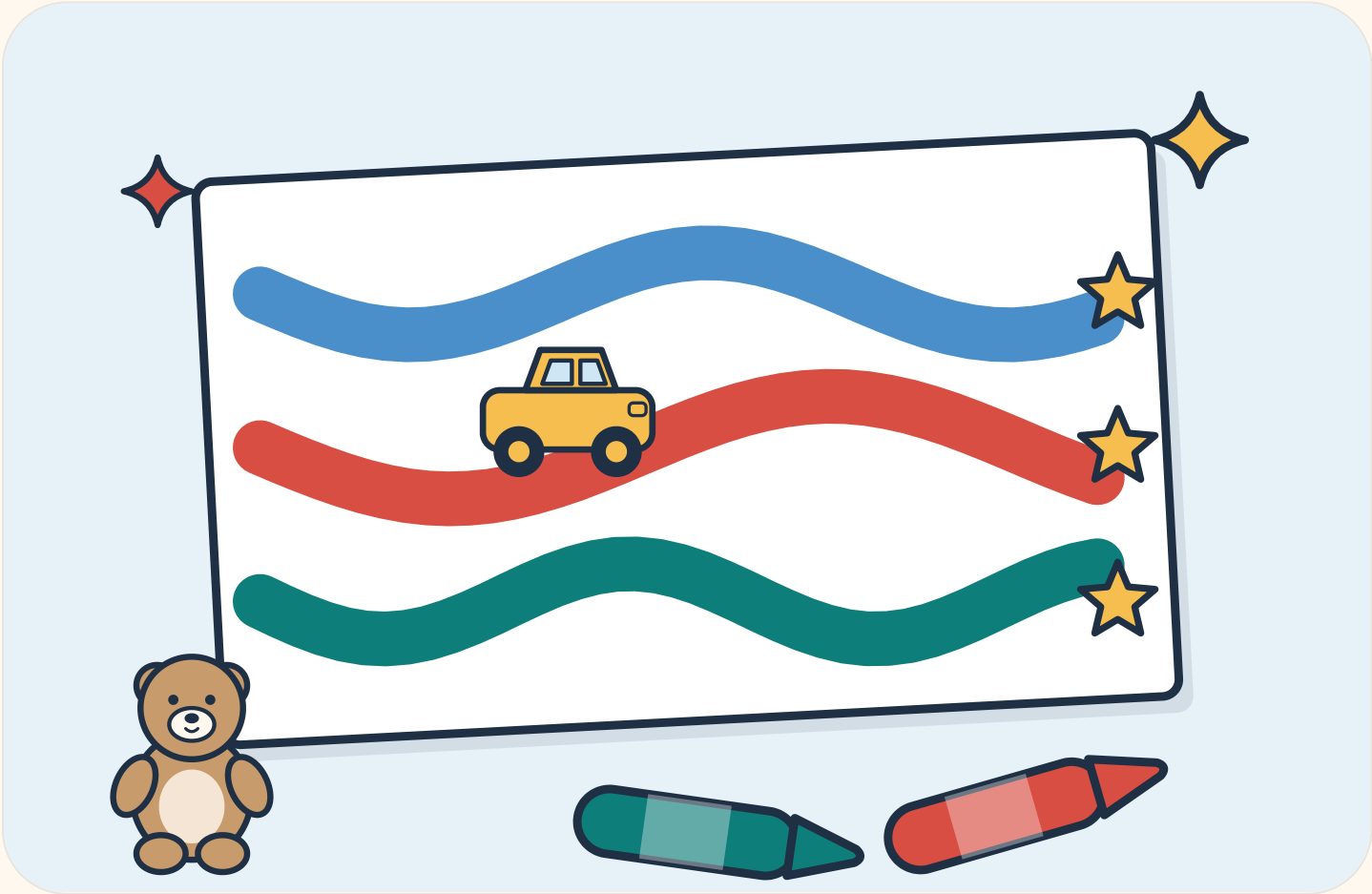
El Club del Juego
de 15 minutos

PARA JUGAR CON PEQUES DE 2 A 4 AÑOS

30 días de juego sin pantallas

Muestra gratuita: ideas sencillas, con materiales de casa, para compartir con una persona adulta.

MUESTRA GRATUITA | 3 ACTIVIDADES COMPLETAS | 1 HOJA IMPRIMIBLE



CÓMO USAR ESTA GUÍA

Tres pasos y listo

1

Elige

Mira el calendario o el índice y escoge la actividad que mejor encaje con el día, la energía y los materiales que tienes.

