





Aprender Jugando: actividades para promover el desarrollo integral de niños y niñas en la















Permita que el bebé le vea el rostro



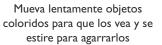


Amamante al bebé cuando lo



pida (haga contacto visual con el bebé mientras habla o canta)

Mueva lentamen coloridos para que

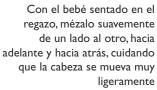




Brinde oportunidades para que pase tiempo boca abajo siempre que haya supervisión



Con el bebé boca arriba, muévale lentamente los brazos hacia arriba y hacia abajo, hacia adentro y hacia afuera





Calme, acaricie y sostenga suavemente al bebé (el contacto piel con piel es bueno)



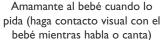


Deje que el bebé sienta diferentes texturas y explique texturas y temperaturas; por ejemplo, un paño suave, una madera rugosa, cuidando que no tenga astillas, una maceta fría, agua











Calme, acaricie y sostenga suavemente al bebé (el contacto piel con piel es bueno), cante o relate lo que está haciendo





Mire a los ojos a su bebé, hable con su bebé



Sonríale al bebé



Relate lo que está haciendo para que el bebé aprenda palabras

JUGUETE DE MUESTRA:



El cuerpo como juguete



Léale al bebé



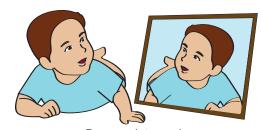
Involucre al bebé en la vida familiar



Acueste al bebé boca arriba y pase las manos desde la cabeza hasta los pies diciendo "así de grande eres" y desde el pecho hasta los brazos, "así de ancho eres"



Explique al bebé lo que hace durante las actividades diarias



Durante el tiempo boca abajo, coloque un espejo frente al bebé









Amamante al bebé cuando lo pida (haga contacto visual con el bebé mientras habla o canta)



Calme, acaricie y sostenga suavemente al bebé (el contacto piel con piel es bueno), cante o relate lo que está haciendo



Sonríale al bebé





Mire a los ojos a su bebé, hable con su bebé

Inicie una conversación copiando los sonidos o gestos de su niño o niña



Relate lo que está haciendo para que el bebé aprenda palabras



Siempre responda rápidamente a los llantos de su bebé



Dígale con frecuencia al bebé que lo quiere



Ayude al bebé a comprender las emociones dándoles un nombre, como "estás feliz" o "estás triste"

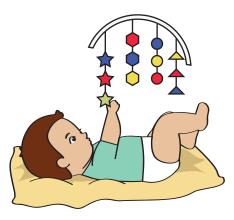




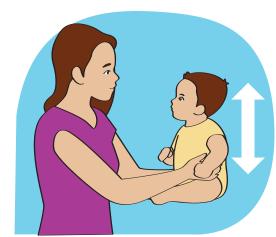




Amamante al bebé cuando lo pida (haga contacto visual con el bebé mientras habla o canta)



Cuelgue objetos justo encima del bebé para que pueda alcanzarlos



Sosteniendo al bebé de la cintura, levántelo lentamente por encima de la cabeza y bájelo nuevamente diciendo "arriba, arriba, arriba, abajo, abajo, abajo"



Proporcione oportunidades para que pase tiempo boca abajo



Sostenga al bebé de la cintura en una posición erguida y balancéelo hacia adelante y hacia atrás



Brinde al bebé la oportunidad de verle el rostro



Masajee al bebé



Muévale lentamente los brazos hacia arriba y hacia abajo, hacia adentro y hacia afuera (con el bebé boca arriba)

JUGUETES DE MUESTRA: juguetes que



El cuerpo como juguete



Colores contrastantes



Móvil colorido

8 9

Ofrezca

sacudir

el bebé pueda



Cognitivo y lengua desarrollo





Amamante al bebé cuando lo pida (haga contacto visual con el bebé mientras habla o canta)



Inicie una "conversación" copiando los sonidos o gestos de su niño o niña



Mire a los ojos al bebé y hable con él



Calme, acaricie y sostenga suavemente al bebé (el contacto piel con piel es bueno), cante o relate lo que está haciendo



Proporcione maneras para que el bebé vea, escuche y mueva los brazos y las piernas libremente, y haga contacto con usted (por ejemplo, juegos dirigidos por el bebé)



Aliéntelo a alcanzar y agarrar objetos con ambas manos



Léale al bebé





Acueste al bebé boca arriba y balancee un paño liviano hacia arriba y hacia abajo como un paracaídas sobre él



