

Muestra gratis

La Guía de inicio, el Mapa de habilidades y la semana 1 completa, para probar en casa. De 4 a 8 años.



Índice

00 Para empezar

Guía de inicio

El Mapa de habilidades (1): atención, memoria y lógica

El Mapa de habilidades (2): percepción, coordinación y autocontrol

La hoja del Mapa: tu nivel de partida y tu área foco

01 Semana 1 • Arrancamos

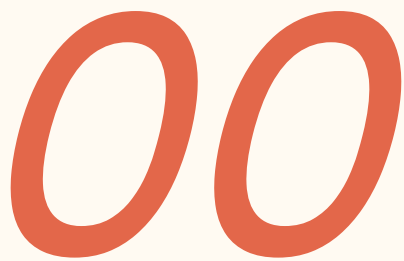
Lunes: Encuentra todos los búhos

Martes: ¿Qué falta en la bandeja?

Miércoles: Busca los iguales al modelo

Jueves: ¿Qué va después?

Viernes: Semáforo



EMPEZAR

Para empezar

La Guía de inicio y el Mapa de habilidades.

Guía de inicio

Cómo funciona Modo Atento y cómo empezar mañana



LECTURA
5 minutos

PLAN
8 semanas, 5 sesiones por semana, 40 sesiones en total

CADA SESIÓN
15 minutos como máximo

EDAD
4 a 8 años

MATERIAL
Papel, lápiz, tijeras de punta redonda y objetos de casa

Qué es Modo Atento y qué no es

Modo Atento es un juego diario en papel. Cada tarde, 15 minutos con una ficha-juego que entrena la atención, la memoria y el autocontrol. Tú no tienes que decidir qué toca: el plan lo dice día a día.

No es una clase, no pone nota y no compara a tu peque con nadie. Tampoco promete mejores notas.

No es un tratamiento

Modo Atento no es un tratamiento ni un diagnóstico, y no reemplaza a un profesional. Si sospechas TDAH u otra dificultad, o si en el cole te han comentado algo, habla con su tutora o tutor y con su pediatra. Ellos pueden valorarlo; este plan no.

Los tres pasos: Mapa, plan, ficha de hoy

- 1 **Mapa de habilidades**
Haces 6 juegos-prueba cortos, uno por área. En total llevan 10 minutos. Anotas si cada uno le salió «fácil», «con ayuda» o «le costó». Es una observación en casa, no una medición.
- 2 **Plan de 8 semanas, parte 1: el nivel de cada área**
Eliges el nivel de partida de cada área. Si tu peque tiene 6–8 años, empieza en el nivel A en las áreas donde «le costó». Si tiene 4–5 años, prueba el nivel B en las áreas donde le salió «fácil».
- 3 **Plan de 8 semanas, parte 2: el área foco**
Eliges el área foco: aquella donde más le costó. En las fichas de esa área, juega una ronda extra si tu peque tiene ganas. El calendario es el mismo para todas las familias. Lo que cambia es el nivel de cada ficha.

4 La ficha de hoy

Cada día abres la ficha que toca y juegas. En la semana 8 repites el Mapa y miras qué os parece distinto.

Cómo es una sesión de 15 minutos

Todas las fichas siguen el mismo orden. Así sabes dónde está cada cosa sin leer la ficha entera antes de empezar. Los tiempos de «Cómo se juega» suman 15 minutos o menos.

1. Área y objetivo: qué área trabaja y qué practica el juego.
2. Qué necesitas: el imprimible del nivel y objetos de casa, como lápiz, pinzas de la ropa o vasos de plástico. Nada que comprar.
3. Cómo presentarla: una o dos frases que dices en voz alta, separadas de lo que haces.
4. Cómo se juega: pasos numerados, cada uno con su tiempo.
5. Nivel A y nivel B: qué cambia en cada uno. El nivel A es para 4–5 años y el B para 6–8 años. Cada nivel tiene su imprimible.
6. Si se atasca: dos o tres ayudas, de menos a más, sin darle la respuesta.
7. Cuándo parar: señales de cansancio y cómo cerrar bien.
8. Reto del día: una frase que tu peque puede cumplir y celebrar.

Las 6 áreas, con un ejemplo de casa

Área	Qué practica	Ejemplo cotidiano
Atención	Mantener la mirada y la mente en una tarea	Escuchar una consigna entera y terminar un dibujo sin levantarse
Memoria	Recordar lo que se acaba de ver o de oír	Acordarse de tres cosas que hay que meter en la mochila
Lógica y secuencias	Ver qué va antes y qué va después	Ordenar los pasos de lavarse los dientes
Percepción visual y orientación espacial	Fijarse en detalles y situarse a izquierda, derecha, arriba y abajo	Encontrar el calcetín igual en un cajón revuelto
Coordinación ojo-mano	Hacer con las manos lo que ven los ojos	Abrochar un botón o colgar una prenda con una pinza
Autocontrol y planificación	Esperar, frenar el impulso y pensar antes de empezar	Esperar su turno en un juego de mesa

Cuatro reglas para el rato juntos

1. Sin pantallas cerca. Deja el móvil, la tablet y la tele fuera de la vista y apagados durante los 15 minutos. Avisa antes: «Cuando acabemos, hablamos de qué hacemos después».
2. Mismo momento del día. Elige una hora que se repita, por ejemplo justo antes de cenar. Si el rato tiene sitio fijo en la tarde, tu peque deja de negociarlo.
3. Parar antes de que se canse. Si tu peque aún tiene ganas, el final deja buen sabor. Cada ficha explica las señales de cansancio.
4. Celebrar el intento. Di lo que ha hecho: «Has mirado con calma antes de contestar». Esa frase vale más que «muy bien» o «has acertado».

Tu papel

Siéntate a su lado, no enfrente. Lee la ficha en voz alta con calma y deja que tu peque haga el juego. Si se frustra, no corrija: usa las ayudas de «Si se atasca».

Qué hacer si un día no se puede

- Si falta un día, haz esa ficha el sábado o el domingo. Son días libres del plan para recuperar.
- Haz una sola ficha al día. Dos fichas seguidas no recuperan nada: cansan.
- Si pasan varios días sin jugar, retoma la ficha pendiente más antigua y sigue desde ahí. No hace falta repetir nada.
- Si un día tu peque está muy cansado o enfadado, juega solo el primer paso o cierra con el «Reto del día». Un rato corto cuenta igual.

Cómo imprimir

- Papel A4, en blanco y negro. No hace falta tinta de color.
- Cada domingo imprime las fichas de la semana. El plan indica cuáles son. Imprime solo el nivel que toca en cada ficha.
- Ten a mano tijeras de punta redonda. Si hay tarjetas que recortar, recórtalas tú o con tu peque antes de empezar el juego.
- Guarda las hojas de la semana en un sobre o una carpeta con el día escrito fuera.

Tu primer paso, mañana

- ☐ Imprime los juegos-prueba del Mapa de habilidades.
- ☐ Busca un lápiz y un sitio sin pantallas.
- ☐ Elige la hora diaria del rato juntos.
- ☐ Haz el primer juego-prueba con tu peque. Dura menos de 2 minutos.