2

Prepara

Revisa la lista de materiales y la nota de seguridad. La mayoría se prepara en menos de cinco minutos.

3

Jueguen juntos

Sigan los tres pasos, adapten el ritmo y terminen cuando pierdan el interés. Volver a jugar otro día también cuenta.

Modo flexible

- Puedes saltar días, cambiar el orden o repetir una actividad toda la semana.
- Si tu peque pierde interés, cambien de juego: no es una tarea pendiente.
- Cada peque tiene su propio ritmo. Usa las adaptaciones por edad como punto de partida, no como meta.
- En días con poca energía, la actividad puede durar cinco minutos y está bien.

¿Sin impresora? Sin problema

- Puedes leer la guía en el teléfono, la tableta o la computadora.
- Las hojas imprimibles son opcionales: cada ficha explica cómo dibujarlas a mano en una hoja grande.
- El calendario se puede copiar en un papel y pegar en el refrigerador.
- Si imprimes, usa las versiones de bajo consumo de tinta (solo contornos).

Un recordatorio honesto: esta guía ofrece ideas de juego, no es un programa terapéutico ni una evaluación del desarrollo. Si tienes dudas sobre el desarrollo de tu peque, consulta a su pediatra o a un profesional de confianza.

¿Cuándo jugar? Ideas para encontrar el rato

Después de desayunar
Con energía fresca: buen momento para las rutas de movimiento.

Al volver a casa
Un juego tranquilo ayuda a pasar de la calle a la casa.

Antes del baño
Actividades de observar o de historias, sin correr.

Un día de lluvia
Elige una actividad con cojines o con papel grande.

Para terminar sin pleitos: avisa “dos minutos más” antes de cerrar y guarden juntos los materiales. Así el final también es parte del juego.

ANTES DE EMPEZAR

La seguridad va primero

Todas las actividades están pensadas para hacerse **con supervisión activa de una persona adulta**. Elegimos materiales para la edad más pequeña de la guía (2 años): si algo te genera duda con tu peque, cámbialo o sáltalo.

Siempre

- Una persona adulta presente y atenta durante todo el juego.
- Materiales más grandes que el puño de tu peque.
- Piso despejado y seco, lejos de escaleras y ventanas abiertas.
- Crayones gruesos y lavables; si uno se rompe, retira los trozos.
- Cinta, pegamento y cortes: los maneja solo un adulto.
- Guardar los materiales al terminar.

Nunca en estos juegos

- Pompones, bolitas, canicas, cuentas o botones
- Monedas, imanes y pilas o baterías (incluidas linternas)
- Globos y bolsas de plástico
- Cuerdas, cordones o cintas largas alrededor del cuerpo
- Brillantina, lentejuelas y recortes pequeños
- Tijeras o cúter en manos de peques
- Juguetes con piezas que se desprenden
- Comida real o de juguete pequeña como parte del juego

¿Por qué tanto cuidado con lo pequeño? A esta edad es común llevarse objetos a la boca. Por eso las actividades evitan piezas pequeñas desde el diseño, en lugar de confiar solo en una advertencia. Para más información sobre prevención de atragantamientos, consulta fuentes pediátricas reconocidas, como HealthyChildren.org de la Academia Americana de Pediatría.

Revisión de 30 segundos antes de cada juego

El espacio
Piso libre y seco; nada que pueda caer desde arriba.

Los materiales
Enteros, grandes y sin piezas sueltas.

Tú
Cerca, a la altura de tu peque y sin el teléfono en la mano.

Al terminar
Todo guardado fuera de su alcance.

Referencia rápida de tamaño (no es una prueba de seguridad): si un objeto cabe dentro de un tubo de papel higiénico, déjalo fuera. Que no quepa *no* significa que sea seguro: revisa también piezas que se suelten, bordes, cordones y pilas, y quédate siempre cerca. Ante la duda, no lo uses.

