Magia potagía	96
				Rollos locos	98

ÍNDICE

7-12 MESES	101	13-18 MESES	143	18-24 MESES	181
Siente el tacto	102	Pintura comestible	144	Caja de los secretos	182
Cesto de los tesoros	104	Dientes de habichuela	146	Guau... ¡qué animales!	184
Libro táctil	106	Esponja agujereada	148	Caja colorida	186
Toca-toca slime	108	¡Vamos a liberarlos!	150	Pesca entretenida	188
Brilli brilli	110	Semafo-bolas	152	Trasvases en seco	190
Caja multitask	112	Pompones prisioneros	154	Un jardín con flores	192
Coletas de colores	114	¡Vamos al rescate!	156	¡Qué tapones!	194
Reflejos metalizados	116	Y... ¡canasta!	158	Primeros puzles	196
Caja de permanencia	118	Monstruito pompones	160	Geo-encajable	198
Saquitos sensoriales	120	Experimenta colores	162	Pío pío come maíz	200
Cabaña de PVC	122	Fus Fus geométrico	164	Formas agujereadas	202
Panel ventanitas	124	Monstruo de las galletas	166	Busca y encuentra	204
Primera obra de arte	126	Tuberías de colores	168	Sun catcher natural	206
Escurre que te escurre	128	El panal de abejas	170	Las manzanas del manzano	208
Tira de la anilla	130	Pista rápida	172	Cuéntame un cuento	210
La gran telaraña	132	Bolsa multicolor	174	Y se hizo el deshielo	212
Huerto vertical	134	Pisadas sensoriales	176	Peque-emocionario	214
Tu cara me suena	136	Plastilina casera	178	Marioneta de calcetín	216
Cubos gelatinosos	138			Pelota Squishy	218
Gateo sensorial	140			Grande-pequeño	220
				Trasvases líquidos	222
				Erizo-color	224
				Minimundo granja	226
				AGRADECIMIENTOS	228
				BIBLIOGRAFÍA	230

PRÓLOGO

Cuando hace casi siete años me convertí en madre, no era consciente de la cantidad de tareas que me quedaban por delante. Aquello que tanto había soñado, de pronto, se hizo realidad y me pegó de lleno, haciéndome reflexionar cada día sobre montones de aspectos relacionados con la crianza y con mi papel en ella.

Si bien es cierto que, como docente amante de mi profesión, guardaba un as en la manga y tenía muchos recursos en mi haber, las cosas no eran ni de lejos como había imaginado. Esa persona que tenía delante era sangre de mi sangre y los miedos acechaban ante cualquier dificultad.

Por aquel entonces no manejaba las redes sociales como ahora hago y, creo, que tampoco teníamos tantas opciones a golpe de clic. En aquella época, visitaba blogs y leía mucho para poder estar a la altura de las circunstancias. No conocía ningún manual que me guiase en los años más importantes para el desarrollo óptimo de mi bebé, y si lo había, era excesivamente teórico.

Quien me conoce sabe que lo de la teoría y las clases magistrales no van conmigo. Prefiero aspectos prácticos que me guíen sobre cómo debo hacer las cosas, que me inviten a poner en marcha lo que leo y lo que aprendo.

Conocí a Judit hace cinco años. Digo conocí, aunque realmente no nos hemos podido dar un abrazo en persona. Pero lo siento igual. Era maestra, como yo. Una maestra especial, ¡como yo!, que creía y abogaba por la inclusión, que se desvivía por hacer propuestas de estimulación temprana y que las compartía de manera totalmente altruista para que cualquier persona pudiera sacarle provecho.

Pronto iniciamos una relación fluida que dio paso a una bonita amistad que perdura hoy en día.

Pensando un poco en esa primera etapa como madre, en la que habría dado lo que fuese por tener una recopilación de ideas en papel para jugar y estimular a mi pequeña, le «sugerí» lo que estáis a puntito de empezar a disfrutar.

De todas y todos es sabido que una buena estimulación temprana va a favorecer un desarrollo global óptimo en las personas. Necesitamos tener las ideas y sobre todo el compromiso de ponerlas en práctica. Con esta estimulación temprana vais a poder ayudar a vuestras criaturas, vais a disfrutar un montón llevándolo a la práctica y vais a generar tiempo de calidad con ellas.