El Mapa de habilidades (1): atención, memoria y lógica

Tres juegos-prueba de 5 minutos en total para ver por dónde empezar



PARA QUIÉN

Peques de 4 a 8 años

DURACIÓN

5 minutos, los tres juegos juntos

ÁREAS

Atención, memoria, lógica y secuencias

QUÉ NECESITAS

Los 3 imprimibles de esta pieza, un lápiz, tijeras de punta redonda, un folio en blanco y un reloj que puedas mirar tú sin que lo vea tu peque

El Mapa son seis juegos cortos, uno por área. En esta pieza están los tres primeros. Los otros tres están en «El Mapa de habilidades (2)». Con lo que veas, en «La hoja del Mapa» eliges el nivel de partida de cada área.

Es una observación, no un examen

El Mapa no es un diagnóstico, no puntúa y no compara a tu peque con otros niños. Solo te dice por dónde empezar.

Prepara el Mapa

- Elige un rato tranquilo, con la mesa despejada y la tele apagada. Un sábado por la mañana o después de la merienda funciona mejor que justo al llegar a casa.
- Recorta antes las 12 tarjetas (4 de objetos y 8 de frutas) con las tijeras de punta redonda.
- Deja el reloj a tu lado, fuera de su vista. Lo necesitas para contar 1 minuto en el juego 1, 20 segundos y 10 segundos en el juego 2, y 10 segundos en el juego 3. Tu peque no ve ningún cronómetro.
- Presenta los juegos así: «Hoy vamos a jugar a tres juegos nuevos».

- Si se equivoca, no corrija. Di «Gracias» o «Sigue».
- Anota la marca después de cada juego, cuando ya no te mire.
- Si se cansa, para. Haz el juego que falta otro día.

Qué significa cada marca

- «Fácil»: lo hizo solo y sin dudar.
- «Con ayuda»: lo hizo después de una pista tuya.
- «Le costó»: no lo hizo ni con la pista, o lo dejó.

Juego-prueba 1 • Atención: cazar búhos

Tu peque busca 4 búhos entre 12 casillas durante 1 minuto. Fíjate en cómo busca, no solo en cuántos encuentra.

Qué decir: «Vamos a cazar búhos. Hay 4 escondidos entre los animales. Rodea todos los que veas. Cuando yo diga “ya”, empieza».

1 Prepara

Pon el imprimible y el lápiz delante de tu peque.

2 Di la consigna

Espera a que te mire. Luego di «ya».

3 Mira el reloj

Deja pasar 1 minuto en silencio.

4 Da la pista, una sola vez

Si a los 40 segundos se ha parado con menos de 4 búhos, di «Quedan búhos, mira otra vez desde el principio» y deja que siga hasta el minuto.

5 Cierra

Di «¡Tiempo!». Contad juntos los búhos rodeados.

Marca	Qué ves
Fácil	Rodea los 4 búhos solo, sin necesitar tu pista.
Con ayuda	Rodea 2 o 3 y se para. Con tu pista («Quedan búhos, mira otra vez desde el principio») encuentra alguno más.
Le costó	Rodea 0 o 1 búho, o rodea gatos o ranas. Se levanta o habla de otra cosa varias veces. Con tu pista sigue igual.

Juego-prueba 2 • Memoria: ¿qué tarjetas había?

Tu peque mira 4 tarjetas durante 20 segundos y dice cuáles había. El orden da igual.

Qué decir: «Mira estas 4 tarjetas. Tienes 20 segundos. Luego las tapo y me dices cuáles había».

1 Pon las tarjetas en fila

Nombrad juntos cada objeto, para que los dos uséis la misma palabra.

2 Di la consigna

Mira el reloj y deja 20 segundos en silencio.

3 Tapa

Cubre las 4 tarjetas con el folio.

4 Pregunta

Di «¿Qué tarjetas había?» y espera 10 segundos.

5 Da una pista, una sola vez

Si dice menos de 3, elige un objeto que falta: pelota, «sirve para jugar»; llave, «abre la puerta»; taza, «sirve para beber»; zapato, «va en el pie».

Marca	Qué ves
Fácil	Dice 3 o 4 objetos solo, en cualquier orden.
Con ayuda	Dice 1 o 2 solo. Con tu pista llega a 3 o más.
Le costó	Con tu pista sigue en 2 objetos o menos. Dice «no me acuerdo», o nombra objetos que no estaban.

Juego-prueba 3 · Lógica y secuencias: sigue la fila de frutas

Tu peque continúa una fila de dos frutas que se repiten: manzana, plátano, manzana, plátano.

Qué decir: «Mira esta fila de frutas. Se repiten siempre igual. Continúala con estas tarjetas».

1 Coloca la fila

Pon en línea 4 tarjetas: manzana, plátano, manzana, plátano.

2 Da las tarjetas

Pon delante de tu peque las otras 4 tarjetas, mezcladas: 2 manzanas y 2 plátanos.

3 Di la consigna

Espera y mira cómo coloca cada tarjeta.

4 Da una ayuda, una sola vez

Si coloca una tarjeta mal o pasan 10 segundos sin mover, lee la fila en voz alta una vez, señalando cada tarjeta. No digas cuál sigue.

Marca	Qué ves
Fácil	Coloca las 4 tarjetas en el orden correcto (manzana, plátano, manzana, plátano) sin ayuda y sin pasar 10 segundos sin mover una tarjeta.
Con ayuda	Coloca una tarjeta mal o pasan 10 segundos sin mover, y tú lees la fila en voz alta. Después la continúa bien.
Le costó	Después de leer la fila en voz alta, sigue poniendo tarjetas al azar. O te pide que lo hagas tú, o lo deja.

Si tu peque lo necesita

Si lleva gafas, que se las ponga. Si le cuesta sujetar el lápiz, que señale con el dedo en lugar de rodear. Si aún no nombra bien los objetos, que los señale cuando los recuerde.

Al terminar

Cierra con «¡Misión cumplida! Estos juegos me han servido mucho». Dilo también si algún juego no salió bien. Apunta las tres marcas y guarda las tarjetas para el siguiente paso.

Nombre: _____

Fecha: _____

Cazar búhos

Rodea todos los búhos que veas. Hay 4 escondidos. Cuando el adulto diga «ya», empiezas.



Nombre: _____

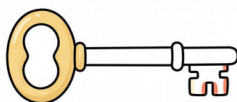
Fecha: _____

Tarjetas de memoria

Recorta las 4 tarjetas. Ponlas en fila y míralas 20 segundos.



pelota



llave



taza



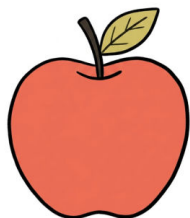
zapato

Nombre: _____

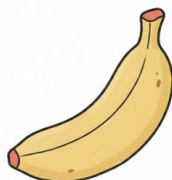
Fecha: _____

Tarjetas de frutas

Recorta las 8 tarjetas. El adulto pone 4 en fila y tú continúas la fila con las otras 4.



