

Su hijo entre los 3 y los 4 años de edad

Los niños se desarrollan a su propio ritmo. Esta hoja es una guía para ayudarle a saber qué esperar de su hijo entre los 3 y los 4 años de edad. Si le preocupa el desarrollo de su hijo/a, hable con su médico.

¿Qué debería estar aprendiendo mi hijo/a?	¿Cómo puedo ayudar a mi hijo?
<p>Habilidades motoras gruesas: movimientos grandes del cuerpo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salta más de 2 pies. • Camina derecho unos 4 pies con las manos en las caderas sin perder el equilibrio. Comienza con un pie en la línea y trabaja a 2 pies de la línea. • Se para en un pie con las manos en la cadera y cuenta hasta 3 o 5 sin perder el equilibrio. • Arroja una pelota de tenis por encima del hombro a 7-10 pies de distancia. • Golpea un objetivo en la pared con una pelota de tenis con un tiro por debajo del hombro. • Agarra una pelota de patio. • Corre rápido una distancia de 50 pies. • Anda en triciclo. • Sube las escaleras con un pie en cada escalón, comienza a no utilizar la baranda ni la pared. 	<p>Habilidades motoras gruesas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Practiquen el equilibrio a través de la caminata sobre líneas marcadas con tiza o cinta, sobre las líneas de una cancha de básquet, el borde de un arenero, etc. • Practiquen saltar hacia delante y hacia atrás. Comiencen en 2 pies como un conejo e intenten saltar más lejos. Salten en 1 pie. • Salten entre 2 líneas marcadas con tiza o cinta. ¿Cuán lejos pueden saltar? • Practiquen pararse en 1 pie. ¿Cuánto tiempo pueden permanecer parados como un flamenco en el zoológico? • Practiquen patear y agarrar pelotas de diferentes tamaños y formas. Practiquen arrojar pelotas o bolsitas de frijoles a un objetivo. • Jueguen a juegos como “Alrededor del círculo”, al juego de las sillas, “Luz verde/luz roja”. • Visiten un patio de juegos para explorarlo, columpiarse, trepar, deslizarse, hacer equilibrio, perseguirse y correr.
<p>Habilidades motoras finas: juego y autoayuda</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abrocha y desabrocha los botones grandes de la ropa. • Se pone casi todas las prendas de vestir menos las camisas y las chaquetas. • Come con un tenedor y una cuchara. 	<p>Habilidades motoras finas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Usen plastilina para hacer pelotas, “galletas”, serpientes. Usen cortantes plásticos, un cuchillo o cortantes de galletas para cortar y dar forma. • Construyan cosas con bloques de encastre grandes como LEGO's®, Duplos®, Mega bloks.

<ul style="list-style-type: none"> • Sostiene un crayón o lápiz como un grande. • Usa tijeras para cortar papeles en mitades y comienza a cortar por una línea recta. • Dibuja un círculo por sí solo, copia el símbolo más (+) y dibuja un cuadrado. • Construye una torre de 9-10 bloques pequeños. 	<ul style="list-style-type: none"> • Jueguen a disfrazarse con prendas de vestir. • Haga que su hijo/a use pinceles o sus dedos para pintar con agua en papeles, en la acera o en paredes. • Imprima las letras del alfabeto y su primer nombre. Dibujen rostros con cabello, ojos, nariz, boca, etc.
---	--

<p><i>Idioma y habilidades sociales</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sabe algunos colores, como el rojo, el azul y el verde. • Conoce algunas formas, como el círculo y el cuadrado. • Conoce algunas palabras de la familia, como hermano, abuela, tía y hermana. • Escucha cuando lo llaman desde otra habitación. • Habla sobre cosas que le pasaron durante el día. • Usa unas 4 palabras por oración y 4 oraciones por vez. • Responde a preguntas simples, como ¿quién?, ¿qué? y ¿dónde? • Hace preguntas con cuándo y cómo. • Dice palabras que riman, como gato-pato y tío-frío. • Comienza a usar la 's' y pronombres como "mis galletas". • Sigue instrucciones simples en la casa y la escuela. • Puede controlar las manos y tiene periodos en los que puede quedarse sentado y quieto. 	<p><i>Idioma y habilidades sociales</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Lean libros 10 minutos por día. Hágle preguntas sobre la historia. Haga que su hijo/a actúe o le cuente sobre la historia. • Aliente a su hijo/a a jugar con juguetes por sí solo/a durante 8-10 minutos. • Haga preguntas sobre lo que está sucediendo en las imágenes, en los libros, revistas, en fotos familiares y cuando salen a la comunidad. Use preguntas que comiencen con "por qué". Corten las imágenes, péguenlas en papel con cinta o adhesivo y armen una historia. • Actúen como si estuvieran en una casa, conduciendo un vehículo, yendo al médico, a una tienda o al trabajo, cocinando o imitando lo que hacen los cuidadores. • Aliéntelo/a a contar, hacer rimas, tararear y cantar.
--	---

Juguetes que debe tener para su hijo/a de 3 a 4 años de edad

- Tarjetas para hilar, disfraces;
- triciclo, diferentes pelotas, casa de juguete, arenero, columpios;
- crayones, tijeras seguras, adhesivo, papel y artículos artísticos;
- plastilina Play-doh o tizas;
- juego de parejas y cartas.
- objetos para crear música e instrumentos;
- juegos de cocina o mesas de trabajo;
- libros, bloques de encastre y rompecabezas;
- Candyland, serpientes y escaleras, Zingo® (bingo con imágenes).

ALERTA: Llame al médico de su hijo, al personal de enfermería o a la clínica si tiene cualquier inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de atención médica que no se cubrieron en esta información.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo. No reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud para el diagnóstico, el tratamiento y el control o seguimiento.