No se os olvide que el tiempo es oro, que los días pasan y no vuelven nunca más. Que vuestros/as peques crecen a un ritmo vertiginoso y que la compañía de su mamá, de su papá o de su persona de referencia vale más que cualquier cosa. Esos momentos contigo son los que van a perdurar en la memoria para siempre.

No quisiera terminar sin citar una de las frases que más me gustan y que espero os haga reflexionar como a mí cuando me la dijeron: «Diversidad es que te inviten a una fiesta, inclusión es que te saquen a bailar» (Verna Myers).

Así que, poneos vuestras mejores galas y bailad sin parar con vuestras/os peques. Que esos pasos de baile sean el comienzo de una danza interminable y llena de magia de la que nunca podrán ni querrán olvidarse.

Gracias, Judit, por dejarme formar parte de esta aventura. Te deseo todo lo mejor.

Andrea Ortiz Suárez

PRESENTACIÓN

Soy mamá de dos peques de cuatro y un año y medio, respectivamente, y maestra de pedagogía terapéutica de muchos niños especiales, desde los 3 añitos hasta los 12.

Siendo madre, maestra y pedagoga, tengo una posición privilegiada para aprender cada día sobre los niños, y de los niños. En todos estos años, me he percatado de lo importante que es una estimulación sensorial temprana adecuada. Estar con los niños, jugar con ellos, hablarles, contarles cuentos, cantarles, disfrutar juntos de la naturaleza... En definitiva, estar con ellos de manera presente, consciente y responsable.

Cuando fui madre por primera vez, en plena pandemia y, pese a buscarlo durante el embarazo, no encontré un libro con propuestas enfocadas a bebés que fuera sencillo, claro, práctico y asequible a todos. Un espacio donde se propusiesen actividades simples, con objetos reciclados, juegos llamativos, manipulativos, que tuviese muy presente la estimulación sensorial. Un libro visual, en el que poder moverse con facilidad si se quiere buscar una propuesta concreta. Un libro práctico que, con recursos económicos y en muchas ocasiones con cosas que tenemos ya en casa, incluso materiales reciclados, pudiéramos dar forma a propuestas sensoriales para estimular a nuestro bebé desde su nacimiento hasta que deja de ser bebé, a los 2 años.

De esa necesidad que yo tuve en aquel momento, ha nacido este libro que te encuentras leyendo ahora. Me empapé en lo que a desarrollo de los bebés se refiere e intenté buscar propuestas para mi bebé que respondiesen a su incesante curiosidad y ganas de descubrir el mundo, sin descuidar el momento de desarrollo en el que se encontraba.

La idea es acercar a todas las madres, padres, abuelas, abuelos, maestras, educadoras, educadores, técnicos/as de educación infantil... o cualquier persona interesada (tías, madres de día, niñeras...), propuestas sencillas de estimulación que acompañen el desarrollo de los bebés, respetándolo.

Propuestas de andar por casa, sin mucha dificultad, fáciles de preparar, que nos permitan acompañar a nuestros bebés durante sus 2 primeros años de vida, favoreciendo a su vez su desarrollo.

Se abre una doble vertiente: la estimulación sensorial y el tiempo compartido con ellos. Momentos de calidad en los que reforzaremos nuestro vínculo afectivo-emocional, creando, asimismo, recuerdos y momentos únicos juntos.

Durante todo el texto me referiré «al niño», «el bebé» o a «nuestro peque», de forma genérica, englobando a bebés en general, niños y niñas.

QUÉ SABER antes de empezar

AMBIENTE PREPARADO PARA BEBÉS: ¿DÓNDE?

¿Dónde vamos a acompañar?

A estas alturas, seguro que ya habrás oído hablar sobre el **ambiente preparado**, o lo que es lo mismo, el entorno que adaptamos a nuestros bebés para que descubran el mundo. Este ambiente es esencial en las pedagogías alternativas como Montessori, Reggio Emilia, Wild-Pestalozzi y Waldorf.

En este libro de propuestas, nos centraremos en el ambiente preparado para bebés de hasta 2 años, inspirándonos en los ambientes preparados Montessori.

El ambiente preparado de un bebé recién nacido se divide en cuatro espacios bien diferenciados:

- Zona de sueño.
- Zona de alimentación.
- Zona de cambio de pañal y ropa.
- Espacio de juego. Nosotros nos centraremos en este último. Será el lugar donde demos vida a nuestras propuestas sensoriales. Este ambiente crece con los bebés y está totalmente vivo, por lo que cambiará mucho durante este periodo.