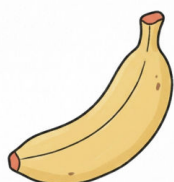
manzana



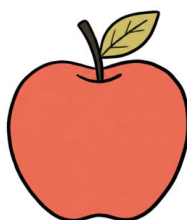
plátano



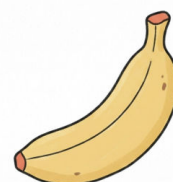
manzana



plátano



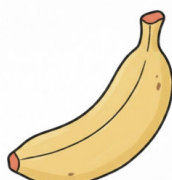
manzana



plátano



manzana



plátano

El Mapa de habilidades (2): percepción, coordinación y autocontrol

Tres juegos-prueba para observar en unos 5 minutos



EDAD

4 a 8 años

DURACIÓN

5 minutos de juego (2 + 2 + 1), más 1 minuto para explicar el semáforo

CUÁNDO

Un rato tranquilo, con el peque descansado. Puedes repartir los tres juegos en dos días.

MATERIALES

Tijeras de punta redonda, 5 botones, 1 pinza de la ropa, 1 vaso de plástico, un reloj con segundero

IMPRIMIBLES

3, uno por juego

Estos tres juegos siguen a los del Mapa (1). No son un examen ni un diagnóstico: sirven para ver por dónde empezar. Tú observas y apuntas. No corriges ni puntúas.

Juego-prueba 4 · Percepción visual: la fila de juguetes (2 minutos)

Practica: copiar un orden de izquierda a derecha.

Qué decir: «Mira esta fila de juguetes. Haz otra igual debajo, con los juguetes en el mismo orden.»

- 1 Prepara las tarjetas**
Imprime el imprimible dos veces y recorta las 12 tarjetas. Usa una hoja para el modelo y la otra para la copia.
- 2 Coloca la primera fila**
Pon en fila, de izquierda a derecha: pelota, coche, osito. Deja las 6 tarjetas de la copia mezcladas debajo.
- 3 Pide la copia (1 minuto)**
Di la frase y espera. El peque elige 3 tarjetas y las coloca bajo tu fila.

4 Cambia la fila (1 minuto)

Retira las dos filas, mezcla otra vez las 6 tarjetas de la copia y coloca tu nueva fila: osito, pelota, tren. Di la misma frase.

Marca	Qué ves
Fácil	Copia las dos filas con los mismos juguetes y el mismo orden, sin ayuda.
Con ayuda	Acierta después de que le digas «Mira otra vez el primero» o de que corrija solo.
Le costó	Cambia juguetes u orden aunque le hayas ayudado.

Juego-prueba 5 · Coordinación ojo-mano: recortar y pinzar (2 minutos)

Practica: cortar siguiendo una línea y cerrar los dedos con precisión.

Qué decir: «Recorta cada tarjeta por la línea. Después pasa los botones al vaso de uno en uno, con la pinza.»

1 Entrega el material

Da al peque el imprimible y las tijeras de punta redonda. Ponte a su lado.

2 Recorta (1 minuto)

El peque recorta las dos tarjetas por la línea. Si el papel se mueve, sujétalo tú.

3 Prepara la pinza

Pon 5 botones sobre la mesa y el vaso a un palmo de distancia. Enséñale una vez cómo se coge un botón con la pinza.

4 Pinza los botones (1 minuto)

El peque pasa los 5 botones al vaso, de uno en uno, con una sola mano.

Marca	Qué ves
Fácil	Corta casi todo sobre la línea y pasa los 5 botones sin ayuda.
Con ayuda	Necesita que sujetes el papel o le recuerdes cómo abrir la pinza. Se le cae algún botón y lo vuelve a intentar.
Le costó	Corta fuera de la línea casi todo el recorrido, o pasa menos de 3 botones.

Si las dos partes dan resultados distintos, marca la que más le costó.

Inclusión

Si tu peque es zurdo, dale tijeras para zurdos o déjale girar el papel. La pinza se usa con la mano que prefiera.

Juego-prueba 6 · Autocontrol: el semáforo de movimiento (1 minuto)

Practica: frenar el cuerpo cuando cambia la señal.

Qué decir: «Con el verde, camina por aquí. Con el amarillo, muy despacio, como en cámara lenta. Con el rojo, estatua: no te muevas hasta que cambie el color.»

1 Despeja el espacio

Deja libre un cuadrado de 2 pasos por 2 pasos. Recorta las 3 tarjetas.

2 Practica cada color (1 minuto)

Enseña cada tarjeta una vez. El peque hace el movimiento. Este minuto no se anota.

3 Juega (1 minuto)

Enseña una tarjeta cada 7 segundos, 8 veces: verde, amarillo, rojo, verde, rojo, amarillo, verde, rojo.

4 Cierra con estatua

La última tarjeta es roja. Cuenta hasta 5 en voz alta y di «¡Estatua perfecta!».

Marca	Qué ves
Fácil	Se queda quieto en los 3 rojos en cuanto enseñas la tarjeta, y camina más lento con el amarillo.
Con ayuda	Se para tarde o se mueve un poco, y mejora si le dices el color.
Le costó	No consigue quedarse quieto en rojo aunque se lo recuerdes.

Apunta lo que has visto

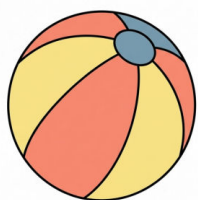
Escribe «fácil», «con ayuda» o «le costó» junto a cada área: percepción visual, coordinación y autocontrol. Con esas tres marcas y las del Mapa (1), la hoja del Mapa te dirá en qué nivel empezar cada área.

Consejo

Si el peque se cansa o se frustra, para y retoma el juego mañana. Cierra con «Hoy has probado cosas nuevas». Una marca tomada con calma vale más que tres con prisa.

Tarjetas de juguetes

Imprime esta página dos veces. Recorta las 12 tarjetas por el borde.



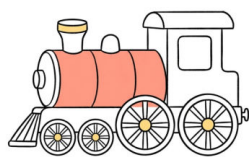
Pelota



Coche



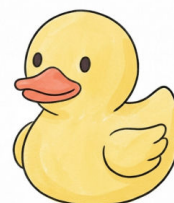
Osito



Tren



Muñeca



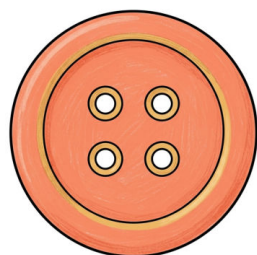
Patito

Nombre: _____

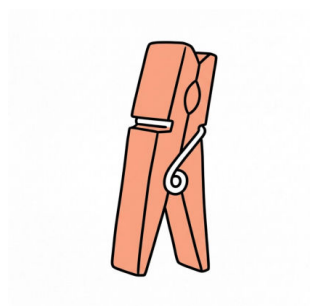
Fecha: _____

Dos tarjetas para recortar

Recorta cada tarjeta por la línea que la rodea.



