

# ¡Vamos a jugar!

## Orientación sobre la educación a distancia para las redes y los proveedores afiliados

¡Les agradecemos por todo lo que hacen para ayudar a los estudiantes más jóvenes de nuestra ciudad! El documento *¡Vamos a jugar!* brinda ideas de actividades basadas en juegos que pueden ayudar al personal de la red y a los proveedores afiliados a planificar la educación a distancia con las familias. Teniendo en cuenta la información que obtienen de las consultas a las familias, les recomendamos que compartan algunas actividades con ellos. Pueden utilizar las ideas tal como están escritas o como punto de partida para elaborar sus propias actividades que sean significativas, adecuadas para la edad y que respondan a las necesidades de las familias. Todas las actividades son opcionales y deben complementar el apoyo que ya le están brindando a los proveedores y las familias. Si cuentan con un sistema que funciona para sus familias, continúen utilizándolo.

### Formas de comunicarse con las familias para las redes y los proveedores afiliados:

- Realice una llamada para consultar a las familias y saber cómo les está yendo. Consulte [Sugerencias para consultar a las familias y cuidadores acerca de la educación a distancia \(\*Suggestions for Checking in With Families/Caregivers About Remote Learning\*\)](#) para obtener orientación.
- Organice una videollamada (Hangouts, etc.) para sonreír y tener contacto visual. Haga que los niños participen en la llamada.
- Envíe un mensaje con algunas ideas de actividades que las familias puedan realizar todos juntos.

### Actividades cotidianas como sugerencia para que las familias jueguen reunidas:

- LEAN juntos: ¡cualquier libro, revista, receta, etc. servirá!
- HABLEN Y CANTEN juntos: hablen sobre sus intereses. ¡Canten sus canciones favoritas!
- JUEGUEN juntos: ríen, bailen, jueguen a las escondidas o al Dónde está (*peek-a-boo*), salgan a caminar, ¡y muchas cosas más!

## Rutina diaria de ejemplo



- Rutina al levantarse (por ejemplo: vestirse, cepillarse los dientes, estirar)
  - Desayuno
  - Leer juntos
  - Jugar
- 



- Almuerzo
  - Hora de descanso o tranquilidad
  - Música y movimiento
  - Jugar
- 



- Cena
- Rutina antes de ir a dormir (por ejemplo: bañarse, cepillarse los dientes, contar historias)

# Sugerencias de actividades - Semana 1: las familias

¡Elija una (o más) indicaciones de actividades para compartir con las familias cada día y divertirse!  
Las actividades son adecuadas para niños de todas las edades, a menos que se indique lo contrario.

## JUEGOS IMAGINATIVOS

Cree un espacio acogedor para ocultarse colocando una sábana sobre una mesa o una caja.

**Bebés:** Invítelos a que gateen hacia el interior o use las manos u otros objetos para ocultar su rostro y jugar al Dónde está (*peek-a-boo*).

**Niños más grandes:** Invite a su hijo a explorar el espacio y jugar al Dónde está (*peek-a-boo*). ¿Qué otras ideas se le ocurren a su hijo para jugar en este espacio?

## LA HORA DE LAS HISTORIAS

Reserve un momento tranquilo para contarle una historia a su hijo. Intente con esta indicación: :

“Cuando tenía tu edad, me encantaba...”.

## ARTE/ESCRITURA

**Bebés:** hable acerca de algunas de las personas favoritas de usted y su hijo.

**Niños más grandes:** haga una lista con las personas favoritas e invite a su hijo a que haga un dibujo para alguien de la lista.

## EXPERIENCIA SENSORIAL

Busque o haga un tubo. Anime a su hijo a mirar a través de ambos extremos y describir lo que ve. Quizás él también quiera hacer diferentes sonidos al hablar a través del tubo.

## MATEMÁTICAS/MATERIALES MANIPULATIVOS

Realice un **Juguete sonoro (*Plunker toy*)**: en un recipiente de café u otro contenedor con tapa de plástico, realice un corte en forma de X en el centro de la tapa de plástico. Pídale a su hijo que lo ayude a buscar elementos para colocarlos dentro del agujero (compruebe el tamaño para evitar el peligro de asfixia).

**Bebés:** Quite la tapa y deje que los niños coloquen elementos dentro del recipiente y los saquen. Luego de agregar los elementos, vuelva a colocar la tapa y muéstrela a los bebés cómo sacudir y hacer rodar el juguete para que haga ruido.

## MÚSICA

Siéntase libre de recomendar algunos juegos con los dedos o canciones conocidas a los niños de su programa. Comparta las palabras y los movimientos con las familias.

---

## MOVIMIENTO

Bailen con su música favorita.

## Sugerencias de actividades - Semana 2: los sentimientos

¡Elija una (o más) indicaciones de actividades para compartir con las familias cada día y divertirse!  
Las actividades son adecuadas para niños de todas las edades, a menos que se indique lo contrario.

### JUEGOS IMAGINATIVOS

**Bebés:** haga una cara tonta y ría junto con su bebé. Dele un espejo a su bebé y luego copie la cara que él hace. Intente hacer otras caras y nombrar los sentimientos como feliz, emocionado, triste, enojado, asustado, confundido, etc. Continúe mientras su hijo siga interesado.

**Niños más grandes:** tomen turnos para hacer caras y representar distintos sentimientos y vean si pueden adivinar lo que está haciendo la otra persona. Hable acerca de por qué podemos tener distintos sentimientos.

### LA HORA DE LAS HISTORIAS

Reserve un momento tranquilo para contarle una historia a su hijo. Intente con esta indicación:

“Uno de mis recuerdos favoritos acerca de ti es...”.