Es importante saber en qué momento de desarrollo se encuentra nuestro bebé para ofrecerle un ambiente preparado de juego acorde al mismo.

Durante los primeros meses, el **ambiente preparado de juego** del bebé se limitará a un *colchoncito* (blandito, pero firme), colchoneta de gáteo o alfombra de *foam* especial para bebés; un *espejo irrompible* horizontal junto a la alfombra, pegado al suelo y bien atornillado a la pared y, por último, una *estantería* abierta de madera que, durante los primeros meses, se utilizará básicamente para que nosotros podamos organizar las propuestas y elementos sensoriales sobre ella.

Conforme el bebé crezca y se gire, el espejo adquirirá mayor importancia. En el espejo, el bebé puede mirarse a sí mismo, observar el espacio en el que está de manera global, incluso podrá mirarnos a nosotros a través de él. Le permitirá ver sus propios movimientos, experimentar con ellos, mejorando su coordinación, alentándolo a seguir moviéndose.

Refleja luz, claridad, le aporta calma y le da una perspectiva totalmente nueva. Observará cómo se mueve, favoreciendo el movimiento, mejorando la coordinación, estimulando el seguimiento visual y contribuyendo al desarrollo muscular del cuello, la espalda y las piernas.

Crecerá con el bebé, desde la postura bocarriba, pasando por la de sentado, hasta levantarse. En definitiva, promoviendo el conocimiento de sí mismo y de su propio cuerpo.

Cuando el bebé gatee, esa estantería se irá llenando de juguetes y juegos, acordes a su desarrollo, que estarán siempre a su altura. Un espacio abierto, seguro, luminoso y alejado de peligros.

En el momento en el que el bebé se ponga de pie y ande, nuestras propuestas estarán orientadas a la autonomía y a seguir descubriendo el mundo que le rodea desde otro poderosísimo momento de desarrollo.

Sea como fuere, el ambiente preparado de juego de un bebé debe tener unas **PREMISAS** comunes:

- Seguro.
- Promueve la libertad de movimiento.
- Fomenta y permite su autonomía.
- Sencillo y natural.
- Organizado.
- Práctico para el bebé, pero también para la familia.
- A su alcance, a su medida.
- A ser posible, abierto y con luz natural.
- Materiales adecuados a su momento de desarrollo.

LIBRE MOVIMIENTO: ¿CÓMO?

La metodología del libre movimiento para bebés nació en la primera mitad del siglo XX. Emmi Pikler, una pediatra húngara, tras una serie de investigaciones, descubrió que el desarrollo y la evolución del aparato motor de los bebés, estaba enfocado a la intervención adulta.

La intervención directa del adulto durante los primeros estadios del desarrollo motor (es decir, dar la vuelta al niño, sentarlo, ponerlo de pie, hacerle andar) no es una condición previa para la adquisición de estos estadios (es decir, volverse sobre el vientre, sentarse, ponerse de pie, andar), porque en condiciones ambientales favorables el niño pequeño consigue regularmente por sí mismo, por su propia iniciativa, con movimientos de buena calidad bien equilibrados, volverse sobre el vientre y después, pasando por el rodar, el reptar y el gateo, sentarse y ponerse de pie¹.

Según sus teorías, la clave era dejar libertad de movimientos a los bebés hasta que, de manera natural, sin forzar posturas, sin adelantarnos a la naturalidad de su desarrollo, gracias a su propio aprendizaje, los niños irían desarrollando sus habilidades motoras sin la intervención directa del adulto.

¹ PIKLER, *Moverse en libertad*.

Para que tal cosa ocurriera, era necesario que llevara ropa que facilitase el movimiento, un espacio amplio, seguro, y la **no** intervención por parte del adulto en el desarrollo motor del niño. «Actitud no intervencionista», la llamé, más concretamente.

Se trata de cambiar el chip, entendiendo el desarrollo motor del bebé sin que el adulto le enseñe a moverse. Gracias al libre movimiento, el bebé se conocerá a sí mismo.

La ayuda que el adulto aporta al desarrollo del niño debe ser en primer lugar indirecta, es decir, ha de consistir en la organización de un entorno adecuado a las necesidades de desarrollo de cada edad².

SU PROPIO RITMO: ¿CUÁNDO?