Botón



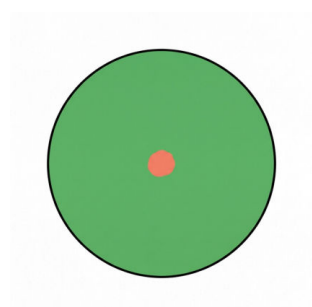
Pinza

Nombre: _____

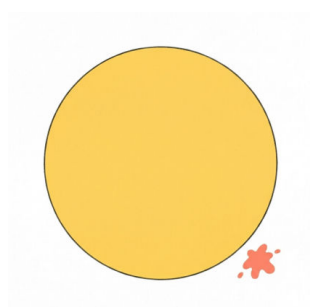
Fecha: _____

Tarjetas del semáforo

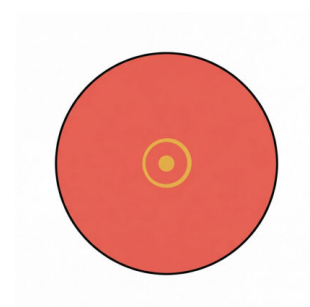
Recorta las 3 tarjetas. Enseña una cada vez, de frente, a la altura de los ojos.



Verde



Amarillo



Rojo

La hoja del Mapa: tu nivel de partida y tu área foco

Cinco minutos para convertir lo que has visto en un punto de partida para cada área



Ya habéis jugado los seis juegos-prueba. Esta hoja los convierte en un nivel de partida para cada área. No hay puntos ni notas: solo anotas cómo le salió cada juego-prueba.

CUÁNDO

Después del sexto juego-prueba y antes de la ficha del día 1

DURACIÓN

5 minutos

QUÉ NECESITAS

La hoja de resultados (más abajo) y un lápiz

Rellena la hoja

1 Imprime dos copias

Imprime la hoja de resultados dos veces. Rellena una ahora y guarda la otra en blanco para la semana 8.

2 Escribe las áreas

Escribe un área en cada fila: atención, memoria, lógica y secuencias, percepción visual y orientación espacial, coordinación ojo-mano, autocontrol y planificación.

3 Marca cómo salió

Pon una cruz en una sola columna por área. «Fácil»: lo hizo solo y sin pistas. «Con ayuda»: necesitó una pista o que repitieras la consigna. «Le costó»: aun con ayuda no lo terminó, se frustró o quiso dejarlo.

4 Anota el nivel de partida

Busca su edad y su columna en la tabla de abajo. Escribe A o B en la última columna.

Si dudas entre dos columnas

Marca la columna que pide más ayuda. Empezar un poco más cómodo es mejor que frustrarse en la primera ficha.

Nivel de partida según la edad

Cómo salió	4–5 años	6–8 años
Fácil	Prueba el nivel B	Nivel B
Con ayuda	Nivel A	Nivel B
Le costó	Nivel A	Nivel A

El nivel A es el de 4–5 años. El nivel B es el de 6–8 años. Cada ficha trae los dos. El calendario de las 8 semanas es igual para todas las familias. Lo único que cambia con el Mapa es el nivel con el que juegas cada ficha.

Elige el área foco

El área foco es el área donde más le costó. Rodea su nombre en la hoja.

- Si le costaron varias áreas, elige la que necesitó más ayuda o la que más le frustró.
- Si ninguna le costó, elige la que marcaste «con ayuda».
- Si todo le salió fácil, deja que tu peque elija el área foco.

Tener un área foco significa una sola cosa: en las fichas de esa área, al terminar, le propones una ronda extra del mismo juego. Si tiene ganas, la juega. Si no tiene ganas, cerráis la ficha ahí. Si ya han pasado 15 minutos, tampoco hay ronda extra.

Cuándo subir de nivel

Cuando una ficha le sale fácil dos veces seguidas, pásala al nivel B. «Fácil» significa que la hace solo, sin pistas y sin enfadarse. Anota el cambio en la hoja, junto al área, con la fecha.

Si el nivel B le sale muy cuesta arriba

Vuelve al nivel A en esa ficha. Volver no es retroceder: es ajustar. Puedes subir otra vez más adelante.

Repite el Mapa al terminar la semana 8

1 Elige un momento tranquilo

Hazlo a la misma hora y en el mismo sitio que la primera vez.

2 Juega los seis juegos-prueba

Usa los mismos juegos y las mismas consignas que al principio.

3 Rellena la segunda hoja

Usa la copia en blanco y las mismas columnas. No hace falta recalcular el nivel de partida.

4 Mirad las dos hojas juntas

Ponedlas una al lado de la otra. Pregúntale: «¿Qué te ha parecido más fácil ahora?». Anota lo que os parezca distinto.

Lo que nos parece distinto

Compara a tu peque solo con su propia hoja de la primera vez. Si una columna no cambia, no pasa nada: el Mapa no puntúa.

Qué no es el Mapa

El Mapa no mide, no da una nota y no diagnostica. Solo te dice por dónde empezar. Si algo te preocupa de cómo atiende, recuerda o se maneja tu peque, habla con su pediatra o con su tutora.

Hoja de resultados del Mapa

Escribe un área en cada fila. Marca con una cruz cómo le salió. Anota A o B en «Nivel de partida».

Rodea el área foco.

Día	Área	Fácil	Con ayuda	Le costó	Nivel de partida

01

SEMANA 1

Semana 1 • Arrancamos

Cinco fichas-juego de 15 minutos, de lunes a viernes.

Lunes: Encuentra todos los búhos

Semana 1 · Ficha de atención · 15 minutos



ÁREA
Atención

QUÉ PRACTICA
Mirar con orden y mantener la vista en la tarea hasta encontrar todos los búhos

DURACIÓN
15 minutos como máximo

Qué necesitas

- El imprimible de tu peque: «Búhos A» (4–5 años) o «Búhos B» (6–8 años). Imprime 3 copias. La tercera solo se usa si atención es el área foco de tu peque.
- Un lápiz de color. Sirve cualquiera que se vea bien sobre el dibujo.
- Un temporizador de cocina o un reloj con segundero, para vigilar los 15 minutos tú.

Cómo presentarla

Siéntate al lado de tu peque, no enfrente. Pon la hoja entre los dos. Di en voz alta:

Consejo

«Hoy vamos a cazar búhos. Hay varios escondidos entre otros animales. Tú los rodeas con el lápiz y yo te acompaño.»

Cómo se juega

1 Preparad (1 min)

Pon la hoja y el lápiz delante de tu peque. Guarda cualquier otra cosa que haya sobre la mesa.

2 Mirad el búho y probad (2 min)

Señala un búho y describidlo juntos: ojos grandes y redondos, plumas en la cabeza. Rodead ese búho entre los dos.

3 Ronda 1 (4 min)

Tu peque rodea los búhos que vea, a su manera. Tú te callas y cuentas en silencio cuántos rodea bien.