Explique al bebé lo que hace durante las actividades diarias



Deje que el bebé sienta diferentes texturas y explíquelas; por ejemplo, tela suave, madera rugosa, cuidando que no tenga astillas

JUGUETES DE MUESTRA:



El cuerpo como juguete, juegos de dedos/manos



Colores contrastantes







Amamante al bebé cuando lo pida (haga contacto visual con el bebé mientras habla o canta)



Relate lo que está haciendo para que el bebé pueda escuchar



Sonríale al bebé



Inicie una conversación copiando los sonidos o gestos de su niño o niña



Abrácelo a menudo



Participe en juegos dirigidos por el bebé



Siempre responda rápidamente a los llantos de su bebé



Mire a los ojos al bebé y hable con él



Ayude al bebé a comprender las emociones dándoles un nombre y explicando el motivo de las emociones "estás triste porque no podías ver a mamá cuando salió de la habitación"



Dígale con frecuencia al bebé que lo quiere

JUGUETES DE MUESTRA:



El cuerpo como juguete, juegos de dedos/manos



Colores contrastantes









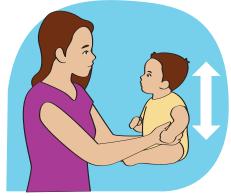
Juegue juegos de manos, como aplaudir



Dele a su niño o niña objetos limpios y seguros del hogar para que los manipule, los golpee y los deje caer



Esconda un juguete del niño o niña debajo de una caja o tela y vea si puede encontrarlo



Sosteniendo al bebé por la cintura, levántelo lentamente por encima de la cabeza y bájelo de nuevo diciendo "arriba, arriba, abajo, abajo"



Permita que el bebé se alimente y pele alimentos de manera segura



Brinde al bebé la oportunidad de gatear en pisos limpios



Asegúrese de que el área sea segura y limpia para que el bebé explore libremente



Brinde al bebé la oportunidad de ponerse de pie y transitar por muebles que sean seguros



Brinde al bebé la oportunidad de subir y bajar de cajas



Lleve el exterior al interior: brinde la oportunidad de que toque y huela flores, hojas, pasto, rocas



Cante una de sus canciones favoritas mientras se frota las manos con agua y jabón durante, al menos, 20 segundos

JUGUETES DE MUESTRA:



Use objetos seguros del hogar para hacer juguetes.









Esconda el juguete favorito del niño o niña debajo de una caja o una tela.Vea si el niño o niña puede encontrarlo



Enséñele gestos como decir "adiós" con la mano



Cuente objetos del hogar simples (1 roca, 2 rocas, 3 rocas)



Explíquele al bebé lo que hace durante sus actividades diarias, como cocinar





Juegue juegos interactivos y haga música con el cuerpo junto con el bebé



Nombre personas y cosas (incluso

antes de que el bebé pueda hablar)

Juegue juegos de manos, como aplaudir



Léale al bebé



Involucre al bebé en la vida familiar; por ejemplo, deje que se siente con usted mientras cena



Establezca rutinas predecibles con el bebé, como la hora de acostarse; por ejemplo, la hora de la cena, el baño, contar un cuento, darse abrazos, o la hora de acostarse

JUGUETES DE MUESTRA:



Use objetos seguros del hogar para hacer juguetes.









Anime a su niño o niña a que lo imite jugando juegos sociales, como esconder el rostro con las manos y aparecer de repente, y aplaudir para expresar felicidad



Use la alimentación como un momento de vinculación social y emocional



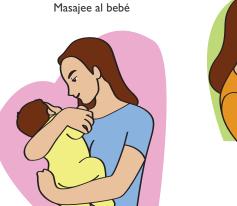
Ayude al bebé a comprender las emociones dándoles un nombre y explicando el motivo de las emociones "estás triste porque no podías ver a mamá cuando salió de la habitación"



Dígale con frecuencia al bebé que lo quiere



Abrácelo a menudo



Responda a los sonidos e intereses de su niño o niña



Deje que el bebé se involucre en la vida familiar

Desarrollo físico

Desarrollo físico









Brinde oportunidades para subir y bajar de cajas



Dele la oportunidad de ponerse de pie y transitar por muebles que sean seguros



Lleve el exterior al interior: brinde la oportunidad de que toque y huela flores, hojas, pasto, rocas







Proporcione suficiente espacio y ambientes seguros para practicar caminar

Asegúrese de que el área sea segura y limpia para que el bebé explore libremente

Desarrollo cognitivo

Desarrollo cognitivo

de 12a 18 meses



Abrácelo a menudo

De ni que po con

Dele a su niño o niña cosas para que las apile, las ponga dentro de contenedores y las saque