### ARTE/ESCRITURA

**Bebés:** invite a su bebé a que arrugue o rasgue papel borrador. Si es necesario, rasgue un poco el papel para comenzar. Si lo desea, ofrezca cinta adhesiva o el lado adhesivo del papel autoadhesivo y permita que su bebé explore lo que sucede mientras coloca los elementos y luego los levanta de nuevo. Comparta la emoción de su bebé durante esta actividad.

**Niños más grandes:** invite a su hijo a que arrugue, rasgue o corte papel borrador (con tijeras de punta redonda para niños). Haga que su hijo coloque los trozos de papel sobre otro papel o cartón y luego los péguen con pegamento o cinta adhesiva para hacer un *collage*. Hablen acerca de cómo los hace sentir crear algo.

### EXPERIENCIA SENSORIAL

Realicen una búsqueda del tesoro de texturas. Encuentren algo blando, duro, irregular, áspero, suave o pegajoso.

**Bebés:** sostenga a su bebé y hable con él mientras buscan diferentes texturas. Permítale que sienta y explore las texturas como quiera. Es posible que algunos bebés no quieran tocar ciertas texturas (al igual que algunos adultos) ¡y eso está bien!

**Niños más grandes:** hable con su hijo sobre cómo se siente cada elemento y cuáles le gustan o no le gustan. ¿Qué elementos son relajantes al tocarlos? ¿A los dos les gustan las mismas cosas o no?

## MATEMÁTICAS/MATERIALES MANIPULATIVOS

**Bebés:** dele a su bebé dos o tres recipientes para que explore. Apile los recipientes para que el bebé los derribe. Jueguen al Dónde está (*peek-a-boo*) al esconder un recipiente pequeño debajo de uno más grande. Esconda una bufanda o un trozo de tela debajo del recipiente y luego jueguen al Dónde está (*peek-a-boo*) cuando el bebé lo encuentre.

**Niños más grandes:** Busquen distintos recipientes con tapa, limpios y vacíos. Invite a su hijo a que: combine las tapas con los recipientes correspondientes; que explore las actividades de encajar y apilar; que los clasifique de distintas maneras; forme una fila del más grande al más pequeño, etc.

## MÚSICA

Comparta una canción sobre los sentimientos que sea familiar para los niños de su programa. Por ejemplo, canten y representen *Si eres feliz y lo sabes* (*If You're Happy and You Know It*) durante la reunión matutina o durante una consulta con las familias. Incluya distintos sentimientos como triste, enojado, asustado, emocionado, gracioso, con sueño, etc.

---

## MOVIMIENTO

Ponga distintos tipos de música e invite a los niños a mover el cuerpo para mostrar distintos sentimientos que tengan mientras escuchan la música. Baile con su hijo, puede sostenerlo si él quiere, para compartir la experiencia.

## Sugerencias de actividades - Semana 3: cuidar a los demás

¡Elija una (o más) indicaciones de actividades para compartir con las familias cada día y divertirse! Las actividades son adecuadas para niños de todas las edades, a menos que se indique lo contrario.

### JUEGOS IMAGINATIVOS

**Bebés:** toque suavemente el rostro de su bebé y acaricie el cabello; hágale saber que este es un “contacto suave”. Haga que su bebé le toque el rostro y el pelo a usted y explore cómo puede usar también el “contacto suave”.

**Niños más grandes:** Mencione una situación, por ejemplo, alguien se cae y se lastima o alguien se siente triste porque extraña a sus amigos. Invite a su hijo a que represente lo que haría para ayudar a esa persona. Juegue con ellos y tomen turnos entre ser el que ayuda y ser el que necesita ayuda.

### ARTE/ESCRITURA

**Bebés:** dele a su bebé un crayón o un marcador no tóxico y un poco de papel y déjelo hacer garabatos como él quiera. Hable con él acerca de lo que está dibujando: “Hiciste puntos en el papel” o “Hiciste líneas largas hacia arriba y hacia abajo”.

**Niños más grandes:** Cree una tarjeta al doblar un trozo de papel por la mitad. Invite a su hijo a que haga un dibujo para alguien que quieren mucho usando crayones, marcadores, etc. Ofrezca escribir palabras en cualquier idioma. Esta es una forma maravillosa de apoyar el aprendizaje de su hijo.

### MATEMÁTICAS/MATERIALES MANIPULATIVOS

Realicen bloques hechos en casa con materiales reciclables como cajas de pañuelos descartables, cajas de toallitas húmedas, cajas de pañales, cajas limpias y vacías de cereales, pasta o de otro tipo. Cúbralas con papel borrador si lo desean y ciérrelas con cinta adhesiva.

**Bebés:** Construya una pequeña torre al nivel de la vista de su hijo y anímelo a derribarla. Actúe sorprendido cuando la torre caiga y comparta su alegría. Repita la actividad mientras su bebé siga interesado.

**Niños más grandes:** desafíe a su hijo a que construya torres tan altas como ellos. ¿Cómo podrían construir un lugar especial para ellos? ¿Qué otros materiales podrían usar para construir?

### EXPERIENCIA SENSORIAL

**Bebés:** cuando sea el momento de lavarse las manos, pase un poco más de tiempo ayudando a su bebé a frotarse las manos y hacer muchas burbujas de jabón. Deje que su bebé chapotee en el agua y juegue con las burbujas.