Cada bebé es único, pero la ciencia es clara: en los primeros 1000 días de vida, el cerebro del bebé se desarrolla más rápido que en cualquier otro momento. La primera infancia es importante, ya que sus efectos pueden durar toda la vida. (Unicef)

No te puedo ofrecer la mejor hora para llevar a cabo las propuestas, pero sí existe una serie de consejos para intuir o leer las **señales** que nos mandan nuestros hijos sobre cuáles son los momentos más propicios para poder llevarlas a cabo.

No existe un momento exacto del día, ni de la semana, en el que estimular a nuestros hijos y, si lo existiera, estoy segura de que no sería igual para dos niños distintos.

Antes de ponernos manos a la obra con las propuestas, primero de todo, tienen que estar sus necesidades básicas cubiertas (hambre, sueño, higiene...).

Para realizar las propuestas sensoriales, hay que aprovechar las horas en las que nuestros pequeños están despiertos y, sobre todo, receptivos, evitando siempre los momentos en los que puedan tener hambre o sueño.

Cada bebé tiene un desarrollo propio e individual y hay que respetar sus tiempos. Por favor, no forzar.

Si intentamos jugar con el bebé a la misma hora a la que jugamos el día anterior y no responde del mismo modo, vemos que se siente incómodo, lo notamos alterado, que se queja, que no le gusta... la propuesta habrá finalizado. Mañana será otro día nuevo para jugar.

Esto tiene que ser un momento de descubrimiento, de observación, de aprendizaje, de juego y diversión para el bebé. Si lo convertimos en una obligación, perderá todo su sentido y valor. Ha de ser un momento natural que forme parte de nuestros días.

² PIKLER, *Moverse en libertad*.

DESARROLLO

de 0 a 24 meses³

Antes de adentrarnos de lleno en las propuestas sensoriales, me gustaría hacer un recorrido por lo que serían algunas de las características del **desarrollo normalizado** de un bebé desde que nace hasta que cumple 2 años. Siendo siempre este desarrollo una guía, una orientación con la que conocer el posible desarrollo de nuestro bebé y, así, poder acompañarlo, ofreciéndole experiencias acordes al mismo.

Dos desarrollos nunca serán iguales, cada uno es único y especial. En este sentido, se hace imprescindible respetar el ritmo individual de cada niño, sin forzarlo, teniendo muy en cuenta la premisa: **antes no es mejor**. Esto no es una carrera en la que los niños que se giran, gatean, andan..., antes, son mejores que los que lo hacen después. Lo realmente importante, es respetar el libre desarrollo de los niños, ofreciéndoles experiencias estimulantes.

Estamos tomando como referencia en todo momento un desarrollo normalizado. Por lo que, en las situaciones en las que existiesen signos de alarma en bebés que muestren dificultades en su evolución o en los que, simplemente, existiesen necesidades diferentes de estimulación temprana, habría que valorarlo en función de cada niño. En este caso, tendríamos que acudir a un especialista.

0-2 MESES

- Poco tónico.
- Reflejo de agarre.
- Empieza a fijar la mirada.
- Reconoce la voz de sus allegados, en especial la de su madre.
- Es muy receptivo a los **estímulos sonoros**.
- El **gusto** y el **olfato** se encuentran bien desarrollados también.
- El sentido del **tacto** es muy importante en los primeros minutos de vida.
- Los masajes y las caricias calman al bebé.
- Distingue la oscuridad de la luz (contrastes claro-oscuros, blancos y negros).
- En cuanto al sentido de la **vista**, ejercita espontáneamente sus capacidades visuales buscando cosas para observar y será más fácil para él si lo que observa está inmóvil.
- Se siente atraído por los rostros y por los objetos con contrastes importantes.

³ POUSSIN, *Montessori para bebés. El enfoque Montessori desde el nacimiento hasta los 3 años*.

3-6 MESES

- Casi logra sostener la cabeza.
- Se ejercita en rodar de lado.
- Descubre sus manos.
- Su **visión** mejora, su campo de visión se amplía y se profundiza. Sigue un objeto con la mirada.
- Sostiene la mirada.
- Gira la cabeza cuando los ruidos lo estimulan. Identifica los sonidos más familiares.
- Desarrollo del **lenguaje**: intenta producir sonidos y realiza gritos y górrjeos.
- El apego que siente por sus allegados es profundo y le confiere una gran alegría, que le permite sentirse seguro. Es muy dependiente de la relación con sus allegados.