4 Contad (1 min)

Cuenta en voz alta los búhos rodeados. Compara con el total: 4 en el nivel A, 6 en el nivel B.

5 Ronda 2 con método (5 min)

Dale la copia nueva. Di: «Ahora ve casilla por casilla, de izquierda a derecha, y toca cada una con el dedo antes de decidir.» Tu peque rodea los búhos con ese orden.

6 Celebrad y cerrad (2 min)

Contad los búhos de la ronda 2. Comentad cuál de las dos rondas fue más fácil. Guardad las hojas.

Variante

Si atención es el área foco de tu peque en el Mapa y tiene ganas, añade una ronda 3 de 3 minutos con la tercera copia, con el mismo método de la ronda 2. Ponla justo antes de «Celebrad y cerrad». Para seguir en 15 minutos, haz la ronda 1 de 2 minutos y la ronda 2 de 4 minutos. En «Celebrad y cerrad», contad los búhos de las tres rondas y comentad cuál fue más fácil.

Nivel A y nivel B

	Nivel A (4–5 años)	Nivel B (6–8 años)
Cuadrícula	12 casillas	20 casillas
Búhos	4	6
Se parecen a	Gatos, patos y peces	Gorriones, palomas y loros
Qué añade el adulto	Toca contigo la primera fila para enseñar el orden	Pide a tu peque que explique en qué se distingue un búho de una paloma antes de la ronda 2

Si se atasca

1. Di: «Empieza por la esquina de arriba a la izquierda y toca cada casilla con el dedo.»
2. Tapa con una hoja de papel todas las filas menos una. Tu peque mira solo esa fila y destapas la siguiente cuando termina.
3. Señala una fila sin decir dónde está el búho y di: «En esta fila hay uno.»

Atención

Si tu peque rodea un animal que no es un búho, no lo corrijas tú. Pregunta: «¿Tiene los ojos grandes y redondos y plumas en la cabeza?»

Cuándo parar

Son señales de cansancio: se levanta, mira por la ventana, rodea sin mirar la hoja, suspira o suelta el lápiz. Cierra así:

- Di: «Terminamos aquí por hoy.»
- Contad juntos los búhos que rodeó.
- Chocad la mano y guardad la hoja.
- Mañana toca otra ficha. Esta no se repite.

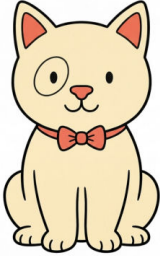
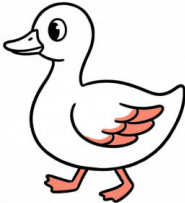
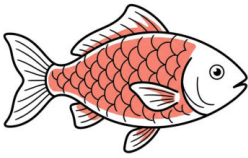
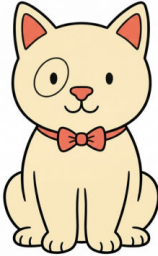
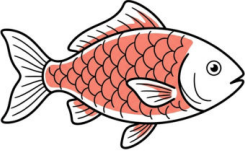
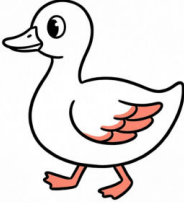
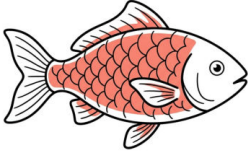
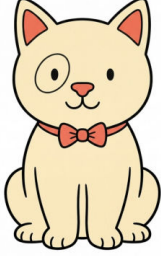
Reto del día

Consejo

«Hoy encuentro todos los búhos mirando casilla por casilla.» Cuando lo consiga, celebradlo con un choque de manos.

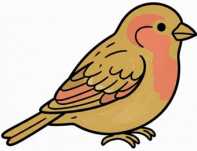
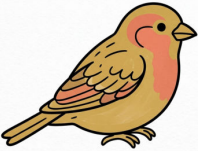
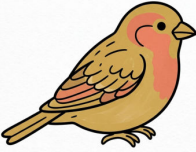
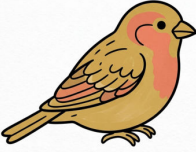
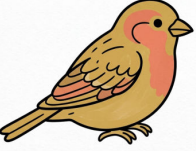
Búhos A: encuentra los 4 búhos

Entrega esta hoja al nivel A (4-5 años). Pide que rodee los 4 búhos.

Búhos B: encuentra los 6 búhos

Entrega esta hoja al nivel B (6–8 años). Pide que rodee los 6 búhos.

Martes: ¿Qué falta en la bandeja?

Memoria · 15 minutos



Área y objetivo

Memoria. Tu peque mira unas tarjetas, las recuerda cuando se tapan y dice cuál falta.

Qué necesitas

- El imprimible de su nivel: tarjetas del nivel A (4 objetos) o del nivel B (6 objetos). Recórtalas tú antes de jugar, con tijeras de punta redonda.
- Una bandeja o una tabla de cortar.
- Un paño de cocina que tape todas las tarjetas.

Cómo presentarla

Di: «Hoy jugamos a ¿qué falta? Mira bien las tarjetas. Yo las tapo, quito una y tú me dices cuál ha desaparecido».

Haz: siéntate al lado de tu peque, no enfrente. Así las dos personas miran la bandeja desde el mismo lado.

Cómo se juega

- 1 Coloca las tarjetas (1 min)**
Pon todas las tarjetas del nivel boca arriba sobre la bandeja, en fila y separadas.
- 2 Ronda 1: mira (30 s)**
Di «Miramos» y cuenta despacio hasta 20 en voz alta. Pide a tu peque que diga el nombre de cada objeto mientras mira. Los 30 s incluyen la preparación.
- 3 Ronda 1: tapa y quita (30 s)**
Cubre la bandeja con el paño. Saca una tarjeta por debajo y guárdala detrás de ti.
- 4 Ronda 1: destapa y adivina (1 min)**
Quita el paño y pregunta: «¿Qué falta?». Cuando responda, enseñale la tarjeta que guardabas. Vuelve a poner en la bandeja las tarjetas que guardabas antes de la siguiente ronda.
- 5 Repite 3 rondas más (6 min)**
Repite los tres pasos de la ronda 1 tres veces, con unos 2 minutos por ronda. Quitaa una tarjeta distinta cada vez. En el nivel B, la ronda 4 (la última) quita dos tarjetas.

6 Cambio de papeles (3 min)

Tu peque tapa la bandeja y quita una tarjeta. Tú adivinas. Falla una vez a propósito y deja que te corrija.

Tiempo total: 1 + 2 + 6 + 3 minutos de juego, más 1 minuto para presentarla y 2 minutos para cerrar. Suman 15.

Nivel A (4–5 años)

Usa las 4 tarjetas: llave, cuchara, calcetín y pelota. En cada ronda falta una sola tarjeta. Si adivina las 4 rondas con facilidad, prueba el nivel B en la próxima ficha de memoria.

