

ACTIVIDADES SEMANALES DE APRENDIZAJE: PRENATAL A LOS 2 AÑOS



Lunes

Campana para el bebé. Muéstrenle a su bebe una campana y háganla sonar suavemente. Canten, “¿La escuchas? ¿La escuchas pequeño bebé, pequeño bebé? Escucha a la campana sonar; Escucha a la campana sonar; Ding, dong, ding; Ding, dong, ding.” Cuando termine la canción, escóndanla detrás suyo. Háganla sonar suavemente y canten de nuevo.

Mostrar emociones. Hagan caras felices, caras tristes, caras de enojado y caras graciosas en un espejo. ¡Es divertido!

Martes

¡Hagan volar un pañuelo de papel! Acuesten a su bebé sobre su espalda, muevan un pañuelo de papel arriba del bebé para que lo vea. Los pañuelos de papel también pueden volar, flotar y hacerle cosquillas al cuerpo de su bebé. Vean cómo responde su bebé. Si se alborota, dejen de jugar.

¿Qué es eso? Señalen a la ropa, los juguetes, las partes del cuerpo, los objetos o fotos y pídanle a su niño pequeño que los nombre. Si no responden, nómbrénlos ustedes y aliéntenlo a que imite las palabras.

Miércoles

Hacer sonar, tocar, agitar. Junten varios objetos diferentes que hagan ruidos únicos. Hagan sonar, toquen o agiten cada uno de los objetos. Si su bebé intenta agarrar uno de ellos, dejen que lo sostenga y lo explore con las manos o la boca. Los juegos sensoriales mejoran la sensibilización táctil y las habilidades de escuchar. Agarrar objetos fomenta el desarrollo de los músculos pequeños.

¡Bailemos! Bailen con su niño pequeño. Hagan un instrumento simple con un recipiente de comida de plástico grande (para hacer un tambor) o un recipiente de plástico pequeño lleno... ..de porotos o arroz (para hacer un sonajero).

Jueves

¡Aquí estoy! Escóndanse así su bebé no los ve. Digan su nombre despacio. Observen qué hace. ¿Dejan de moverse? ¿Intentan mover la cabeza hacia su voz? Levántenlo. Digan, “¡Aquí estoy!”

Hagan una aventura. Hagan un “camino aventurero” afuera o pista con obstáculos para que su niño pequeño lo siga y túrnense para moverse como diferentes animales. Salten como un conejo, caminen como un pato, galopen como un caballo, caminen a paso lento como un elefante, ¡y así sucesivamente!

Viernes

¡Muy grande! Pregunten lo siguiente: “¿Qué tan grande es el bebé?” Luego, levanten sus brazos y digan “¡Muuuy grande!” A los bebés les encanta ese juego y, a la larga, aprenderán a levantar los brazos en respuesta a su pregunta.

Impulsores de la confianza. A los niños les encanta sentirse importante y necesitados. Darles sus propios “trabajos” oficiales impulsará su confianza y ayudará a fortalecer sus habilidades motrices y sociales. Seleccionen trabajos adecuados para la edad como limpiar la mesa, ayudar a barrer el suelo, guardar los juguetes, llevar la ropa a las habitaciones o acomodar los zapatos



EL CORONAVIRUS Y LOS NIÑOS: RECURSOS DE SAVE THE CHILDREN

MÁS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE: PRENATAL A 2 AÑOS

Powered by
vroom[™]



JUEGO MIENTRAS SE VISTEN

Incluso si su hijo no parece entender, díganle todo lo que hacen mientras se preparan a [por] la mañana. Empiecen por cómo eligieron la ropa y sigan a partir de ahí. Hagan contacto visual y respondan a los sonidos que hagan. Edad recomendada: de 0 a 12 meses.

Dato importante

Hagan de cuenta que son un periodista deportivo, uno que responde con sonidos y caras. Estas conversaciones recíprocas lo ayudan a entablar una relación con usted y a comenzar a asociar las palabras con sus experiencias.