**Niños más grandes:** llene parcialmente el lavamanos o un recipiente con agua tibia. Invite a su hijo a que agregue un poco de detergente y dele un paño de cocina o una esponja. Deje que lo ayude a lavar algunos platos de plástico o juguetes para la ducha. Dígale cuán feliz estás de que esté ayudando a mantener las cosas limpias.

## LA HORA DE LAS HISTORIAS

Reserve un momento tranquilo para contarle una historia a su hijo. Intente con esta indicación:

“¡Me divertí mucho contigo cuando hicimos \_\_\_\_\_ juntos!”. Complete con los detalles e invite a su hijo a que agregue más detalles si puede.

*<El personal de la red puede incluir un enlace con un libro para leer juntos acerca del tema de la semana. Asegúrese de elegir libros con un lenguaje familiar para el niño y la familia>*

## MÚSICA

Canten y representen Campanero (*Frere Jacques/Are You Sleeping*) u otra canción conocida.

---

## MOVIMIENTO

Jueguen a Imitar al líder: Dígale a su hijo que copie lo que usted hace y luego tomen turnos entre ser el líder y el que imita. Asegúrese de elegir acciones que su hijo ya pueda realizar o esté aprendiendo a hacer, como aplaudir, rodar, saltar, caminar hacia atrás, brincar, etc.

# Sugerencias de actividades - Semana 4: los 5 sentidos--El tacto

¡Elija una (o más) indicaciones de actividades para compartir con las familias cada día y divertirse!  
Las actividades son adecuadas para niños de todas las edades, a menos que se indique lo contrario.

<p style="text-align: center;"><b>JUEGOS IMAGINATIVOS</b></p> <p>Dele a su hijo algunos trozos de tela o ropa con distintas texturas, como suave, sedoso, duro y elástico.</p> <p><b>Bebés:</b> permita que su bebé explore cómo se siente cada trozo de tela o ropa. Hable sobre las texturas. Coloque el elemento sobre su cabeza como si fuera un sombrero y luego déjelo caer al piso.</p> <p><b>Niños más grandes:</b> invite a su hijo a que utilice los trozos de tela o ropa para jugar a vestirse. ¿Qué simularán ser cuando estén disfrazados? ¿Qué podía hacer su personaje? ¿Dónde irían? ¿Qué otros accesorios necesitan?</p>	<p style="text-align: center;"><b>EXPERIENCIA SENSORIAL</b></p> <p>Llene un recipiente pequeño con agua y agregue un pequeño juguete de plástico o colorante para alimentos, si lo desea. Déjelo congelar hasta que esté sólido. Luego colóquelo en un tazón, en el lavamanos o en una bañera con agua tibia. Deje que su hijo explore las sensaciones de frío y cálido. Observen cómo el hielo se vuelve más pequeño a medida que se calienta.</p> <p><b>Bebés:</b> dele recipientes para llenar y volcar. Vigile con atención para evitar el peligro de asfixia a medida que el hielo se hace más pequeño.</p> <p><b>Niños más grandes:</b> dele cucharas, pinzas u otros recipientes para atrapar el hielo.</p>
<p style="text-align: center;"><b>MATEMÁTICAS/MATERIALES MANIPULATIVOS</b></p> <p><b>Bebés:</b> busquen elementos con distintas texturas, como un anillo de dentición con partes que sobresalgan, un animal de peluche suave, un tazón de metal, etc., para que su bebé lo toque y muerda los elementos que sean adecuados. Esconda parcialmente los elementos, uno a la vez, debajo de una funda de almohada o una tela y haga que su bebé los descubra. Hable acerca de cómo se ve y se siente cada elemento.</p> <p><b>Niños más grandes:</b> busque pares de varios objetos familiares, como cepillos para el cabello, esponjas y pelotas (asegúrese de que sean muy diferentes entre sí). Juegue con su hijo y toquen, observen cuidadosamente y describan cada objeto. Esconda uno de cada par y coloque uno de los objetos escondidos en una bolsa o una funda para almohada. Invite a su hijo a que sienta el objeto de la bolsa sin mirar. ¿Puede adivinar qué hay dentro de la bolsa? ¿Con qué otros objetos podrían jugar este juego? Intenten jugar sin dejar ninguno de los otros objetos del par a la vista para que sea un poco más difícil.</p>	<p style="text-align: center;"><b>ARTE/ESCRITURA</b></p> <p><b>Bebés:</b> coloque algunas cucharadas de gel para el cabello, jabón líquido o crema para afeitar no tóxica en una bolsa de congelador con cierre. Agregue colorante para alimentos, pintura o brillo si lo desea. Quite el exceso de aire y cierre bien. Pegue la bolsa en la bandeja de una silla alta, en una mesa o incluso en el piso. Invite a su bebé a que toque, acaricie y encuentre otras formas de hacer marcas.</p> <p><b>Niños más grandes:</b> pegue un trozo de papel de aluminio a una mesa o use una bandeja para hornear. Agregue algunas cucharadas de gel para el cabello, jabón líquido o crema para afeitar no tóxica y agregue colorante para alimentos, pintura o brillo si lo desea. Invite a su hijo a explorar la pintura con los dedos usando las manos, un pincel, bastoncillo de algodón u otro objeto. Para hacer una impresión de un objeto, coloque un trozo de papel encima y luego retírelo.</p>



## LA HORA DE LAS HISTORIAS

Reserve un momento tranquilo para contarle una historia a su hijo. Intente con esta indicación:

Demos un paseo imaginario por nuestro vecindario y usemos nuestros recuerdos para hablar acerca de lo que podemos tocar. ¿Cómo se siente el césped o el concreto en los pies? ¿Cómo se siente la corteza del árbol?