DÍA 01

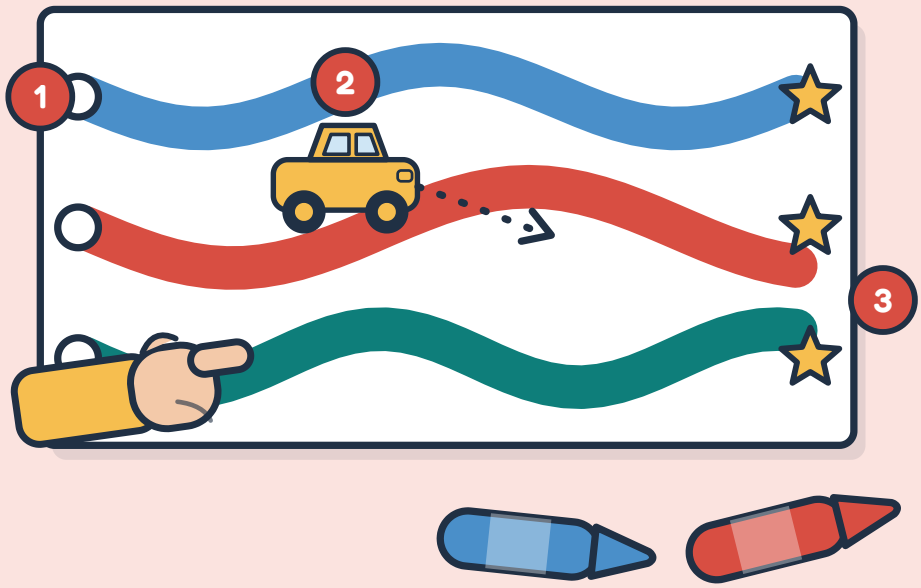
COLORES Y FORMAS

Caminos de colores

Seguir caminos anchos con el dedo y con un carrito, e imaginar a dónde llevan.

Preparación **3 min**

Juego **unos 15 min**



Materiales

- [ ] 1 hoja grande de papel (o dos hojas unidas con cinta por un adulto)
- [ ] Crayones gruesos lavables
- [ ] 1 vehículo de juguete grande, sin piezas que se suelten

Preparación

Dibuja tres caminos anchos y curvos, cada uno de un color. Marca un punto de salida y una meta en cada camino.

Paso a paso

1. Recorran juntos un camino con el dedo, despacio, de la salida a la meta.
2. Conduzcan el vehículo por el mismo camino sin salirse de las orillas.
3. Dibujen una parada nueva (una casa, un árbol) y vuelvan a empezar.

Si tiene 2 años

Usa un solo camino muy ancho y recórranlo tomados de la mano.

Si tiene 3 o 4 años

Que elija el destino y te cuente qué hay al final del camino.

Para conversar

¿A dónde nos lleva el camino azul?

Seguridad. Elige un vehículo grande, con ruedas firmes y sin piezas que se desprendan. Si un crayón se rompe, retira los trozos pequeños de inmediato.

DÍA
04

OBSERVAR LA CASA

Clasificación de calcetines

Comparar calcetines por color y dibujo, y formar parejas.

Preparación
2 min

Juego
unos 15 min



Materiales

- [ ] 6 a 10 calcetines limpios de adulto
- [ ] 1 cesta o canasta

Preparación

Reúne calcetines limpios y sin adornos. Extiéndelos sobre la cama o una alfombra.

Paso a paso

1. Elijan dos calcetines y comparen sus colores y dibujos.
2. Formen parejas con los que son iguales o se parecen.
3. Guarden las parejas en la cesta y empiecen otra ronda.

Si tiene 2 años

Separen solo en dos grupos: claros y oscuros.

Si tiene 3 o 4 años

Busquen las parejas exactas y cuenten cuántas formaron.

Para conversar

¿En qué se parecen estos dos calcetines?

Seguridad. Usa calcetines limpios de adulto, sin botones, etiquetas sueltas ni pinzas para ropa.

