



SENSORIAL · VIDA PRÁCTICA



Trasvases con cuchara

Cuchara, dos cuencos y un puñado de legumbres. La actividad más sencilla del aula — y la que produce más concentración pura en niños de 2 a 4 años.



EDAD

2-4 años



TIEMPO

15-25 min



COSTE

~2 €



DIFICULTAD

Muy fácil



**Mar Lorente
Martínez**

Educadora infantil ·
Albacete

Los Mundos de Noa
losmundosdenoa.com

La propuesta

Ver a un niño de dos años y medio trasvasar lentejas durante quince minutos seguidos, sin levantar la mirada ni una sola vez, cambia tu idea de qué es jugar. No hay luces. No hay pilas. Solo una cuchara y dos cuencos.

Los trasvases son uno de los pilares de la **vida práctica** en pedagogía infantil: actividades reales del día a día, adaptadas al tamaño y la fuerza del niño, que entrenan la **concentración**, la coordinación bilateral y la independencia.

Áreas de desarrollo


 Motricidad fina

 Coordinación bilateral

 Atención sostenida

 Coordinación óculo-manual

 Autonomía


 Lleno y vacío

 Control del gesto

 Cuidado del entorno


Materiales


 Cuchara sopera o de postre (según edad)

 Dos cuencos del mismo tamaño y color

 Legumbres secas — lentejas, garbanzos o alubias (1 taza)

 Bandeja baja con borde alto

 Mini-escoba y recogedor (opcional)

 Tapete de fieltro o mantel pequeño

Tip de Noa

Empieza siempre con **legumbres grandes** (alubias o garbanzos) y cuchara sopera — son más fáciles de coger y reducen la frustración inicial. Las lentejas vienen después, cuando el gesto ya está afinado. La bandeja con borde alto (~3 cm) es clave: contiene los derrames sin que se conviertan en lluvia por el suelo. Y guarda las legumbres en un bote con tapa al terminar — duran un curso entero y la actividad se monta en 30 segundos. Coste real: ~1 € de legumbres en supermercado, el resto sale de la cocina de casa.



Paso a paso

1

Preparar la bandeja

Bandeja sobre la mesa. Cuenco lleno a la izquierda con las legumbres, cuenco vacío a la derecha. Cuchara dentro del cuenco lleno. Ambos cuencos iguales, alineados, mismo eje. La presentación importa: un material bien dispuesto invita a la actividad antes de decir una sola palabra.

2

Demostración silenciosa

Sin hablar, haz tú un trasvase: coger una cucharada, llevarla despacio al cuenco vacío, soltar. Repite tres o cuatro veces. Es la técnica del **modelado en silencio** — el niño absorbe el gesto sin que la palabra interfiera. Después, vuelve a dejar la cuchara en el cuenco lleno y ofrécele el sitio con un gesto.

3

Trasvase libre — el corazón de la actividad

Le toca. **No guíes. Observa.** Si se le caen legumbres en la bandeja, no las recojas por él. Si vuelca un cuenco, no lo rescates. Mira cómo agarra la cuchara, cuántas legumbres carga por viaje, hacia dónde dirige el gesto. La concentración real aparece después del minuto 2 o 3 — antes de eso es exploración. Resiste el impulso de corregir.

4

Recoger y repetir

Cuando termine de vaciar el cuenco lleno, enseña la mini-escoba y el recogedor. Recoger los derrames es **parte de la actividad**, no un castigo. Cuidar del material es tan importante como usarlo. Después, deja la bandeja preparada para repetir si quiere — y querrá. La repetición voluntaria es uno de los marcadores más fiables de que has acertado con el material.

Adaptaciones por edad

1-2 años

Exploración con la mano

Sin cuchara. Cuencos más anchos. El bebé coge las legumbres con la mano (pinza palmar) y las pasa de uno al otro. Solo legumbres grandes — alubias o garbanzos — y vigilancia constante por riesgo de boca.

2-3 años

Cuchara grande, pinza palmar

Cuchara sopera y cuenco con borde alto. El gesto es todavía amplio, con todo el brazo. Espera derrames — son parte del aprendizaje. Una cucharada llena por viaje, sin prisa.

3-4 años

Cuchara pequeña, gesto fino

Cuchara de postre, control más afinado. A esta edad ya puede ir contando en voz alta cada cucharada — entra el componente matemático sin forzar.

4-6 años

Pinzas y precisión

Sustituye la cuchara por pinzas de cocina pequeñas. Una legumbre por viaje. Reto añadido: clasificar lentejas y garbanzos en cuencos separados al mismo tiempo.

Variaciones

Trasvase con jarra y vaso

El siguiente nivel evolutivo. Sustituye legumbres por agua, cuencos por una jarra pequeña y un vaso. Trabaja control de la inclinación y dosificación líquida. Para 3-6 años.

Trasvase con pinzas

Para 4-6 años. Pinzas de cocina pequeñas en lugar de cuchara. Una legumbre por viaje. Motricidad fina extrema y precisión visual.

Trasvase con embudo

Añade un embudo encima del cuenco vacío. El niño tiene que apuntar al embudo para que las legumbres caigan dentro. Suma puntería al gesto y un toque de causa-efecto visual.



Hoja de observación

Marca lo que veas mientras tu peque hace la actividad. No corrigas, observa.

PREGUNTA DE OBSERVACIÓN	IMPLICACIÓN PEDAGÓGICA	✓
¿Cómo agarra la cuchara? ¿Con todo el puño o ya con tres dedos?	Pinza trípode emergente.	<input type="checkbox"/>
¿Carga una sola legumbre o varias por cucharada?	Dosificación y control de la fuerza.	<input type="checkbox"/>
¿Detecta los derrames y los recoge espontáneamente?	Conciencia del entorno y autonomía.	<input type="checkbox"/>
¿Cuánto tiempo se mantiene concentrado sin levantar la mirada?	Atención sostenida — el indicador de oro.	<input type="checkbox"/>
¿Qué mano usa para la cuchara? ¿La cambia o se mantiene?	Lateralidad emergente.	<input type="checkbox"/>
¿Qué hace al vaciar el cuenco? ¿Para, repite o invierte el cuenco?	Pensamiento de causa-efecto y autorregulación.	<input type="checkbox"/>



Notas / observaciones

Antes de empezar — recordatorios

- 1. La concentración no aparece de inmediato.** Resiste el impulso de hablarle, corregirle o "ayudarle". El minuto 1 es exploración. La actividad real arranca después.
- 2. Los derrames son parte del aprendizaje.** Recogerlos es la última fase, no un fallo. Mini-escoba a mano, sin dramatismo.
- 3. Si pierde interés en 2 minutos, no es la actividad — es el momento.** Guárdalo todo y prueba otro día. La repetición voluntaria es el mejor termómetro.

Más actividades en losmundosdenoa.com

losmundosdenoa.com

Cada lunes, una nueva idea para el aula. Sin spam.

*«Una cuchara, dos cuencos y un puñado de legumbres.
El silencio de un peque concentrado vale más que cualquier juguete con luces.»*



Creative Commons BY-NC-ND 4.0

Atribución · No comercial · Sin obra derivada

✓ Puedes

Imprimir y usar en tu aula con atribución.

Compartir el PDF original con compañeras.

Adaptar el material verbalmente para tu grupo.

✗ No puedes

Vender ni redistribuir comercialmente.

Eliminar la atribución a Mar Lorente.

Crear obra derivada y publicarla.

© 2026 Mar Lorente Martínez · Los Mundos de Noa, S.L. · Albacete
losmundosdenoa.com/trasvases-cuchara-ninos