CÓMO FUNCIONA EL AGUA

¿Es el momento de lavarse las manos? Díganle a su hijo, "Este es el agua CALIENTE (señale a la canilla); este es el agua FRÍA. ¡Juntos hacen agua tibia! Este es el jabón. El agua y jabón hacen BURBUJAS que limpian las manos. Ahora, enjuaguemos las burbujas. ¿Me puedes ayudar a secarme las manos con esta toalla?" Edad recomendada: de 9 meses a 2 años.

Dato importante

Están ayudando a su hijo a aprender una rutina que lo mantendrá sano y compartiendo la ciencia de cómo funcionan las cosas (caliente y frío forman tibio). Si está recién comenzando a usar las palabras, pueden prepararlo para lo que está por suceder, al usar una palabra que les encante como "Nos vamos a lavar las manos: BURBUJAS."

¡DAME DE COMER!

Alíent a su hijo a compartir y turnarse al pedirle a su hijo que también los alimente a ustedes. Después de que ellos coman un bocado digan, "¡Es mi turno!" Abran la boca y vean si su hijo les da un bocado. Digan, "¡Gracias!" y luego indíquenle que le toca a él/ella. Le encantará que le toque a él/ella estar al mando. Edad recomendada: de 18 meses a 2 años.

Dato importante

Al turnarse con su hijo, le están mostrando cómo funciona la comunicación recíproca, lo cual lo ayudará a medida que aprende a hablar y escribir. También está aprendiendo cómo relacionarse con los demás de una manera divertida.

CONEXIONES EN LA VIDA REAL

Junten imágenes con los objetos reales. Después de mirar una imagen de una manzana, por ejemplo, dejen que su hijo toque y huelga una manzana. Describan lo que está haciendo. "Estás tocando la suave manzana roja. Mira, ¡aquí está en la imagen!" Turnense y entablen una conversación. Edad recomendada: de 0 a 12 meses.

Dato importante

Los bebés absorben la información a través de los sentidos. Cuando le permiten hacer conexiones entre los objetos reales y las imágenes al usar los sentidos, lo ayudan a entender el mundo que lo rodea. También le están presentando palabras nuevas de una forma divertida a través de una conversación recíproca.

DESAFÍO A LA HORA DE COMER UN REFRIGERIO

Pongan un pequeño bocadillo en una botella de plástico transparente vacía. Alíent a su hijo a sacar el pedazo de la botella. ¿Su hijo agita la botella o mete los dedos adentro de la botella? ¿Puede probar de maneras diferentes? Si le resulta difícil, pregúntenle "¿Qué pasaría si la das vuelta?" Edad recomendada: de 18 meses a 2 años.

Dato importante

Están ayudando a su hijo a desarrollar sus habilidades de pensamiento crítico y de resolución de problemas al alentarlos a probar ideas y pensar en respuestas por sí solo. Al hablar con su hijo acerca de lo que está haciendo, lo ayudan a entender el mundo.

MIRAR POR LA VENTANA

Miren por la ventana y busquen cosas grandes y pequeñas. Turnense con su hijo y digan "¡Ve algo grande!" y luego nómbrenlo. Hagan lo mismo con algo pequeño. Díganle a su hijo que busque algo y vean cuántas cosas encuentran juntos. Edad recomendada: de 2 años y medio a 3 años.

Dato importante

Cuando estén "Mirando por la ventana," su hijo practica a prestar atención, enfocarse en una idea y armar categorías. Estas habilidades de pensamiento son importantes para la resolución de problemas.

Para encontrar más Consejos de Vroom™, visita [Vroom.org](https://www.vroom.org).

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE SEMANAL: PREESCOLAR



Lunes

¡Ayúdame! Enséñele a su hijo que está bien pedir ayuda. Díganle a su hijo, “Si necesitas ayuda, di ‘Ayúdame, por favor’ y estaré ahí para ayudarte.” Recuerden, hasta que su hijo pida ayuda, intenten no ayudarlo. La lección es que su hijo intente por sí solo y que entienda cuándo pedirle ayuda a alguien. Será una habilidad importante para la preescolar y para después.