*<El personal de la red puede incluir un enlace con un libro para leer con su hijo sobre el tema de la semana. Asegúrese de elegir libros con un lenguaje familiar para el niño y la familia>.*

## MÚSICA

Ponga algo de música tranquila y cante a su hijo una canción de cuna favorita. Pasen algo de tiempo abrazados o simplemente estén cerca mientras se toman un descanso juntos durante el día.

---

## MOVIMIENTO

Cante Cabeza, hombros, rodillas y pies (*Head Shoulders, Knees and Toes*) con su hijo. Toquen la parte del cuerpo que se nombra mientras cantan la canción. Prueben cantarla muy lento y luego más rápido. ¿Qué tan rápido o lento pueden hacerlo?

# Recomendaciones de actividades. Semana 5: Mis 5 sentidos. La vista

¡Elija una (o más) indicaciones de actividades para compartir con las familias cada día y divertirse!  
Las actividades son adecuadas para niños de todas las edades, a menos que se indique lo contrario.

## JUEGOS IMAGINATIVOS

Brinde cajas de diferentes tamaños para explorar y, si es posible, una suficientemente grande como para que su hijo entre. Permita que su hijo use las cajas de diferentes maneras.

**Bebés:** Participe en juegos de esconder el rostro mientras los bebés se esconden en la caja o mientras te escondes detrás de la caja. Recorte puertas y ventanas para que ellos los abran y cierren.

**Niños más grandes:** Pregúntele a su hijo qué quiere crear con la caja. Invite a su hijo a dibujar o indicar dónde quisiera recortar aberturas como puertas o ventanas. Ofrezca a su hijo una linterna u otra luz segura que podría incorporar en la caja, como las velas de té que funcionan a batería. ¿Qué otros accesorios necesitan?

## EXPERIENCIA SENSORIAL

Rellene con agua botellas de plástico transparente y agregue colorante de alimentos o rellene con agua botellas de plástico de colores. Séllelas bien y colóquelas en el alféizar de una ventana soleada o ilumine la botella con una linterna para crear sombras coloridas. Use un pedazo de papel blanco o tela para crear un fondo para las sombras.

**Bebés:** Muéstrela a su bebé las sombras coloridas descrito en lo anterior y anímelo a intentar atrapar la luz colorida. Describa sus acciones mientras atrapa la luz o la ve reflejada en su cuerpo. También permítale explorar las botellas de cerca.

**Niños más grandes:** utilizando las instrucciones descritas en lo anterior, bríndele a su hijo una linterna segura e invítelo a iluminar en ángulos diferentes para explorar cómo hacer sombras con las botellas y también con otros objetos domésticos.

## MATEMÁTICAS/MATERIALES MANIPULATIVOS

**Bebés:** Haz un agujero en un pedazo de cartón. Pon la punta de una bufanda, un paño de cocina limpio o una cinta colorida a través del agujero e invite a su bebé a que intente pasarlo por el agujero.

**Niños más grandes:** Cree tarjetas de enlazar. Recorte trozos de cartón en diferentes formas y, si desea, coloréelos o píntelos. Haz agujeros alrededor de los bordes y dele cordones o pedazos de cinta a los niños para que los usen para enlazar. ¿Puedes encontrar las mismas formas en tu hogar?

## ARTE/ESCRITURA

Dibujos con crayones: Bríndele crayones a su hijo para colorear en un papel de construcción. Cuando finalicen, bríndele un pincel y un recipiente poco profundo con agua para que pinte sobre el dibujo con agua. Hable sobre cómo los colores se ven diferentes una vez que el papel se moja.

## LA HORA DE LAS HISTORIAS

Reserve un momento tranquilo para contarle una historia a su hijo. Intente con esta indicación:

Busque elementos en su casa y cuénteles a su hijo la historia sobre cómo llegó a poseerlos.

*<El personal de la red puede incluir un enlace con un libro para leer acerca del tema de la semana. Asegúrese de elegir libros con un lenguaje familiar para el niño y la familia.>*

## MÚSICA

Baile de sombras: atenúe las luces y coloque una lámpara para que proyecte las sombras de su hijo en la pared, las cortinas o la persiana. Reproduzca música y únase para hacer sombras mientras bailan.

---

## MOVIMIENTO

Muévase como los animales: intente brincar como un conejito, saltar como una rana, galopar como un caballo, aletear como un pájaro, caminar como cangrejo (con la espalda en el piso, la panza hacia arriba y gatear con las manos y los pies) o gatear como un oso (agacharse y gatear usando las manos y los pies). ¿Qué otros animales pueden imitar usted y su hijo?

# Recomendaciones de actividades. Semana 6: Mis 5 sentidos. El gusto

¡Elija una (o más) indicaciones de actividades para compartir con las familias cada día y divertirse!  
Las actividades son adecuadas para niños de todas las edades, a menos que se indique lo contrario.

## JUEGOS IMAGINATIVOS

**Bebés:** Jugar a la cocina: brinde boles de metal o plástico, algunos artículos para llenar y descargar. Agregue una cuchara para bebés o un batidor metálico para mezclar, si desea. Hable con su bebé sobre lo que está haciendo y modele cómo pretender comer algo mientras “cocinan” juntos.

**Niños más grandes:** Cree una cocina de simulación: reúne artículos de cocina, como boles de plástico, vasos medidores y cucharas, ollas y sartenes, moldes para magdalenas y otros artículos familiares. Agregue plastilina, papel o tiras cortas de cuerda o hilo para simular el alimento. Invite a su hijo a preparar algo sabroso para comer y únase a ellos para “cocinar” algo juntos.