Nivel B (6–8 años)

Usa las 6 tarjetas: llave, cuchara, calcetín, pelota, vaso y peine. Las rondas 1 a 3 funcionan igual que en el nivel A. En la ronda 4, la última, quita dos tarjetas y pregunta: «¿Cuáles faltan?». Antes del cambio de papeles, vuelve a poner las dos tarjetas en la bandeja.

Si se atasca

1. Señala con el dedo cada tarjeta que queda y pregunta: «¿Esta estaba? ¿Y esta?». Así descarta por sí mismo.
2. Da una pista de grupo: «Es algo que usamos para comer» o «Es algo que se pone en el pie».
3. Enseña las tarjetas 10 segundos más, tápalas otra vez y repite la ronda con la misma tarjeta ausente.

Cuándo parar

Para si tu peque mira a otro lado, responde al azar, se levanta o te dice «ya». No esperes a la frustración: acabar pronto no es perder.

Para cerrar, termina siempre con una ronda que acierte. Di: «Hoy te has fijado en todos los objetos». Guarda las tarjetas en un sobre para el próximo juego de memoria.

Un truco que puedes enseñarle

Cuando diga el nombre de cada objeto en voz alta mientras mira, lo recuerda mejor. Hazlo tú primero en la ronda 1.

Reto del día

Antes de dormir: «Mira la mesa 10 segundos, date la vuelta y dime 3 cosas que había».

Tarjetas nivel A: 4 objetos

Recorta las 4 tarjetas por el borde. Colócalas boca arriba sobre la bandeja.



Llave



Cuchara



Calcetín



Pelota

Tarjetas nivel B: 6 objetos

Recorta las 6 tarjetas por el borde. Colócalas boca arriba sobre la bandeja.



Llave



Cuchara



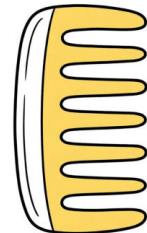
Calcetín



Pelota



Vaso



Peine

Miércoles: Busca los iguales al modelo

Semana 1 · Percepción visual y orientación espacial · 15 minutos



Área y objetivo

ÁREA

Percepción visual y orientación espacial

QUÉ PRACTICA

Fijarse en los detalles de un objeto (el asa, la forma) y compararlo con otros parecidos

DURACIÓN

15 minutos como máximo

Qué necesitas

- ☐ El imprimible de su nivel (A: 12 casillas; B: 20 casillas)
- ☐ Un lápiz
- ☐ Una taza con asa de tu cocina, para usarla como modelo
- ☐ Un lápiz de otro color (para el paso 4)

Cómo presentarla

Lo que haces: pon la taza sobre la mesa, entre los dos, y la hoja boca arriba.

Lo que dices: «Hoy somos detectives. Esta taza es el modelo. Vamos a encontrar en la hoja todas las que son iguales a ella.»

Cómo se juega

- 1 Mirad el modelo (2 min)**
Pide a tu peque que toque la taza y que te diga cómo es. Señalad juntos el asa. Si no la nombra, di tú: «Tiene asa.» Después di la regla: «Es igual si es una taza con asa, aunque cambie el color. Las jarras tienen pico para verter y los vasos no tienen asa: no valen.»
- 2 Primera ronda (5 min)**
Dale el lápiz. Tu peque rodea todos los dibujos que son iguales al modelo. Tú miras sin corregir.

3 Comprobad (3 min)

Contad juntos los dibujos rodeados. Coloca la taza junto a cada uno y preguntad: «¿Tiene asa y no tiene pico para verter?»

4 Segunda ronda (4 min)

Dale el lápiz de otro color. Tu peque tacha con una raya las jarras (tienen asa y pico). Hay 3 en el nivel A y 5 en el nivel B. Después cuenta cuántas ha tachado.

5 Cierre (1 min)

Chocad la mano y deja la taza en su sitio. Guarda la hoja en un sitio donde tu peque pueda verla.

Nivel A (4–5 años) y nivel B (6–8 años)

	Nivel A (4–5 años)	Nivel B (6–8 años)
Casillas	12	20
Dibujos	Tazas, vasos y jarras muy distintos	Tazas, vasos sin asa y jarras parecidas a la taza
Tazas que hay que rodear	5	8
Qué cambia	Las diferencias se ven de lejos	Hay que mirar el asa y la forma de cada dibujo

Cambio de nivel

Si le salió fácil dos veces seguidas, pasad al nivel B. Si esta es su área foco del Mapa y tiene ganas, imprime otra copia y jugad una ronda extra.

Si se atasca

1. Acerca la taza al dibujo y pregunta: «¿Qué tiene la taza que este dibujo no tiene?»
2. Señala una fila y pide que mire solo esa fila, dibujo por dibujo.
3. Rodea tú un dibujo correcto y pide que encuentre otro igual a ese.

Cuándo parar

Para si tu peque se levanta dos veces, rodea sin mirar o empieza a soltar el lápiz. Cierra con lo que sí ha encontrado: «Has rodeado estas tazas. Mañana seguimos.» Termina en positivo, aunque la hoja esté a medias.

Reto del día

Hoy encuentro todas las tazas con asa y compruebo cada una con el modelo.

Nombre: _____

Fecha: _____

Busca las tazas con asa • Nivel A

Mira la taza modelo. Rodea las tazas con asa, aunque cambie el color. Las jarras tienen pico para verter y los vasos no tienen asa: no valen.

