



LOS MUNDOS DE NOA · JUEGO Y MOTRICIDAD

# Gomets: despegar y pegar

## Motricidad fina · 18 meses - 4 años

Despegar el gomet es más difícil que pegarlo, y por eso entrena tanto. Pinza fina, puntería y paciencia con una simple lámina de pegatinas.

EDAD

18 m - 4 años

TIEMPO

10-20 min

COSTE

~2 €

DIFICULTAD

Media

---

**Mar Lorente Martínez**

Educadora infantil · Los Mundos de Noa, Albacete

## La propuesta

Damos por hecho que pegar una pegatina es cosa fácil. Pero el gesto difícil no es pegar, es despegar el gomet de su lámina: sujetar el papel con una mano y levantar con la punta de dos dedos. La pinza superior en estado puro.

El mismo material escala solo: de pegar un gomet grande en el dorso de la mano a colocar el pequeño dentro de un círculo. Y siempre con un adulto cerca: hasta los dos años el gomet va a la boca sin avisar.

### Áreas de desarrollo

Pinza superior

Motricidad fina

Coord. óculo-manual

Planificación motora

Atención sostenida

Preescritura

Reconocimiento de color

Coord. bilateral

### Materiales

- Una lámina de gomets grandes (círculos de 2 cm o más)
- Una hoja con círculos o siluetas dibujadas (la diana)
- Un rotulador grueso para marcar las siluetas
- Un cuenco para el papel soporte que sobra
- Una mesa estable a la altura del peque
- Tu presencia atenta, siempre al lado

### Tip de Noa

Cuanto más pequeño el peque, más grande el gomet. Los redondos de 2-3 cm de las papelerías (~1,50 € la lámina) son perfectos para empezar. Con menores de dos años, gomet grande y ojo encima: van directos a la boca.

## Paso a paso

---

- 1 Preparar la bandeja: gomets grandes y una diana**

Recorta la lámina en tiras pequeñas, de dos o tres gomets. En una hoja, dibuja círculos gruesos del tamaño del gomet: son las casas donde irán. Preséntalo sin instrucciones y deja que toque la lámina.
- 2 Despegar: el gesto que de verdad cuenta**

Enséñale a doblar un poco la lámina para que el borde se levante y a pellizcarlo con índice y pulgar. Cuesta. No se lo despegues tú: ahí está el trabajo de pinza y de tolerancia a la frustración.
- 3 Pegar en la diana: puntería**

Con el gomet en los dedos, colocarlo dentro de un círculo dibujado. Aquí entra la coordinación óculo-manual: apuntar, soltar y presionar. Nombra el color mientras pega: un gomet rojo en la casa roja.
- 4 Rellenar y crear: del punto al camino**

Cuando domine el uno a uno, sube el listón: rellenar una silueta grande de gomets o hacer una fila. Deja que contemple su hoja llena: el orgullo de lo hice yo es real y merece celebrarse.

## Adaptaciones y variaciones

---

### 1-2 AÑOS

#### El primer despegue

A partir de los 18 meses. Tú despegas, él pega donde quiera. El objetivo es solo presionar y descubrir que pega.

### 2-3 AÑOS

#### Despegar solo

Ya intenta despegar él. Tiras cortas y dianas grandes. Celebra el despegue, no la precisión.

### 3-4 AÑOS

#### Puntería y color

Rellenar siluetas y emparejar color de gomets con color de casa. Empieza la seriación: rojo, azul, rojo, azul.

### 4-6 AÑOS

#### Composición libre

Gomets pequeños para dibujar figuras, letras o su nombre. La mano ya está fina para la preescritura.

## Variaciones

#### Gomets en vertical

Pega la hoja en un cristal o la pared. Despegar y pegar en vertical trabaja la muñeca de otra forma y prepara el trazo.

#### La diana de números

Círculos numerados del 1 al 3 y que ponga tantos gomets como indica el número. Correspondencia cantidad-número.

#### Camino de colores

Una tira larga y un patrón de colores que él continúe: rojo, azul, rojo, azul. Introduce la seriación.

## Hoja de observación

| Señal a observar                                             | Implicación                  |                          |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|
| ¿Sujeta la lámina con una mano mientras despega con la otra? | Coord. bilateral             | <input type="checkbox"/> |
| ¿Usa la punta del índice y el pulgar, o toda la mano?        | Pinza superior               | <input type="checkbox"/> |
| ¿Insiste cuando el gomet se resiste?                         | Tolerancia a la frustración  | <input type="checkbox"/> |
| ¿Ajusta la puntería para meter el gomet en el círculo?       | Coord. óculo-manual          | <input type="checkbox"/> |
| ¿Nombra o empareja los colores al pegar?                     | Reconocimiento de color      | <input type="checkbox"/> |
| ¿Se lleva el gomet a la boca?                                | Necesita supervisión cercana | <input type="checkbox"/> |

### Notas / observaciones

---

---

---

---

---

---

## Antes de empezar

---

### 1. Gomet grande siempre.

Con menores de 2 años, evita los pequeños: riesgo de atragantamiento.

### 2. Cerca, siempre.

La supervisión activa del adulto es parte de la actividad, no un añadido.

### 3. El proceso importa más que el resultado.

Da igual que quede torcido: lo valioso es el intento y el gesto.

**Más actividades sin pantallas en  
losmundosdenoa.com**

*Una buena actividad no es la más cara: es la que engancha al peque y le deja huella.*

---

Licencia Creative Commons BY-NC-ND 4.0. Puedes descargar, imprimir y compartir este material citando la fuente. No puedes venderlo ni modificarlo.

© 2026 Mar Lorente Martínez · Los Mundos de Noa, S.L. · Albacete