## MATEMÁTICAS/MATERIALES MANIPULATIVOS

**Bebés:** A medida que su bebé comience a probar comidas nuevas, mantén un registro de cuáles le gustan y cuáles no. Permita que su bebé use las manos y también una cuchara a medida que experimenta nuevos sabores y texturas. A veces se necesitan muchos intentos hasta que los bebés aceptan nuevos alimentos.

**Niños más grandes:** Intente probar frutas y vegetales nuevas. Dibuja dos columnas en un papel y clasifica una columna como **Ahora me gusta** y la otra columna como **Todavía no**. Pruebe frutas y vegetales diferentes e invite a su hijo a pegar una imagen o dibujo del alimento en la columna que coincida con sus preferencias. Intente esto nuevamente durante las próximas semanas y vea si cambian sus gustos.

## EXPERIENCIA SENSORIAL

**Bebés:** Haga diferentes sabores de avena o harina para probar. Permita que su hijo explore las texturas con las manos y que pinte con los dedos con un poco de harina en la bandeja de su silla alta.

**Niños más grandes:** Haga una búsqueda del tesoro de sabores. Ayude a su hijo a encontrar alimentos que sean dulces, agrios, salados y amargos. Considere usar frutas, verduras, galletas saladas y condimentos. ¿Qué sabores le gustan más a su hijo? ¿Cuáles te gustan más a ti?

## ARTE/ESCRITURA

Cree un *collage* de comidas favoritas: recorte una variedad de imágenes de circulares, revistas o etiquetas de envases de alimentos. Pegue un trozo de papel de contacto con el lado adhesivo hacia arriba y brinde pegamento, cinta adhesiva y un plato de papel u otro trozo de papel. Hable con su hijo sobre sus comidas favoritas y permítale pegar los elementos que elijan.

## LA HORA DE LAS HISTORIAS

Reserve un momento tranquilo para contarle una historia a su hijo. Intente con esta indicación:

“Mi comida favorita fue...”. (recuerda incluir no solo lo que comiste y cómo se veía y sabía, sino también otras cosas que podrían haber hecho que la comida fuera especial, como con quién estabas o una celebración especial).

*<El personal de la red puede incluir un enlace con un libro para leer juntos acerca del tema de la semana. Asegúrese de elegir libros con un lenguaje familiar para el niño y la familia>.*

## MÚSICA

Canté una canción sobre el tema de comida con su hijo(a) Por ejemplo, me encanta comer manzanas y bananas (*I Like to Eat Apples and Bananas*).

---

## MOVIMIENTO

Finja que su hijo es una *pizza*. Pídale que se acueste en el piso y finja estirarlo como una masa mientras lo masajea con las manos. Luego, finja esparcir salsa de tomate, frotando las manos sobre él. Finja espolvorear un poco de queso, pasando suavemente los dedos sobre él. Ponga otros ingredientes como peperoni o verduras, golpeándolo suavemente con las manos. Levántelo y pretenda ponerlo en el horno, colocándolo en un sofá o en una cama. Cuando la “*pizza*” esté lista, levántelo y colóquelo en el piso y simule que mordisquea un poco. ¿Qué otras comidas conocidas podría pretender hacer? ¿Un rollo de *sushi*, un burrito, un bollo de masa?

# Recomendaciones de actividades. Semana 7: Mis 5 sentidos. El gusto y el olfato

¡Elija una (o más) indicaciones de actividades para compartir con las familias cada día y divertirse!  
Las actividades son adecuadas para niños de todas las edades, a menos que se indique lo contrario.

## JUEGOS IMAGINATIVOS

**Bebés:** En su próxima comida, haga gestos y expresiones faciales dramáticas y tontas mientras huele y prueba la comida. Exagere lo bien que huele algo y lo dulce, agrio o picante que algo sabe. Después, finja que algo es asqueroso o apestoso y únase a la risa de su bebé y aliéntelo a imitar sus expresiones o a hacer sus propias expresiones.

**Niños más grandes:** Haga un pícnic simulado con su hijo e invite algunos juguetes o muñecos de peluche favoritos. Invite a su hijo a colocar tazas y platos y bríndele una jarra pequeña con agua para que su hijo pueda practicar verterla en las tazas. ¿Qué más le gustaría a su hijo tener en el pícnic? Hablen sobre cómo huelen y saben los alimentos a medida que “comen” juntos.

## EXPERIENCIA SENSORIAL

Aromas misteriosos: Tome algunas pelotas de algodón y humedezca o frote cada una con un aroma diferente, pero familiar, usando artículos como pasta de dientes, champú, loción, jugo de limón, salsa de soja, vinagre, vainilla, canela u otras especias, aceites esenciales, etc. Coloque cada pelota de algodón en un recipiente pequeño de plástico o bolsa resellable y cierre de forma segura. Haga algunos agujeros en el recipiente e invite a su hijo a sacudirlo para sacar el aroma. Deje que su hijo huela cada uno y vea si puede adivinar de dónde proviene el olor. Luego, muéstrela a su hijo los artículos reales y vea si puede combinar el aroma con el artículo.

*\*Tenga cuidado para evitar cualquier posible desencadenante de alergia o asma para su hijo.*

## MATEMÁTICAS/MATERIALES MANIPULATIVOS

**Bebés:** Si su bebé come alimentos que se comen con los dedos, cuente cuántas porciones le ofrece y deje que practique alimentarse solo. Use palabras como “más”, “no hay más”, “un montón”, y “un poco” a medida que cambia la cantidad de comida.