Hágale preguntas simples a su niño o niña. Responda a los intentos de hablar de su niño o niña y celébrelos



Brinde oportunidades para ayudarlo a vestirse y aliéntelo a hacer lo que pueda solo



Lea a su niño o niña libros de cuentos con dibujos y pocas palabras



Nombre objetos y partes del cuerpo, y pida a su niño o niña que los señale



Haga preguntas al leer libros



Haga plastilina casera



Muéstrele la naturaleza, las imágenes y los objetos que ve, y hable acerca de ellos



Hagan rompecabezas caseros juntos



Hagan construcciones con bloques caseros

23



Use la alimentación como un momento de

vinculación social y emocional

Responda los intentos de su niño o niña de comunicarse con usted, tanto verbalmente como no verbalmente, y celebre estos intentos



Haga música o cante de forma interactiva



Abrace a su niño o niña a menudo, especialmente cuando esté molesto o demuestre ansiedad alrededor de extraños



Deje que el bebé se involucre en la vida familiar



Dígale con frecuencia al bebé que lo quiere



Ayude al bebé a comprender las emociones dándoles un nombre y explicando la razón de las emociones diciendo cosas como "estás triste porque te caíste"





para que juegue libremente



Anime al bebé a guardar los juguetes después de jugar con ellos



Pasen tiempo juntos jugando, haciendo actividades que su niño o niña disfrute: mirar libros ilustrados. cantar, dibujar, crear juguetes

Aliente a su niño o niña a ser amable con los demás mostrando relaciones saludables dentro de la familia



Léale a su niño o niña libros de cartón duro con dibujos coloridos y pocas palabras, y aliéntelo a pasar las páginas





Baile con su niño o niña



Dele a su niño o niña cosas para que las apile, las coloque dentro de recipientes y las saque



Muéstrele la naturaleza, las imágenes y los objetos que ve, y hable acerca de ellos



Proporcione materiales para dibujar y colorear



Proporcione suficiente espacio y ambientes

seguros para practicar

caminar

Permita que su niño o niña se alimente y pele sus alimentos de manera segura



Ayude a su niño o niña a equilibrarse sobre una viga



Hable con su niño o niña sobre cómo se siente el agua. ¿Se siente fría o caliente?



Practique atrapar y lanzar una pelota





Pídale a su niño o niña que imite a un animal



Cante una de sus canciones favoritas mientras se frota las manos con agua y jabón durante, al menos, 20 segundos



Anime a su niño o niña a rodar por el piso estirado en línea recta



Dele a su niño o niña objetos seguros para manipular, y muéstrele causa y efecto



Muéstrele la naturaleza, las imágenes y los objetos que ven, y hable acerca de ellos



Anime a su niño o niña a usar el lenguaje para satisfacer sus propias necesidades, como decirle cuando tiene hambre



Use enfoques de disciplina positiva



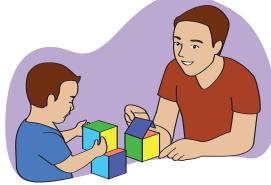
de 18a24 meses



Hagan rompecabezas caseros juntos



Haga plastilina casera



Hagan construcciones con bloques caseros





Dele a su niño o niña cosas para que las apile, las coloque dentro de recipientes y las saque



Responda con empatía cuando su niño o niña esté molesto



Anime a su niño o niña a probar cosas solo



Anime a su niño o niña a hacer algo más allá del ambiente familiar, como aceptar un juguete de otro niño, recoger flores, etcétera



Siempre responda cariñosamente a las demostraciones de afecto de su niño



Sea paciente con un comportamiento desafiante y use enfoques de disciplina positivos





Deje que el bebé se involucre en la vida familiar

Te quiero



Dígale con frecuencia al bebé que lo quiere



Aliente a su niño o niña a ser amable con los demás mostrando relaciones saludables dentro de la familia





Ayude al bebé a comprender las emociones dándoles un nombre y explicando la razón de las emociones diciendo cosas como "estás triste porque te caíste"



Dele tiempo al bebé para que juegue libremente



Anime al bebé a guardar los juguetes después de jugar con ellos



Abrácelo a menudo, devuélvale todas sus demostraciones de afecto



Hable sobre lo que ve en imágenes o libros





Ayude a su niño o niña a armar rompecabezas e identificar formas



Sea una audiencia interesante y participativa para su niño o niña durante el juego de simulación