Martes

Dejar huellas. Mójense los pies y hagan huellas en la vereda. Prueben dar pasos grandes y pasos pequeños. ¿Cuáles son sus animales preferidos? ¿Pueden moverse como ellos y ver si alguien puede adivinar qué animal son? Mójense las manos también y hagan huellas de animales en la vereda.

Miércoles

Esperen... Practicar esperar durante períodos de tiempo muy cortos puede ayudar a preparar a los hijos para preescolar. Incorporen breves períodos de espera, como, “Iremos afuera en 1 minuto.” Decir cosas como, “Iremos afuera después” puede ser confuso para los niños pequeños. La palabra después no tiene ningún significado para ellos. Ayúdenlos a aprender que pueden esperar durante breves períodos de tiempo.

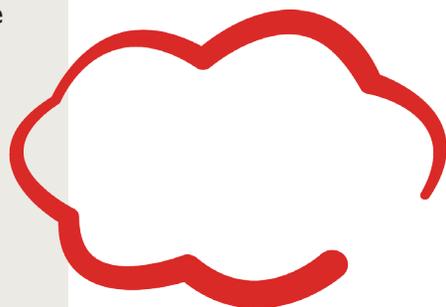
Jueves

Cronograma diario. Los niños pequeños no saben qué hora es. Es por esto que tener una rutina los ayuda a organizar su día, lo cual puede disminuir la frustración tanto de su hijo como suya. No la hagan muy difícil, simplemente anoten algunas cosas importantes que sucederán durante el día como vestirse, la hora de comer, la hora del refrigerio, jugar afuera, etc. Entonces pueden decir, “Comeremos un refrigerio después de jugar afuera.” Miren el cronograma juntos. Incluso si su hijo no puede leer, empezará a entender la organización.

Viernes

¡A moverse! ¿Pueden intentar moverse sin parar durante dos minutos? ¿Qué sucede con el corazón cuando hacen esto?

Piensen en esto junto con su hijo antes de comenzar. ¿Pueden adivinar qué pasará? ¿Qué podría pasar cuando se detienen?



EL CORONAVIRUS Y LOS NIÑOS: RECURSOS DE SAVE THE CHILDREN

MÁS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE PARA PREESCOLARES

Powered by
vroom



KIT PARA CALMARSE

Usen una caja de zapatos u otro recipiente para hacer un “Kit para calmarse” con su hijo. Díganle a su hijo que ponga objetos especiales adentro que lo ayuden a sentirse seguro y relajado. Cuando esté triste, recuérdense que usen el kit. Incluso pueden decorar la caja para personalizarla. Edad recomendada: de 2 años y medio a 5 años.

Dato importante

Hacer un “Kit para calmarse” antes de que aparezcan los sentimientos de tristeza ayuda. Están ayudando a su hijo a planificar cómo manejar el estrés para que puedan actuar en un momento difícil. Esto lo ayuda a tener más control. También crea habilidades importantes para enfrentar los desafíos.

DOBLAR SERVILLETAS

Cuando pongan la mesa para una comida, alienten a su hijo a pensar en diferentes formas de doblar las servilletas o papel de cocina para hacer diferentes formas y tamaños. Tal vez digan, “¿Qué formas puedes hacer?” “¿A qué se parece esta forma?” “¿Qué pasaría si siguieses doblando los bordes?” Edad recomendada: de 3 a 5 años.

Dato importante

Su hijo está pensando en algo que conoce, una servilleta, y en diferentes formas a medida que la dobla. Tener una conversación recíproca sobre lo que hace fomenta la curiosidad. También lo ayuda a conectar las formas y a lo que se parecen. La conversación ayuda a desarrollar la creatividad el pensamiento crítico, que son herramientas que necesitará en la vida.

CÁMARA LENTA

Desafíen a su hijo a moverse tan lento como sea posible para llegar a algún lugar, como a un árbol cercano. ¿Qué tan lento se pueden mover ambos? Prueben diferentes formas de moverse, como dar pequeños saltos o saltar. Edad recomendada: de 3 a 5 años.

