

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SEMANA 1

Oportunidades para combinar. Vestirse presenta muchas oportunidades para aprender y practicar nuevas habilidades. Encontrar calcetines que combinen, combinar artículos por color y encontrar ropa que combine para ponerse.

Hablar para hacer un bien. Besen, abracen y hablen con su bebé/niño pequeño. Admiren lo que hace, ¡y díganse! Cómo hablan con ellos ahora tiene un impacto en su autoestima y capacidad de aprender.

¿Cómo se pueden mover? Intenten rodar, gatear, arrastrarse, pasear y bailar. Practiquen caminar de puntillas, caminar hacia atrás, saltar, pisar, marchar, brincar, patear, etc. Fomenten flexionarse, alcanzar y ponerse en cuclillas. ¡Diviértanse!

¡Construir un fuerte por diversión! Construyan un fuerte con mantas, cojines de sofá y sillas. Entren in salgan gateando, lean un cuento adentro. El uso de palabras como adentro, arriba, afuera y debajo, construye vocabulario y comprensión.

Canastos con tesoros. Coloquen “canastos con tesoros” llenos de una variedad de artículos en diferentes habitaciones para que su hijo los explore. Hable sobre las texturas, los colores, la forma y el tamaño de cada “tesoro.”

SEMANA 2

¡Rema, rema, rema tu bote! Siéntense en el suelo frente a su hijo. Tómense de las manos. Muévanse de para adelante y para atrás mientras cantan la canción. Los juegos como este promueven las habilidades lingüísticas y la coordinación muscular.

¡Sigan al líder! Usen movimientos simples como aplaudir, golpear la mesa, levantar las manos en el aire. Hablen sobre lo que están haciendo. Túrnense para ser el líder.

¡Alcánzalo! Alcanzar ayuda a fortalecer la coordinación y la fuerza de su bebé. Pongan artículos para bebés como calcetines, cintas, bufandas, etc. en los agujeros de una cesta de ropa para que el bebé los saque.

Recorrido por un cajón. Lleven a su hijo a recorrer un cajón. Hay muchas palabras nuevas que se pueden aprender mientras describen ropa, texturas, colores, diseños, tamaños, y señalan botones, cremalleras, broches, etc.

Mirar por la ventana. ¿Qué está pasando afuera de la ventana o puerta? Exploren lo que ve su hijo. Hablen acerca de qué animales o personas pasan. Cuenten los árboles o los automóviles. Hablen sobre el clima.

SEMANA 3

¡Diversión en la cocina! Su cocina está llena de artículos seguros para descubrir, como cucharas de madera, tazas medidoras y cuencos irrompibles. Practiquen apilar y anidar estos elementos para crear una percepción espacial.

¡Vístanse! Ser capaz de vestirse proporciona una sensación de logro y orgullo. Feliciten a su hijo por tratar de vestirse por su cuenta. “¡Hiciste un buen trabajo al ponerte los zapatos!”

Pegar los juguetes con cinta adhesiva. Peguen juguetes pequeños, como animales de plástico, bloques de diferentes formas/colores, coches, etc. con cinta adhesiva a una lámina para hornear galletas. Quitar la cinta, quitarla del juguete y quitarla de los dedos requiere persistencia.

Analicen el día... Durante todo el día, tomen fotos de su hijo jugando. Como parte de su rutina de fin del día, saquen el teléfono y hablen sobre las fotos con su hijo.

Preparar comidas. Los niños pequeños pueden tomar un papel activo en la preparación de sus alimentos. Planifiquen actividades que incluyan untar, verter, rebanar, batir, exprimir y decorar.

SEMANA 4

¡Semáforo en rojo/verde! Los niños pequeños están en movimiento constantemente. Ayuden a su pequeño a practicar el autocontrol jugando al “Semáforo en rojo/verde.” Túrnense para ser el líder.

Duérmete, niño. Mecer al niño ayuda a desarrollar partes del cerebro de su hijo asociadas con el equilibrio y el lenguaje. Además, es relajante para ambos. Mientras lo mecen, abrácenlo y canten, o cuéntenle historias sobre su vida.

¡Den un paseo de aprendizaje! Den un paseo por la casa o el patio y nombren objetos que capten el interés de su hijo. Recojan algo, dejen que su hijo lo toque y lo huela a medida que lo nombran.