DÍA
16

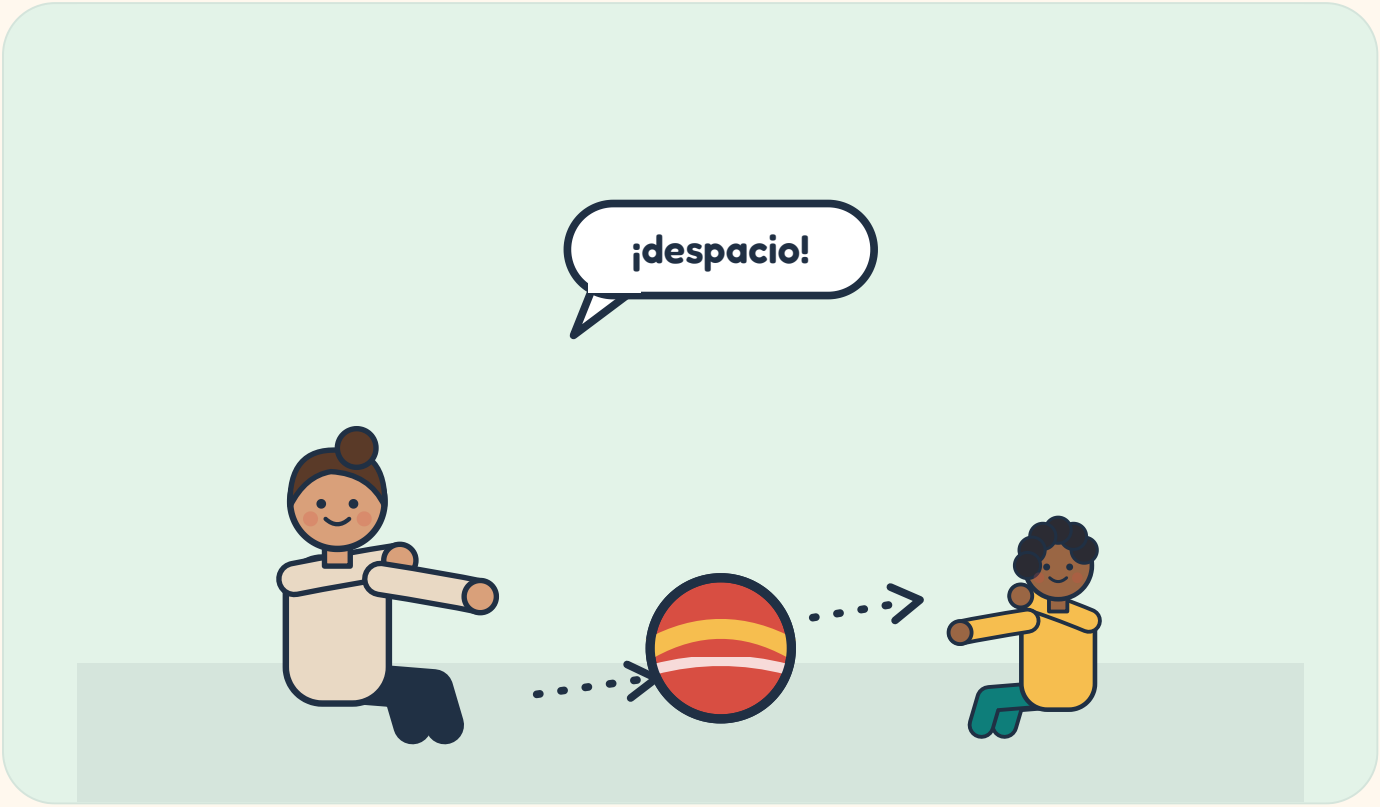
MOVERSE Y DESCUBRIR

La pelota va y vuelve

Rodar una pelota grande de ida y vuelta, cambiando la velocidad.

Preparación
1 min

Juego
unos 15 min



Materiales

- [ ] 1 pelota grande y blanda
- [ ] Piso despejado

Preparación

Siéntense en el piso frente a frente, con las piernas abiertas.

Paso a paso

1. Rueda la pelota despacio hacia tu peque.
2. Pídele que la detenga con las dos manos.
3. Que te la devuelva y cambien la velocidad: lento, rápido, lento.

Si tiene 2 años

Siéntense muy cerca, casi pie con pie.

Si tiene 3 o 4 años

Coloca un cojín como meta y túrnense para llegar a él.

Para conversar

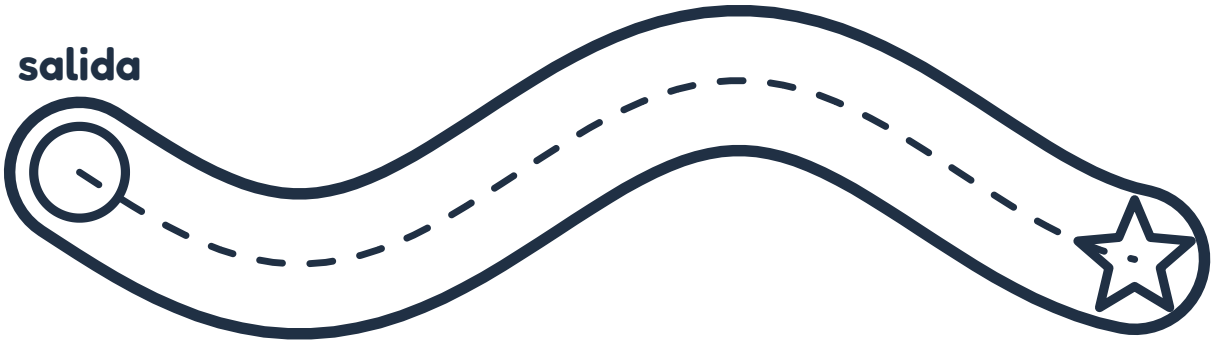
¿La pelota va rápido o despacio?