Dato importante

Este juego ayuda a su hijo a pensar antes de actuar. Al moverse despacio en lugar de rápido, practica enfocar, el autocontrol y el pensamiento flexible. Estas habilidades importantes son fundamentales para la vida y el aprendizaje.

JUEGO DE ESCUCHAR

Cuando estén afuera con su hijo, hablen sobre los sonidos. Cuando escuchen un sonido, díganle qué escuchan y hablen sobre qué creen que es. “Escucho un pájaro y creo que está en ese árbol.” Pregunten qué escucha y de dónde cree que viene el sonido. Túrnense para ser el líder. Edad recomendada: de 3 a 4 años.

Dato importante

Cuando su hijo escucha y nombra lo que está escuchando, está prestando atención y aprendiendo a conectar las palabras con los sonidos. Esto fomenta las habilidades de lenguaje. Al turnarse, refuerzan su aprendizaje.

UN PASEO Y LAS ESTACIONES

¿Van caminando a algún lado hoy? Hablen con su hijo sobre las estaciones. ¿Hace frío o calor? ¿Qué pistas ven que indiquen qué estación es? ¿Nieve? ¿Flores? ¿Hojas coloridas? Edad recomendada: de 3 a 5 años.

Dato importante

Estos juegos le ayudan a su hijo a pensar como un científico porque observa el mundo que lo rodea. Hagan que se vuelva una conversación, al agregar algo a lo que su hijo dice y observa.

PREPARAR UN PATRÓN

¿Tienen un molde para panecillos o una caja de huevos vacía? Busquen cosas que pueden entrar en cada agujero, como tapas de bolígrafos. Hagan un patrón, como una tapa roja en un agujero, luego dos tapas azules en otro, luego otra tapa roja. Después, denle a su hijo las tapas. ¿Puede copiar el patrón? Edad recomendada: de 4 a 5 años.

Dato importante

Hacer y volver a crear patrones lo obliga a su hijo a enfocarse y mantener el patrón en mente, incluso cuando ya no está ahí. Poder reconocer patrones es una habilidad importante para el aprendizaje de las matemáticas, la ciencia y los idiomas.

Para encontrar más Consejos de Vroom™, visita [Vroom.org](https://www.vroom.org).

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE SEMANAL: PRENATAL A PREESCOLAR



ESQUINA DE PADRES Y CUIDADORES

¡Enfrentemos al afrontamiento activo! ¿Se han encontrado, ustedes y sus hijos, cayendo en patrones de afrontamiento durante la pandemia? Todos encontramos maneras de evitar el estrés y los temores que el mundo pueda traer, como el miedo a enfermarse o el miedo a tener un empleo remunerado. Sin embargo, hay formas de hacer frente que son más saludables que otras, y tendemos a estar vinculados a una de dos categorías de afrontamiento: pasivo y activo. ¡Nos debemos esforzar por asegurarnos de que caigamos en el grupo de afrontamiento activo! Si tendemos al afrontamiento activo, es más probable que tengamos una mejor salud mental y bienestar, también. El afrontamiento activo, como mantener la coherencia con un pasatiempo saludable, interesarse por los eventos y las personas que nos rodean, y encontrar positividad en momentos de oscuridad, también fortalece nuestra capacidad de recuperación. En un artículo reciente, la Dra. Maryland Pao, del Programa de Investigación Intramural del Instituto Nacional de Salud Mental (National Institute of Mental Health, NIMH), dijo: “Empezar nuevas actividades nos da control interno” y “ser capaz de lograr algo hace que la gente se sienta capaz.”

Hacer una pequeña actividad para ustedes mismos o con sus hijos puede apoyar las habilidades de afrontamiento y la salud mental de todos. Ningún esfuerzo es demasiado pequeño cuando apoyamos nuestra salud y bienestar. Implementemos el afrontamiento activo y realicemos una actividad o participación esta semana para apoyarnos a nosotros mismos y a nuestros hijos. Para encontrar otras formas de ayudar a sobrellevar la pandemia, consulte [el sitio web del NIMH](https://www.nimh.nih.gov/). **¡Recuerden, estamos juntos en esto!**