Espejito, espejito... Sostengan a su hijo frente a un espejo. Nombren y toquen partes de su cara y cuerpo o pídanle que localicen la parte que ustedes nombran. Hagan caras y nombren el sentimiento.

¡Sorpresa! Jueguen a las escondidas con su hijo. Escóndanse detrás de algo, el sofá, una toalla, y luego salgan de nuevo de repente, y sorprendan a su pequeño. Digan “bú” o “cú-cú.”

RECURSOS DE SAVE THE CHILDREN

CALENDARIO DE ACTIVIDADES DE MAYO: 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 TOQUEN EL CIELO:** ¡Hagan que la espera sea divertida! Pregúntele a su hijo, “¿Puedes hacer esto?” y estiren las manos muy alto y digan, “¡Toca el cielo!” Invítenlo a que los copie. A continuación, pongan las manos detrás de la espalda y vean si los copia. Luego, túrnense y copien a su hijo.
Dato importante: Cuando su hijo intenta imitar los movimientos que ustedes hacen, está usando las habilidades de enfoque y atención. Lo exponen a un nuevo vocabulario y, a la vez, lo ayudan a establecer conexiones entre las palabras y lo que representan, los componentes básicos para aprender a hablar y, más tarde, a leer.
- SEMANA 2 POEMAS PARA LA HORA DE JUGAR:** Cuando su hijo haga un sonido, conviértalo en una rima. Si dice “Uuu,” digan, “Uuu rima con tú, y tú y yo estamos juntos.” ¿Cuántos poemas graciosos pueden hacer con los sonidos que hace su hijo? Es divertido para él/ella y lo/la ayuda a escuchar sonidos.
Dato importante: Su hijo aprende por naturaleza. Cuando observan lo que está haciendo y siguen su ejemplo, pueden empezar a desarrollar su aprendizaje al agregar sus ideas. Cuando se les responde, su cerebro está activo, lo cual aumenta el aprendizaje.
- SEMANA 3 SHH, ¿QUÉ ES ESO?:** Escuchan un ruido en la sala de espera: Pausen. Pregúntele a su hijo, “¿Qué es ese ruido?” Túrnense para adivinar: ¿Oyen el portazo de una puerta o papeles que crujen? ¿El chirrido de una silla que se desliza o alguien que aclara su garganta? ¡Nombren todo junto!
Dato importante: Están invitando a su hijo a centrarse en escuchar las diferencias en los sonidos. Esta es una habilidad importante para disfrutar y aprender el idioma para que puedan comunicarse con los demás.
- SEMANA 4 CANTEN, LEAN, REPITAN:** Su hijo disfruta al escuchar sus historias y canciones favoritas una y otra vez. Después de cantar o contar historias, pregúntele si quiere más. ¿Cómo responde? ¿Asiente o se siente incómodo? Hablen acerca de sus acciones como, “¡Dijiste que sí!” o “Parece que has terminado.”
Dato importante: Los niños aprenden a través de la repetición y las conversaciones compartidas. La narración repetida y el canto ayudan a su hijo a entender el significado que hay detrás de las palabras y establece la base para hablar y, finalmente, leer: ¡Están aprendiendo la base de la comunicación!

ESQUINA DE PADRES Y CUIDADORES



Todos nos sentimos físicamente, pero también emocionalmente y mentalmente agotados a veces. Cuidar la mente es tan importante como cuidar el cuerpo. No hay que sentir vergüenza ni culpa en experimentar signos de fatiga mental o enfermedad mental y buscar ayuda. Así como pondríamos una curita en una herida física para curar, podemos poner “curitas” en nuestra mente para que podamos estar mejor. Nuestro objetivo es cuidar de nosotros mismos y ser capaces de cuidar de nuestros hijos, ya sea que estemos esperando o si ya tenemos hijos adolescentes.

Actividad familiar: Ir afuera a tomar sol ayuda al estado mental de todos. Estar afuera y al sol durante un período de tiempo proporciona beneficios físicos y mentales. Aquí hay una actividad que puede hacer por su cuenta o con sus hijos. Apoyará su atención plena e interacciones saludables con sus hijos. Hagan una lista de cosas que se pueden encontrar al aire libre, y táchenlas una por una. ¡Siéntanse libres de agregar elementos a la lista para hacerlo más desafiante!

Para encontrar más Consejos de Vroom™, visita Vroom.org.

Publicado en mayo de 2021