Marionetas

Desarrollo físico





Brinde oportunidades de juego social con otros niños o niñas



Ayude a su niño o niña a equilibrarse sobre una viga



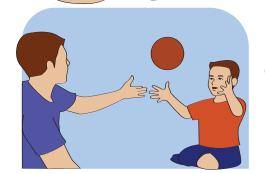
Proporcione suficiente espacio y ambientes seguros para practicar caminar



Permita que su niño o niña salpique agua siempre que esté supervisado



Pídale a su niño o niña que imite a un animal



Practique atrapar y lanzar una pelota



Cante una de sus canciones favoritas mientras se frota las manos con agua y jabón durante, al menos, 20 segundos



Cognitivo y lengua desarrollo





Haga juguetes simples para su niño o niña y también junto con él, como rompecabezas



Fomente los juegos imaginativos y participe en ellos



Haga construcciones con bloques caseros



Compare el tamaño de los objetos en términos de "grande y pequeño"



Ayude a su niño o niña a contar, nombrar y comparar objetos



Abrácelo a menudo, devuélvale todas sus demostraciones de afecto



Haga plastilina casera



Cree patrones de aplausos para que su niño o niña los copie



Canten canciones juntos nombrando partes del cuerpo: "cabeza, hombros, rodillas y dedos de los pies"



Proporcione objetos de diferentes formas y colores para ordenar



Aliente y ayude a su niño o niña a probar cosas por su cuenta, como alimentarse solo



Haga preguntas al leer libros

JUGUETES DE MUESTRA:



Juguetes de muestra: coches de juguete, muñecas, pelotas y libros ilustrados



Fomente los juegos imaginativos y participe en ellos



Escuche atentamente a su niño o niña, demuestre interés en sus intereses y compasión por sus sentimientos



Use enfoques de disciplina positiva



Brinde oportunidades de juego social con otros niños o niñas



Abrácelo a menudo, devuélvale todas sus demostraciones de afecto



Enseñe a su niño o niña canciones y juegos, cuéntele historias o lean libros juntos



¿Estás triste porque te caíste?

Celebre con su niño o niña cuando esté feliz, y tenga paciencia cuando esté triste



Dele a su niño o niña tareas domésticas simples y seguras para que haga con usted



Anime a su niño o niña a compartir con los demás, pero sea paciente, ya que esto es un desafío

JUGUETES DE MUESTRA:



Muñecas

39



"Entiendo que esto puede dar miedo. Estamos tomando medidas para mantenernos saludables y estamos bien preparados".

Explique los problemas que le preocupan de manera simple y tranquila. Pregúntele a su niño o niña lo que sabe, responda sus preguntas y aborde toda información errónea. Valide sus sentimientos mientras lo tranquiliza: "Entiendo que esto puede dar miedo. Estamos tomando medidas para mantenernos saludables y estamos bien preparados".





Cante canciones acerca de las emociones (si eres feliz y lo sabes, aplaude)



Muestre a su niño o niña rostros que demuestren diferentes emociones y nombre los sentimientos asociados



Aliente a su niño o niña a ser amable con los demás mostrando relaciones saludables dentro de la familia



Juegue a Simón dice (Simón dice tócate la nariz)





Pídale a su niño o niña que imite a un animal



Proporcione mostacillas para

enhebrar en cuerdas

Practiquen encestar una pelota en una olla o balde grande



Practiquen lanzar una pelota juntos





Creen juguetes y rompecabezas juntos



Asegúrese de que el entorno del hogar tenga muchos materiales impresos disponibles, por ejemplo, libros, carteles en las paredes



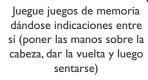
Participe en actividades de la "bolsa de matemáticas"



Juegue a la letra de la semana y otros juegos de alfabetización



Inventen historias juntos











demostraciones de

afecto de su niño

o niña



y ayúdelo a sentirse seguro

cuando demuestre miedo



Permita que su niño o niña juegue libremente



Muestre a su niño o niña rostros que demuestren diferentes emociones y nombre los sentimientos asociados



Explique los problemas que le preocupan de manera simple y tranquila. Pregúntele a su niño o niña lo que sabe, responda sus preguntas y aborde toda información errónea



Cante canciones acerca de las emociones (si eres feliz y lo sabes, aplaude)



Haga preguntas interesantes a su niño o niña acerca de su día ("¿Qué te hizo sentir feliz hoy? ¿Algo te hizo sentir triste?")



44 45

para mantenernos saludables

y estamos bien preparados".