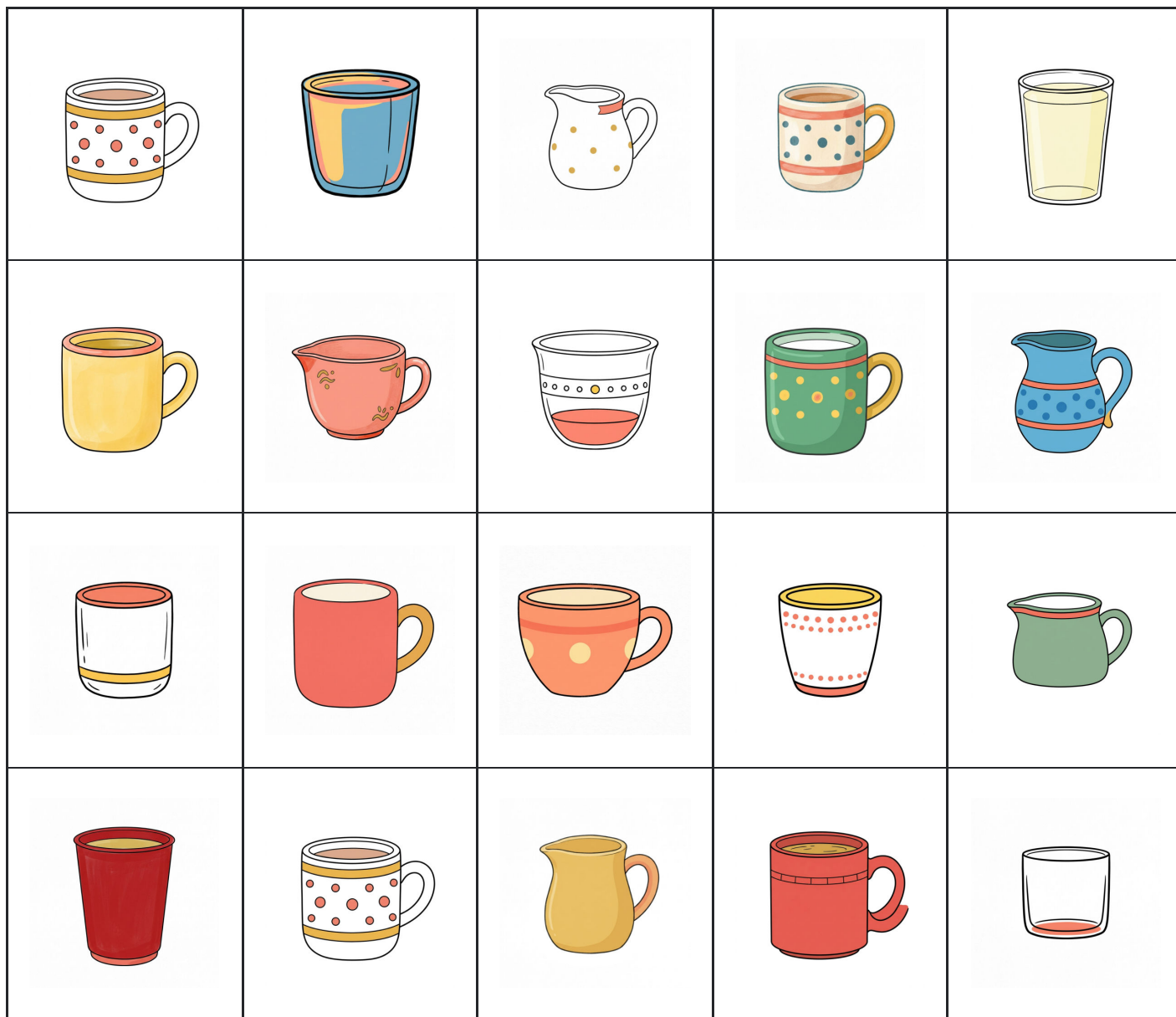


Nombre: _____

Fecha: _____

Busca las tazas con asa • Nivel B

Mira bien la taza modelo. Rodea solo las tazas con asa, aunque cambie el color. Las jarras tienen pico para verter y los vasos no tienen asa: no valen.



Jueves: ¿Qué va después?

Semana 1 · Lógica y secuencias · 15 minutos



ÁREA

Lógica y secuencias

QUÉ PRACTICA

Descubrir qué se repite en una serie y continuarla

DURACIÓN

15 minutos como máximo

EDAD

Nivel A: 4-5 años · Nivel B: 6-8 años

Qué necesitas

- El imprimible de tu nivel: «Nivel A: manzanas y plátanos» o «Nivel B: manzanas, plátanos y peras».
- Tijeras de punta redonda, para recortar las tarjetas antes de empezar.
- Una mesa despejada con espacio para una fila de 8 tarjetas.

Cómo presentarla

Di en voz alta: «Hoy vamos a jugar a adivinar qué fruta viene después. Yo pongo unas tarjetas y tú sigues la fila».

Cómo se juega

- 1 Prepara las tarjetas (2 min)**
Recorta las tarjetas y sepáralas en montones por fruta, boca arriba.
- 2 Enseña un ejemplo (2 min)**
Nivel A: coloca en fila plátano, manzana, plátano, nómbralas con el dedo y di: «Antes había plátano, manzana, plátano. Ahora toca manzana». Pon la manzana. Nivel B: coloca en fila pera, manzana, plátano, pera, manzana, nómbralas con el dedo y di: «Antes había pera, manzana, plátano, pera, manzana. Ahora toca plátano». Pon el plátano. Después, devuelve las tarjetas del ejemplo a sus montones.
- 3 Primera ronda: continúa tú (4 min)**
Arma una serie nueva con el modelo de tu nivel (ver más abajo). Pide a tu peque que ponga las dos tarjetas siguientes. Después, leed juntos la fila entera señalando cada tarjeta.
- 4 Segunda ronda: cambiad los papeles (4 min)**
Tu peque arma una serie con 4 o 5 tarjetas. Tú la continúas. Una vez, equivócate a propósito y deja que lo descubra.

5

Cierre (3 min)

Elegid la serie que más le haya gustado. Tu peque la lee entera con el dedo, de izquierda a derecha, y la recoge tarjeta por tarjeta.

Nivel A (4–5 años)

Serie de dos frutas: manzana, plátano, manzana, plátano... Usa 6 manzanas y 6 plátanos. Pon 4 tarjetas (manzana, plátano, manzana, plátano) y tu peque añade manzana y plátano.

Nivel B (6–8 años)

Serie de tres frutas. Usa 4 manzanas, 4 plátanos y 4 peras. Prueba estas tres, de menos a más difícil:

1. Manzana, plátano, pera, manzana, plátano. Tu peque pone pera y manzana.
2. Manzana, manzana, pera, manzana. Tu peque pone manzana y pera.
3. Plátano, plátano, pera, plátano, plátano. Tu peque pone pera.

Cambiar de nivel

Si esta ficha le sale fácil dos veces seguidas, pasa al nivel B. Si lógica y secuencias es el área foco que marcó el Mapa, juega una ronda extra cuando tenga ganas.

Si se atasca

1. Lee la serie en voz alta desde el principio, señalando cada tarjeta, y haz una pausa antes de la tarjeta que falta.
2. Separa la serie en grupos con un pequeño hueco entre ellos y pregunta: «¿Qué frutas hay en cada grupo?».
3. Pon dos tarjetas posibles junto a la serie y pregunta: «¿Cuál queda mejor aquí?». Que pruebe las dos.

Cuándo parar

Para si se levanta dos veces, coloca las tarjetas al azar o dice «no quiero». Cierra con una serie que ya sepa continuar y di: «Hoy has descubierto qué viene después».

Consejo

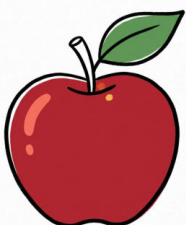
Los errores forman parte del juego. Cuando coloque mal una tarjeta, no la quites tú. Pregunta: «¿Lo leemos juntos?».

Reto del día

Hoy continuó una serie sin ayuda y se la enseñó a alguien de casa.

Nivel A: manzanas y plátanos

Recorta las 12 tarjetas con tijeras de punta redonda. Hay 6 de manzana y 6 de plátano.