5-6 MESES

- Es capaz de cambiar de posición rodando para pasar de la posición sobre la espalda a la postura sobre el vientre.
- Le gusta levantarse sobre los antebrazos.
- Posiblemente empiece a gatear y desplazarse.
- Le gusta explorar lo que lo rodea.
- Es capaz de apoderarse de un objeto y llevárselo a la boca.
- Inicio de la prensión voluntaria.
- Hace cada vez más movimientos de manera intencionada.
- Mordisquea para explorar, pero también para preparar y aliviar las encías, porque los primeros dientes a menudo aparecen en este momento.
- Su **visión** mejora y empieza a distinguir los matices de los colores.
- Comprende la relación de causa-efecto: su acción tiene consecuencias.
- Empieza a balbucear. Los sonidos se ven influenciados por lo que oye en su entorno.

7-10 MESES

- El bebé se mantiene sentado solo y empieza a desplazarse.
- Se siente atraído por objetos y situaciones hacia las que se dirige a su manera.
- Explora permanentemente su entorno y quiere tocarlo todo.
- En relación con la **coordinación motora**, es capaz de utilizar los dedos en pinza. Además, consigue soltar bien los objetos y pasarlos voluntariamente de una mano a otra. Se divierte también tirándolos y siempre se los lleva a la boca.
- Intenta levantarse y se entrena en mantenerse de pie.
- A menudo, juega con los pies
- El ojo es ahora el órgano de percepción más importante y más utilizado por el bebé: distingue perfectamente los matices de colores y le gusta comparar las formas. Le encanta observar los detalles y esto desarrolla su agudeza visual.
- Toma conciencia de su propio cuerpo y empieza a orientarse en el espacio.
- Empieza a señalar con el dedo.
- Comienza la **permanencia del objeto**, es decir, la comprensión de que los objetos siguen existiendo, aunque no puedan ser vistos, oídos o tocados.
- Le gusta mucho reconocerse en el espejo.
- Empieza a pronunciar sílabas del tipo ma, pa, da, ba... Después siguen construcciones como mamama o papapa. Comienza a asociar gestos a sus balbuceos.

11-13 MESES

- Primeros pasos.
- Es cada vez más hábil con las manos.
- Continúa señalando lo que le interesa y pide cada vez más objetos para explorar.
- Primeras palabras.
- Multiplica sus experiencias sensoriales y, en especial, empieza a tener el sentido del espacio en relieve: cuando pone la mano en una caja, capta la profundidad.
- Empieza a apilar cajas y objetos, es el inicio de los juegos de construcción.

13-18 MESES

- Marcha más estable.
- Puede arrastrar objetos tras él.
- Intentan subirse a todas partes.
- Su motricidad global se construye activamente.
- Su destreza se desarrolla gracias a la prensión, que se vuelve más delicada.
- Coordina las acciones de las dos manos.
- Sus movimientos son más precisos.
- Quiere crecer en autonomía y a menudo lo expresa cuando se le impide hacerlo.
- Empieza a marcar su oposición y a afirmar su identidad.
- Le gusta jugar solo y da muestras de una gran concentración cuando centra la atención en una actividad.
- Le gusta mucho encajar, hacer, deshacer, rehacer...
- La repetición de la actividad le encanta.
- También, le gusta esconderse.
- Su lenguaje se desarrolla, asimila palabras nuevas. Asociar cada objeto-palabra.
- Se siente muy atraído por los libros.
- Responde e inicia conversaciones, incluso empieza a construir pequeñas frases.

18-24 MESES

- Su confianza en sí mismo se consolida en numerosas actividades, siempre explorando su entorno gracias a la multiplicación de experiencias y de percepciones sensoriales.
- ¡Salta, baila, incluso corre!
- Sus movimientos se perfeccionan.
- Pule la motricidad fina y la coordinación ojo-mano.
- Observa a las personas que lo rodean e intenta imitarlas.
- Su autonomía crece y su vocabulario se enriquece.
- Empieza a utilizar verbos y construye progresivamente frases.
- Le gusta participar y manifiesta ganas de ayudar. Le gusta la vida cotidiana y las tareas domésticas.
- Quiere hacer «como si...».

100 PROPUESTAS SENSORIALES para estimular a tu bebé

Los sentidos del bebé están, pues, despiertos y son receptivos desde los primeros días, y lo mismo ocurre con su vida psíquica. Por otra parte, existe una interdependencia permanente entre sus experiencias sensoriales y su desarrollo psíquico, puesto que, al tener experiencias, se desarrollan sus conexiones neuronales, las sinapsis⁴.

