

# ¡JUEGA, APRENDE, Y CRECE SIN GASTAR MUCHO!

Ideas creativas y económicas para familias

LA BEST BABIES NETWORK

LABBN Healthy Babies. Our Future.

## Objetos que ya tienes en casa

- **¡Convierte los recipientes de tu cocina en juguetes!** Usa tazones y recipientes limpios para apilar, encajar y crear juegos de imaginación.
- Crea una botella sensorial **con arroz, frijoles o pasta** (asegúrate de cerrar bien la tapa).
- Juega al “¿Dónde está bebe?” (peekaboo) **usando toallitas o pañuelos de tela.**



## Actividades para desarrollar la motricidad fina

- **Pega notas adhesivas** en la pared o el espejo para que tu hijo las despegue.
- Pega una **hoja grande o una bolsa de papel** al piso para dibujar con crayones.



## Aprendizaje desde los primeros meses

- Usa **tarjetas de alto contraste (blanco y negro)** durante el tiempo boca abajo (tummy time). Se puede encontrar muchas opciones económicas en las tiendas de dólar.
- **Habla, canta, señala y lee** con tu bebé todos los días.



## Otras formas de apoyar el desarrollo

- **Rote los juguetes regularmente** para mantener el interés de su bebé y hacer que el tiempo de juego sea más divertido.
- **Crea juguetes con materiales que ya tienes en casa** — los materiales sencillos pueden inspirar creatividad y exploración.
- ¿Tienes un libro en otro idioma? ¡No hay problema! **Inventa historias o describe las imágenes.** Las conversaciones y las interacciones enriquecen el desarrollo del lenguaje de tu hijo.
- **Caminatas por la naturaleza:** Recojan **hojas, piedras, ramitas o flores** mientras exploran juntos. Esta actividad estimula la curiosidad, la observación y el desarrollo del lenguaje. (*Supervise de cerca a los niños pequeños, ya que pueden intentar llevarse objetos a la boca.*)



**Lo más importante: recuerda que tu tiempo, atención e interacción con tu hijo valen mucho más que los juguetes costosos.**