**Niños más grandes:** Mientras prepara una comida, invite a su hijo a que lo ayude a preparar, medir y revolver los ingredientes. Observe los diferentes aromas: ¿Qué artículos tienen aromas más fuertes y cuáles no tienen realmente un aroma? ¿Las cosas huelen diferentes después de estar preparadas?

## MÚSICA

Los sentidos espléndidos (*The Splendid Senses*) (cantada con la melodía de El oso pasó por la montaña [*The Bear Went Over the Mountain*]).

Mi (nariz) está hecha para (oler).

Mi (nariz) está hecha para (oler).

Mi (nariz) está hecha para (oler).

Entonces puedo (oler) el mundo.

Continúe con lo siguiente: oídos... escuchar, ojos... ver, boca... saborear, manos... tocar.\*

## MOVIMIENTO

Juegue a “Cabeza, hombros, rodillas y pies” con su hijo. Trate de hacerlo despacio y luego más rápido.

## LA HORA DE LAS HISTORIAS

Reserve un momento tranquilo para contarle una historia a su hijo. Intente con esta indicación:

“Supongamos que estamos en un hermoso jardín secreto... (agregue detalles sobre lo que podría ver y oler allí, y también sobre cómo podrían jugar juntos allí)”.

*<El personal de la red puede incluir un enlace con un libro para leer con su hijo sobre el tema de la semana. Asegúrese de elegir libros con un lenguaje familiar para el niño y la familia.>*

## ARTE/ESCRITURA

Receta casera de pintura para rasgar y oler: mezcle una cucharada de pegamento escolar con una cucharadita de agua. Agregue una cucharadita o más de gelatina en polvo de color o bebida en polvo y mézclalos. Ofrezca a su hijo un trozo de papel o cartón delgado e invítelo a pintar con los dedos o un pincel. Deje que la pintura se seque y luego haz que rasque y huelga su creación.

\* Canciones sobre los 5 sentidos: <https://www.nps.gov/teachers/classrooms/senses-songs.ht>

# Recomendaciones de actividades. Semana 8: Mis 5 sentidos. La audición

¡Elija una (o más) indicaciones de actividades para compartir con las familias cada día y divertirse!  
Las actividades son adecuadas para niños de todas las edades, a menos que se indique lo contrario.

## JUEGOS IMAGINATIVOS

**Bebés:** Muéstrole a su bebé imágenes de diferentes animales y luego imite los sonidos y las acciones que cada animal hace. Invite a su bebé a que lo haga con usted y a que haga sus propios sonidos y acciones.

**Niños más grandes:** Invite a su hijo a crear una tienda de mascotas. ¿Qué tipos de animales podrías encontrar allí? Túrnense para ser diferentes animales y también para desempeñar el rol del dueño de la tienda o el cliente.

## EXPERIENCIA SENSORIAL

**Bebés:** Recoja y limpie varias botellas pequeñas de plástico transparente. Llene parcialmente cada botella con elementos pequeños, como tapas de botellas, botones, bisutería, canicas, etc. Cierre bien la tapa con pegamento o cinta adhesiva. Haga que su bebé explore los diferentes sonidos que hace cada recipiente.

**Niños más grandes:** Use recipiente de plástico, metal o cartón y haga que su hijo llene parcialmente cada recipiente con elementos, como tapas de botellas, botones, bisutería, canicas, etc. Considere hacer un recipiente solo con elementos suaves, como pelotas de algodón o pompones. Cierre la tapa y explore los diferentes sonidos que hace cada recipiente.

## MATEMÁTICAS/MATERIALES MANIPULATIVOS

**Bebés:** Bríndele a su hijo una pequeña colección de artículos domésticos para manipular y explorar, como un bol de metal o un molde para pasteles, tapas de frascos para bebés, tapas de frascos, servilleteros tipo anillo, clips de plástico, etc. A medida que su bebé pone los elementos en el recipiente o los deshecha, comente sobre los diferentes sonidos que hacen los elementos.

**Niños más grandes:** Invite a su hijo a crear campanillas, atando llaves viejas, cubiertos de repuesto, tapas de frascos u otros objetos de metal a un colador, una cuchara de madera u otro objeto. Haga que experimente con diferentes longitudes de cuerda y ubicaciones de objetos a medida que sacude o golpea las campanillas para hacer sonidos.

## MÚSICA

Cante y reproduzca canciones que sean suaves, fuertes, rápidas y lentas. También use el cuerpo para hacer música, aplaudiendo, haciendo palmadas, pisando fuerte, etc. mientras cantas o te mueves con la música.

---

## MOVIMIENTO

Use su maraca casero cuando baile con la música favorita de su hijo esta semana. Invite a su hijo a tocar diferentes partes del cuerpo con la maraca al bailar.



## LA HORA DE LAS HISTORIAS

Reserve un momento tranquilo para contarle una historia a su hijo. Intente con esta indicación:

“Escucha el sonido de un pájaro cantando afuera y cuenta la historia de lo que imaginas que el pájaro está diciendo”.

*<El personal de la red puede incluir un enlace con un libro para leer con su hijo sobre el tema de la semana. Asegúrese de elegir libros con un lenguaje familiar para el niño y la familia.>*

## ARTE/ESCRITURA

**Bebés:** Ofrezca a su bebé un crayón grueso o un marcador no tóxico e invítelo a hacer un dibujo. Muéstrole cómo hacer puntos en el papel, poniendo el crayón en el papel. Háblele sobre el sonido que hace cuando el crayón golpea el papel. ¿De qué otras maneras pueden hacer marcas?