Cuando nacemos, nuestros sentidos no están desarrollados plenamente. Conforme vamos viviendo experiencias sensoriales diversas, nuestros sentidos van madurando a la par.

La información sensorial va directa al cerebro, allí es donde crea, desarrolla y fortalece las conexiones nerviosas para procesarla y poder responder a ella, dando como resultado unas tareas de aprendizaje más complejas cada vez y un mayor, y mejor, desarrollo a nivel cognitivo y general.

El cerebro crece a un ritmo vertiginoso durante los primeros tres años de vida, de ahí que este proceso sensorial sea superimportante.

Por lo tanto, aprender a través de los sentidos, es decir, ofrecerle a nuestro bebé un amplio abanico de experiencias sensoriales variadas, es fundamental para el buen desarrollo del cerebro.

Estas **100 propuestas sensoriales para estimular a nuestro bebé** pueden ser realmente muchas más, ya que se pueden modificar, transformar, reconvertir..., y sobre todo adaptar al desarrollo individual de nuestros hijos.

Antes de comenzar, quiero señalar que será imprescindible nuestra presencia y acompañamiento en todo momento durante las propuestas. Todas ellas se realizarán siempre bajo nuestra supervisión. En ningún caso dejaremos solo al bebé cuando las esté haciendo.

⁴POUSSIN, *Montessori para bebés. El enfoque Montessori desde el nacimiento hasta los 3 años.*

2

semanas



2

meses



MATERIALES

- 1 anilla de bambú (20 cm)
- 7 bolas de poliespán (5 cm)
- 1 pintura acrílica negra
- 1 cuerda natural blanca
- 1 aguja de ojo grande
- 1 trozo de papel de aluminio

MÓVIL

inspiración *Munari*¹

PASOS A SEGUIR:

- 1 Marcar con un lápiz sobre las bolas la superficie que vamos a pintar de negro.



- 2 Pintar seis bolas de poliespán siguiendo el modelo (una de las bolas irá forrada con papel de aluminio).

- 3 Cortar las cuerdas en siete tamaños distintos (formarán una espiral de distintas alturas).



- 4 Para poder colgar las bolas, haremos un agujero pequeño con una aguja, añadiremos silicona e introduciremos el extremo de la cuerda.



- 5 Añadir cuatro cuerdas en la parte superior de la anilla que servirán para colgarlo.

SUGERENCIAS DE JUEGO:

La mejor opción, es la observación directa del móvil, bocarriba, a partir de la segunda semana de vida.

Sencillo, sin demasiados estímulos, este móvil es una herramienta muy poderosa para el desarrollo visual de tu bebé.

CONSEJOS:

Puedes pintar las bolas con permanente negro.

¹Este móvil es un adaptación del móvil perteneciente a la Pedagogía Montessori. Según María Montessori: «los móviles son una ayuda para el sentido de la vista». Es el primero y le proporciona al bebé la cantidad «justa» de estímulos.

100 PROPUESTAS • SENSORIALES •

PARA
estimular a tu bebé

Cuando fui madre,
me fascinaba observar a mi bebé.
Se me iban los minutos viendo cómo se movía, cómo intentaba
fijar la mirada, cómo se giraba con los sonidos y, en definitiva,
cómo reaccionaba a la vida que lo rodeaba.
Lo veía tan vulnerable, tan frágil, tan dependiente
de nuestros cuidados, nuestro amor y cariño...
Quería ser la mejor madre para él y me preguntaba
cómo podía ayudarlo, además de en cubrir sus necesidades,
en favorecer su desarrollo.
Estaba segura de que mi inquietud lo ayudaría de por vida.

Lees un popurrí de libros, miras información variada en Internet,
en redes sociales... pero poca cosa clasificada, económica y,
sobre todo, práctica para el día a día.

La idea de este libro es acercarle a cualquier madre, padre,
familiar, maestra o maestro de educación infantil de primer ciclo,
técnica o técnico de educación infantil y, en definitiva,
cualquier persona interesada.
Ideas sencillas que les permitan acompañar al bebé
en su desarrollo, estimularlo y acercarle el mundo
para poder descubrirlo juntos.

¿Nos acompañas en esta aventura inolvidable?

OBERON

www.oberonlibros.com

ISBN 978-84-415-5031-5