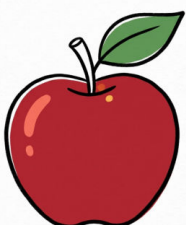
Manzana



Manzana



Manzana



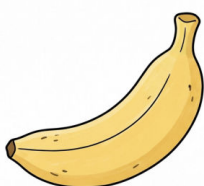
Manzana



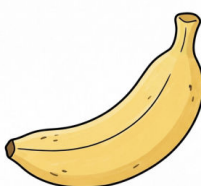
Manzana



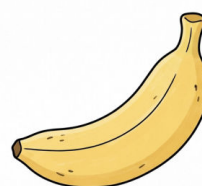
Manzana



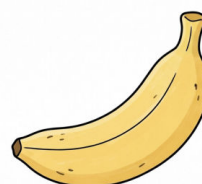
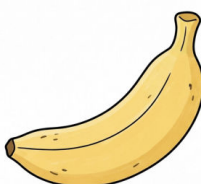
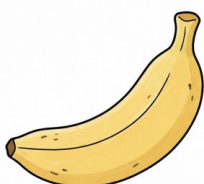
Plátano



Plátano



Plátano



Plátano

Plátano

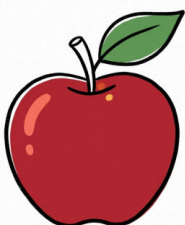
Plátano

Nombre: _____

Fecha: _____

Nivel B: manzanas, plátanos y peras

Recorta las 12 tarjetas con tijeras de punta redonda. Hay 4 de manzana, 4 de plátano y 4 de pera.



Manzana



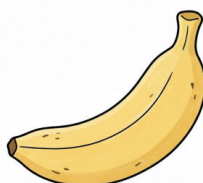
Manzana



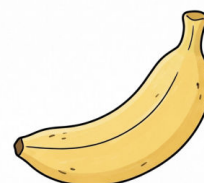
Manzana



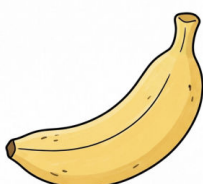
Manzana



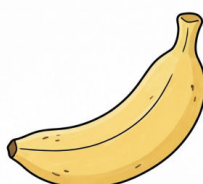
Plátano



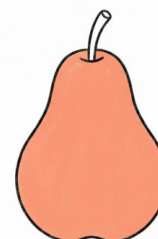
Plátano



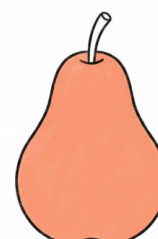
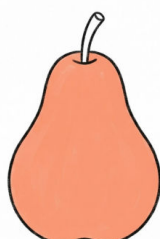
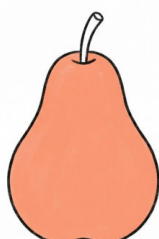
Plátano



Plátano



Pera



Pera

Pera

Pera

Viernes: Semáforo

Semana 1 · Autocontrol y planificación



ÁREA

Autocontrol y planificación

DURACIÓN

15 minutos como máximo

EDAD

Nivel A: 4–5 años · Nivel B: 6–8 años

DÓNDE

Un espacio libre de 2 × 2 metros

1. Área y objetivo

Autocontrol y planificación. Tu peque practica frenar el cuerpo y cambiar de acción cuando ve una señal.

2. Qué necesitas

- El imprimible del nivel A: tres tarjetas (verde, amarillo y rojo). Las usan los dos niveles.
- El imprimible del nivel B: el registro de rondas (solo nivel B).
- Tijeras de punta redonda, para recortar las tarjetas.
- Un lápiz (solo nivel B).
- Un espacio sin sillas ni mesas cerca. Descalzo o con zapatillas; los calcetines resbalan.

3. Cómo presentarla

Di en voz alta: «Vamos a jugar al semáforo con el cuerpo. Yo levanto una tarjeta y tú haces lo que dice el color».

Mientras lo dices, enseña las tres tarjetas una por una.

4. Cómo se juega

1 Prepara el espacio (2 min)

Recorta las tres tarjetas con tu peque y despeja el suelo.

2 Ensaya cada color (2 min)

Levanta una tarjeta cada vez y hazed juntos el movimiento. Verde: bailar. Amarillo: moverse a cámara lenta, como si el aire fuera miel. Rojo: quedarse quieto como una estatua.

3 Juega la ronda 1 (3 min)

Levanta una tarjeta y espera a que tu peque haga el movimiento. Cambia de tarjeta cada 6 segundos en el nivel A y cada 3 o 4 segundos en el nivel B.

4 Cambiad de papeles (3 min)

Dale las tarjetas a tu peque. Ahora levanta él o ella una tarjeta y tú haces el movimiento. Equivócate una vez a propósito, por ejemplo bailando en rojo, y deja que lo note.

5 Juega la ronda final (3 min)

Vuelves a levantar tú las tarjetas. En el nivel A, mezcla el orden de los colores. En el nivel B, usa la regla al revés (mira el apartado siguiente).

6 Cierra el juego (2 min)

Terminad con una estatua larga: contad juntos hasta 10 en voz baja. Después, un abrazo o una palmada.

5. Nivel A y nivel B

Nivel A (4–5 años)

Usa las tres tarjetas grandes. Cambia de color despacio, cada 6 segundos o más. En la ronda final solo cambia el orden de los colores.

Nivel B (6–8 años)

Usa las mismas tarjetas. En la ronda 1 y en la ronda final, cambia de color cada 3 o 4 segundos. Antes de la ronda final, anuncia: «Ahora, al revés».

- Rojo: bailar.
- Verde: quedarse quieto como una estatua.
- Amarillo: igual que antes, a cámara lenta.

Después de cada ronda, anotad juntos en el registro cuántos cambios salieron a la primera.

6. Si se atasca

1. Espera 3 segundos en silencio. Muchas veces el cuerpo reacciona un poco más tarde que los ojos.
2. Pregunta: «¿Qué color estás viendo? ¿Qué hace ese color?».

3. Haz tú el movimiento un segundo antes que tu peque, para que te copie. Retírate poco a poco en el siguiente cambio.

7. Cuándo parar

Para si tu peque se tira al suelo sin querer jugar, se ríe sin mirar las tarjetas o dice que está cansado. Cierra con una estatua larga y un abrazo. Si la ronda final no sale, no la repitas: déjala para el próximo viernes.

Si la regla al revés cuesta

En el nivel B, es normal equivocarse al principio. Di: «Mi cuerpo ya sabe la regla de siempre, ¡a ver si aprende la nueva!». Practica solo dos colores (rojo y verde) y suma el amarillo después.

8. Reto del día

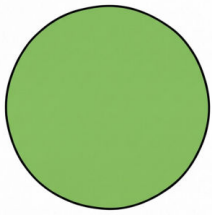
«Hoy me quedo quieto como una estatua mientras mamá o papá cuenta hasta 5».

Nombre: _____

Fecha: _____

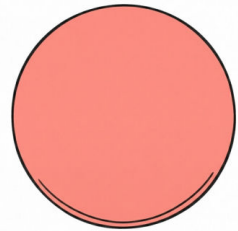
Semáforo: las tres tarjetas

Recorta las tres tarjetas. El adulto levanta una y tú haces lo que dice su color.



Verde

Amarillo



Rojo

Semáforo: registro de rondas

Después de cada ronda, anota con tu familia qué regla usasteis y cómo salió.

Día	Ronda	Regla (normal o al revés)	Cambios que salieron a la primera	Qué nos ayudó