**Niños más grandes:** Silbato (*kazoo*) casero: Invite a su hijo a enrollar un trozo de papel en un tubo y asegúrelo con una cinta adhesiva. Invítelo a decorar el tubo. Bríndele un papel encerado y pídale que cubra un extremo del tubo con el papel. Ayúdelo a asegurar el tubo con una banda elástica para que el papel encerado quede bien ajustado en la parte superior. Invite a su hijo a hablar a través del tubo y ve que sucede. Intenta cantar o tararear a través del tubo para divertirte más.

# Recomendaciones de actividades. Semana 9: sonidos por todos lados

¡Elija una (o más) indicaciones de actividades para compartir con las familias cada día y divertirse!  
Las actividades son adecuadas para niños de todas las edades, a menos que se indique lo contrario.

## JUEGOS IMAGINATIVOS

**Bebés:** Bríndele a su bebé algunos sonajeros, sacudidores u otros instrumentos musicales seguros para bebés y únase para hacer música a medida que cantan juntos algunas canciones favoritas.

**Niños más grandes:** Invite a su hijo a crear un escenario, colocando una pequeña alfombra o tapete de baño a su área de juego. Ofrézcale una cuchara, un cepillo para el cabello, un tubo de cartón u otro objeto que sirva como micrófono. Invite a su hijo a que monte un espectáculo, cantando sus canciones favoritas o bailando. ¿Qué otros accesorios le gustaría agregar a su hijo?

## EXPERIENCIA SENSORIAL

Intente sentarse en silencio con su hijo y escuchar todos los sonidos que puedan. Tenga en cuenta los sonidos que están cerca y los que están lejos. ¿Pueden escuchar los sonidos de la naturaleza? Si pueden, intenta esto tanto en la casa como afuera.

**Bebés:** Observe los sonidos a los que su bebé reacciona y nombre y señale lo que hace el sonido. Vea si tú y tu bebé pueden hacer sonidos similares.

**Niños más grandes:** Invite a su hijo a que nombre los sonidos que escucha. Si puedes ir a un parque, intenta sentarte en silencio y solo escuchar por un momento. Intenta recoger algunos elementos de la naturaleza y ver cómo los puedes usar para crear sonidos de formas diferentes.

## MATEMÁTICAS/MATERIALES MANIPULATIVOS

Cante y represente canciones de juegos con los dedos que impliquen contar, como Cinco patitos (*5 Little Ducks*)\* u otros juegos con los dedos conocidos en el idioma que se habla en el hogar.

\*Vea la siguiente página para encontrar letras en inglés y español.

## MÚSICA

Cree una banda musical de cocina, ofreciéndole a su hijo ollas, sartenes, boles, platos de aluminio para pasteles, cucharas, pinzas, batidores, etc. e invítelo a unirse para hacer música juntos. Explore las diferentes formas de hacer sonidos e intente hacer música que sea suave, fuerte, rápida y lenta.

---

## MOVIMIENTO

Juego de danza congelada (*Freeze Dance*): Reproduzca música y baile con su hijo. Puede sostener a su bebé en la cadera mientras bailan juntos. De vez en cuando, pausa la música y mantente “congelado” en el lugar. ¡Trata de “congelarte” en un pose tonta para que tu bebé se ría!

## LA HORA DE LAS HISTORIAS

Reserve un momento tranquilo para contarle una historia a su hijo. Intente con esta indicación:

“Escuchen o canten una canción de su niñez juntos y cuénteles a su hijo sobre la primera vez que escuchó la canción o cómo le hizo sentir la canción”.

*<El personal de la red puede incluir un enlace con un libro para leer juntos acerca del tema de la semana. Asegúrese de elegir libros con un lenguaje familiar para el niño y la familia>.*

## ARTE/ESCRITURA

Ofrézcale crayones a su hijo, marcadores no tóxicos u otros materiales de dibujo y diferentes tipos de papeles o cartón. Reproduzca diferentes tipos de música de fondo mientras explora los materiales. Hablen sobre cómo le hace sentir la música y cómo dibujaría de forma diferente según el tipo de música.

### Five Little Ducks

Five little ducks  
Went out one day  
Over the hill and far away  
Mother duck said  
"Quack, quack, quack, quack"  
But only four little ducks came back

### Cinco patitos

Uno, dos, tres, cuatro,  
Cinco patitos salieron a nadar  
Sobre la colina y más allá  
Mamá Pata dijo "qua qua qua"  
Solo cuatro vio a regresar

Uno, dos, tres,  
Cuatro patitos salieron a nadar  
Sobre la colina y más allá  
Mamá Pata dijo "qua qua qua"  
Solo tres vio a regresar

Uno, dos,  
Tres patitos salieron a nadar  
Sobre la colina y más allá  
Mamá Pata dijo "qua qua qua"  
Solo dos vio a regresar

(Repetir para cuatro, tres, dos, un, y ningún patito).  
Sad mother duck  
Went out one day  
Over the hill and far away  
The sad mother duck said  
"Quack, quack, quack"  
And all of the five little ducks came back!

Uno,  
Dos patitos salieron a nadar  
Sobre la colina y más allá  
Mamá Pata dijo "qua qua qua"  
Solo uno vio regresar

Un patito salió a nadar  
Sobre la colina y más allá  
Mamá Pata dijo "qua qua qua"  
Y a ninguno ve regresar.

La pobre Mamá Pata salió a nadar...  
Sobre la colina y más allá  
Mamá Pata dijo, "qua qua qua"  
¡Y a sus patitos vio regresar!

