

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SEMANA 1

¡Música y movimiento! Pon música. ¡Muévete, aplaude con ritmo y canta! Intenta hacer música con ollas, sartenes, contenedores de plástico y una cuchara de madera.

Respiraciones mariposa. Cuando estamos ansiosos, nuestro cuerpo lo percibe. Inhalen profundo por la nariz y exhalen por la boca, diciendo “¡Soplo mariposas, vuelen!”

Día de la independencia. Los más pequeños aman hacer las cosas de manera independiente. Intenta que te ayuden a revolver mientras cocinas, a poner las servilletas para la cena o a guardar los zapatos en el armario.

¡A jugar en el agua! Jugar con agua es divertido. Canta una canción como “Baby Shark” en la bañera mientras tiras agua sobre distintas partes del cuerpo y nombras sus manos/pies/etc.

Mas o menos. Ayuda a tu hijo a separar objetos en pilas. Por ejemplo, apila calcetines por un lado y camisas por el otro. Discutan cuál tiene más, cuál tiene menos.

SEMANA 2

¡A hacer lío! Los pequeños adoran hacer lío. Permíteles experimentar con burbujas, crema de afeitar, etc. Tanto la bañera como la bandeja de su silla alta son superficies fáciles de limpiar. Siempre supervise que no se lleven cosas a la boca.

Casi títeres. Crea títeres con calcetines y hazlos hablar entre sí. Simula que un títere se siente triste o solo. Piensen en maneras de ayudarlo para que se sienta mejor.

¡Canción de bañadera! Inventen una canción para usar a la hora del baño. Usa una canción popular como “Las ruedas del autobus,” pero cambia la letra: “El agua de la bañera está salpicando, salpicando, salpicando,” etc.

Mano a mano. Acerca tus manos a las de tu hijo. Háblale de los diferentes tamaños y de cómo se sienten – suaves, lisas, ásperas, etc.

¡Hora de apilar! Guarden cajas de leche, gelatina o cereal. El niño puede apilarlas y armar torres. ¡Jueguen a contar y adivinar qué tan alta serán las torres!

SEMANA 3

Diversión cotidiana. Transforma los quehaceres en actividades divertidas. Deja que el niño ayude con las tareas de la casa: aspirar, barrer, limpiar, doblar la ropa, etc. Inventar una canción acerca de lo que están haciendo.

Espejito, espejito. Hagan distintas expresiones frente al espejo. Pongan cara feliz, triste, alocada, emocionada, orgullosa, etc. Reconozcan estas caras en los libros que lean.

Canciones con acción. Entonen sus canciones con acción favoritas, como “La araña pequeñita.” Hagan las mímicas juntos.

¡Tesoro escondido! Esconde objetos para que el niño los busque. Hazte preguntas en voz alta mientras buscas o ayuda al niño dándole pistas. Cambien roles para esconder, encontrar y dar pistas.

Detective de formas. Se un detective de formas. Dibuja una forma en un papel, señala qué característica hace que sea esa forma. Deja que el niño te guíe por la casa en busca de objetos con esa forma.

SEMANA 4

¡Ábrete sésamo! Junta varios objetos que abran y cierren, por ejemplo, un monedero, una caja, un polvo de maquillar, etc. Nómbralos y conversa sobre sus usos mientras el niño intenta abrir y cerrar los objetos.

¡Rimas sorpresa! Los niños aman las rimas predecibles, los juegos con sus manos y las actividades con final sorpresa – como Palmaditas al pastel. Son útiles para que los niños desarrollen su memoria y aprendan a anticipar sorpresas.

Pequeños asistentes. ¡A la hora de la merienda y la comida, los niños pueden rasgar, cortar, apilar, montar, picar, revolver, triturar, rallar, enrollar, untar, espolvorear, medir y verter! Conversa acerca de lo que están haciendo.

Separar en grupos. Separen diferentes objetos – por ejemplo, zanahorias/apio, manzanas/naranjas, piedras/palos, calcetines/pantalones – en 2 grupos diferentes. Pregúntale: “¿En qué grupo va esto?” “¿Esto se ve igual o diferente?”