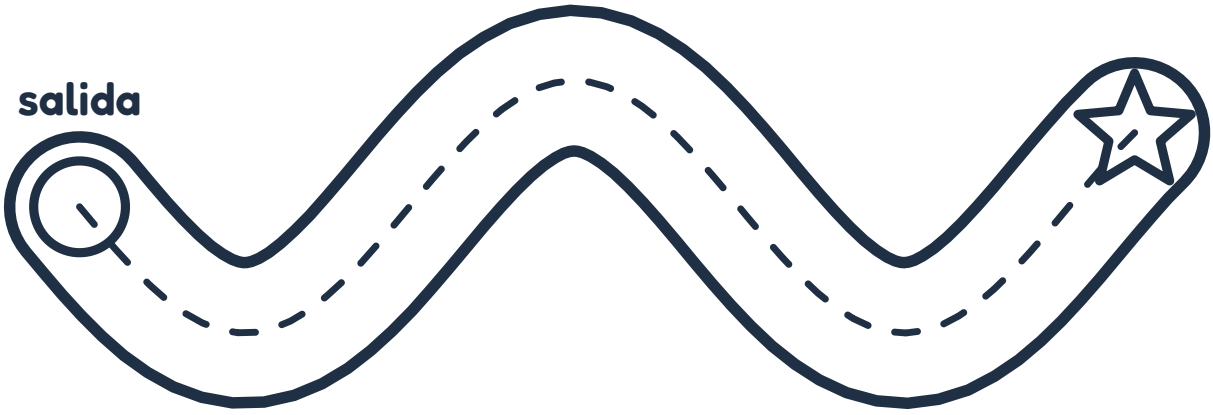
Seguridad. La pelota debe ser grande (más que su cabeza) y blanda. Lejos de escaleras y muebles con esquinas.

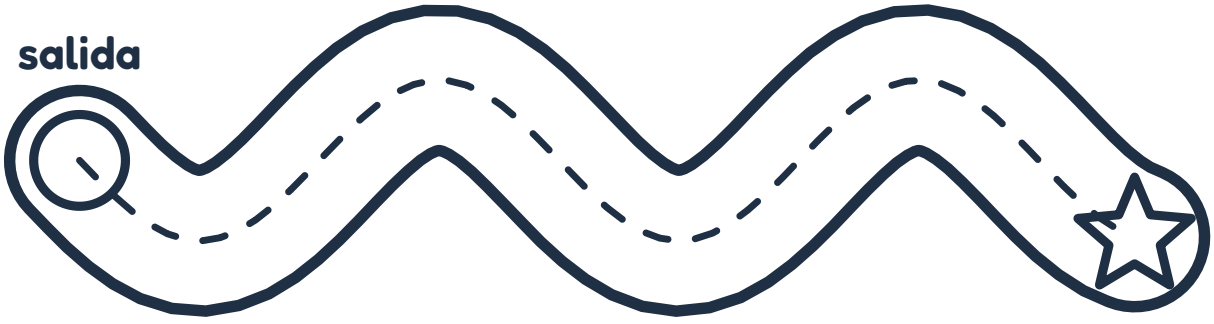
IMPRIMIBLE P02

Caminos de colores

El Club del Juego de 15 Minutos
Bajo consumo de tinta · A4







Colorea cada camino de un color. Recórranlo con el dedo y luego con un carrito grande. Uso con supervisión de una persona adulta.

LA GUÍA COMPLETA

¿Les gustó? Hay 27 actividades más

Estas tres fichas son idénticas a las de la guía completa. El plan de 30 días incluye:

- 30 actividades ilustradas, cada una con materiales, preparación, tres pasos, adaptaciones por edad y nota de seguridad.
- Calendario visual de 30 días, en color y en versión de bajo consumo de tinta.
- 13 hojas imprimibles en A4 y Carta, y listas de materiales por semana.
- Archivos PDF para leer en el teléfono o imprimir. Producto digital: no se envía nada por correo físico.

Consulta el precio vigente y los métodos de pago en la página donde descargaste esta muestra. El precio final y la moneda se confirman en la plataforma de pago antes de comprar.