# Sugerencias de actividades - Semana 10: las plantas

¡Elija una (o más) indicaciones de actividades para compartir con las familias cada día y divertirse!  
Las actividades son adecuadas para niños de todas las edades, a menos que se indique lo contrario.

## JUEGOS IMAGINATIVOS

**Bebés:** dele a su bebé algunas fundas de compras o cestas y una variedad de elementos que pueda usar para llenar la funda y luego volcarlos, como llaves de plástico, billeteras viejas, juguetes pequeños, etc. Hable con él sobre lo que están haciendo y simule que están haciendo las compras juntos.

**Niños más grandes:** invite a su hijo a crear un puesto de frutas y verduras o una tienda de plantas. Usen cajas o mesas para el mostrador. Junten algunos elementos reales y falsos para “vender” y también fundas de compras o cestas. Hagan listas para las compras y corten papel para crear dinero simulado. Tomen turnos entre ser el cliente y la persona que vende.

## EXPERIENCIA SENSORIAL

**Bebés:** si su bebé consume alimentos sólidos, dele una fruta o vegetal para que la sienta con sus manos. Hable sobre su exterior y su olor. Deje que observe mientras prepara un puré o corta el alimento para que pueda ver cómo cambia. Sírvale una porción de puré o de bocaditos y hablen acerca de qué sabor tiene.

**Niños más grandes:** busque un frijol seco. Haga que su hijo humedezca una toalla de papel, doble la toalla de papel húmeda y coloque el frijol dentro. Luego, séllelo en una bolsa de plástico. Echen un vistazo al frijol todas las mañanas para ver si está retoñando y hablen acerca de lo que observan.

## MATEMÁTICAS/MATERIALES MANIPULATIVOS

Den un paseo afuera para ver y hablar sobre todas las cosas que ven en la naturaleza. Si pueden, recolecten algunas hojas, ramitas u otros elementos de la naturaleza.

**Bebés:** use la mayor cantidad de palabras que pueda para describir cada elemento e invite a su bebé a explorar cómo se sienten, huelen y suenan los elementos.

**Niños más grandes:** invite a su hijo a que lo ayude a describir los elementos, usando la mayor cantidad de palabras que puedan, mientras exploran cómo se sienten, huelen o suenan los elementos. Observen de cuántas maneras pueden clasificar los elementos (por color, forma, tamaño, etc.).

## MÚSICA

Canten y representen una canción acerca de cultivar, por ejemplo: Avena, guisantes, frijoles y cebada crecen (*Oats, Peas, Beans and Barley Grow*). Pueden ver la letra en la página siguiente.

---

## MOVIMIENTO

**Bebés:** sostenga a su bebé y dé vueltas despacio en círculos mientras canta La ronda de la rosa (*Ring Around the Rosie*). Pueden ver la letra en la página siguiente.

**Niños más grandes:** invite a su hijo a simular que es una flor o un árbol y que tiene los pies plantados en el piso. ¿Cómo se movería si soplara un viento fuerte? ¿Si cayera una cálida lluvia sobre él? ¿Si el sol estuviera brillando sobre él? Agregue una linterna e invite a su hijo a inclinarse hacia la luz como lo haría si fuera una planta o una flor.

## LA HORA DE LAS HISTORIAS

Reserve un momento tranquilo para contarle una historia a su hijo. ¡Pruebe con esta idea!

*"Plantemos un jardín imaginario, yo soy el jardinero y tú eres el jardín".*

Cuente una historia acerca de plantar un jardín junto con su hijo, mientras lo "representa" con un masaje en la espalda o el cuerpo: inspeccionar el suelo, remover la tierra, plantar las semillas, aplanar la superficie, sentir el calor del sol y las gotas de la lluvia, etc.

*<El personal de la red puede incluir un enlace con un libro para leer juntos acerca del tema de la semana. Asegúrese de elegir libros con un lenguaje familiar para el niño y la familia.>*

## ARTE/ESCRITURA

Busque una planta, adentro o afuera, que su hijo pueda tocar sin peligro. Hablen sobre los colores, las formas y los olores que notan mientras investigan la planta. Invite a su hijo a dibujar lo que ve mientras mira la planta. Si tiene crayones o marcadores, vea si puede encontrar colores que coincidan con la planta. Busque formas simples que su hijo pueda observar y representar. Permita que su hijo sea creativo y explore sus propias ideas. Acepte los garabatos, las marcaslas línea o las formas que haga como parte del proceso creativo.

### **La ronda de la rosa (*Ring Around the Rosie*)**

La ronda de la rosa (*Ring Around the Rosie*),  
Con flores en el bolsillo (*Pocket full of posies*).  
¡Vamos! (*Ashes!*) ¡Vamos! (*Ashes!*)  
Todos caemos (*We all fall down*).

*(Consulte Wikipedia para obtener las variaciones culturales de esta canción)*

### **Avena, guisantes, frijoles y cebada crecen (*Oats, Peas, Beans and Barley Grow*)**

Avena, guisantes, frijoles y cebada crecen (*Oats, peas, beans and barley grow*),  
Avena, guisantes, frijoles y cebada crecen (*Oats, peas, beans and barley grow*),  
Tú y yo y todos saben (*You and I and everyone know*)  
Cómo avena, guisantes, frijoles y cebada crecen (*How oats, peas, beans and barley grow*).

Primero el granjero siembra sus semillas (*First the farmer plants his seeds*). (*Realicen las acciones de cada verso*)  
Luego se levanta y se relaja (*Then he stands and takes his ease*),  
Sacude las manos y pisa fuerte (*Stamps his foot and claps his hands*),  
Se da la vuelta y sus terrenos ve (*And turns around to view his land*).