Trazos con los dedos. Usa tu dedo para trazar formas/letras/números en la espalda de tu bebé. Describe lo que trazaste. Los niños más grandes pueden jugar a adivinar qué has dibujado.

RECURSOS DE SAVE THE CHILDREN

CALENDARIO DE ACTIVIDADES DE ABRIL: PRENATAL A 2 AÑOS



Powered by
vroom

¡El cerebro de su bebé crece a gran velocidad! Nuestros amigos en Vroom comparten más actividades y la ciencia que las respalda.

- SEMANA 1** **TÓMATE UN TIEMPO PARA OBSERVAR:** Hoy tómate un minuto para observar a tu bebé. Presta atención a lo que miran. ¿Cómo se mueven? ¿Cómo suenan? ¿Qué están aprendiendo? Responder a lo que están aprendiendo refuerza tu conexión con el niño, incluso cuando estás ocupado.
Formación inteligente: Cuando estás conectado con tu bebé, puedes prestar más atención a sus necesidades e intereses. Esto incrementa la confianza. Tu bebé necesita esta seguridad para explorar, experimentar, descubrir y aprender.
- SEMANA 2** **DESCUBRIMIENTOS DIARIOS:** ¿Qué está haciendo tu bebé? ¿Intentando alcanzar un juguete? ¿Golpeando dos bloques para hacer un sonido? Mientras descubre su mundo, presta atención, sonríe y utiliza las palabras que algún día aprenderá. "Estiraste la mano y tomaste tu juguete."
Formación inteligente: Cuando prestas atención a lo que hace tu bebé y compartes el placer de hacer y aprender, lo inicias en el camino del aprendizaje.
- SEMANA 3** **RITUALES CON RITMO (1-2 años):** Canta a diario las mismas canciones que explican qué están haciendo (por ejemplo, salir de una habitación, apagar la luz, terminar de comer, lavarse la cara y las manos, cambiar el pañal, contar los dedos).
Formación inteligente: Los niños aman los rituales. Cantar acerca de sus actividades cotidianas los ayuda a sentir la comodidad de una rutina conocida. Además, los ayuda a conectar sus experiencias con vocabulario nuevo. Adquieren lenguaje a través de tus canciones.
- SEMANA 4** **TODO ES NUEVO (0-12 meses):** Durante el primer año, casi todo es nuevo para tu bebé. Aprovecha a describir todo lo que ves. "Allí va el autobús Amarillo. Bip, bip!" Deja que miren, escuchen, huelan, y, si es posible, toquen. Identifica qué les interesa y mantén conversaciones. "¿Ves el árbol gigante? ¿Qué más ves?"
Formación inteligente: Cuando conversas con tu bebé, los ayudas a adquirir nuevo vocabulario. Crean conexiones entre las palabras y lo que representan. Esta es una habilidad lingüística muy importante. Al responder a sus intereses, los motiva a seguir aprendiendo.

ESQUINA DE PADRES Y CUIDADORES



Para padres en espera: El apego comienza mucho antes de que el bebé nazca. Es posible que estés comenzando a sentir que se mueve. Tocar a tu bebé cuando se mueve y hablarle y cantarle favorece su desarrollo.

Para padres de niños pequeños: Los entendemos. Entendemos que pasar más tiempo con el niño en tu casa o en tu lugar de trabajo puede ser estresante, ya que estás intentando lidiar con muchas cosas al mismo tiempo. Además, es entendible que puedas estar sintiéndote preocupado o frustrado porque el niño aún no tiene las herramientas cognitivas para comprender por qué no siempre estás disponible para pasar tiempo juntos o por qué la rutina de las últimas semanas ha dado un vuelco.

Para aliviar tu estrés, intenta tomarte unos cinco minutos por la mañana o noche para hacer unas respiraciones lentas y profundas. Si es posible, comparte este momento con el niño. Ya sea con o sin él, intenta lo siguiente: ponte de pie, eleva las manos por encima de tu cabeza e inhala. Repite para ti mismo (y tu hijo), "Me elevo." Luego exhala, inclinándote y bajando las manos al suelo, y di "me conecto con la tierra, las flores, el césped..." Repite esto unas 5 o 6 veces y verás como tu mente se siente más enfocada y tu respiración más controlada. **Como siempre, ¡estamos juntos en esto!**