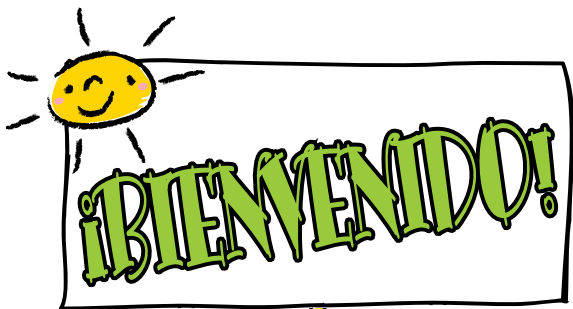




TODOS LOS DÍAS  
YO APRENDO  
MIENTRAS JUEGO



ACTIVIDADES PARA HACER CON SU BEBE O NIÑO PEQUEÑO



## ÁREAS PRINCIPALES DE APRENDIZAJE

- 😊 Enfoques de Aprendizaje
- 🎨 Artes Creativas
- 📖 Lenguaje y Expresión
- 🏠 Estudios Sociales
- ▲ Matemáticas
- 🍏 Salud Física y Bienestar
- 🔍 Ciencias
- 👤 Social y Emocional

Felicitaciones por su nuevo bebé. Los bebés nacen listos para aprender. Y Usted es la persona **MÁS IMPORTANTE** en el desarrollo de la capacidad de aprendizaje de su recién nacido. No necesita programas/materiales costosos. Use sus actividades diarias, constante comunicación y juego. La guía adjunta le dará ideas para emplear sus actividades rutinarias como material de enseñanza en áreas señaladas al final como “Áreas Principales de Aprendizaje.”

Cada niño crece y aprende a un ritmo individual. Aprendiendo una nueva actividad requiere mucha práctica. Las actividades usadas en determinado grupo de edad pueden repetirse a diferentes edades. Usted podrá observar algunas repeticiones.

Esta guía ha sido diseñada basándose en su rutina diaria y usando sus actividades para darle a su bebé la oportunidad de comunicarse con adultos, las cosas y el ambiente que lo rodea.

Emplee las siguientes actividades como material de enseñanza:

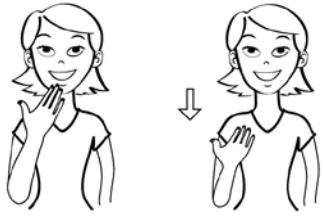
- ✧ **Vamos a Comer:** A la hora de comida, merienda, o cuando se come por fuera de casa.
- ✧ **Vamos a Tomar un Baño:** Al tiempo del baño, cambiando el pañal, arreglando el cabello, o vistiéndose.
- ✧ **Vamos:** Cuando vamos a algún sitio, salimos de compras, caminamos, vamos de vacaciones y/o hacemos alguna actividad física.
- ✧ **Vamos a Conversar:** Al leer, narrando historias, dramatizando las historias que se narran, dibujando y otras formas de expresión.
- ✧ **Vamos a decir Hola/Adiós:** Transiciones que usted y su niño hacen incluyendo cambios en medio de actividades, visitas o camino a la guardería.
- ✧ **Vamos a Descansar:** Tiempo de la siesta, tiempo de reposar o retirarse a dormir.



Sí usted tiene alguna inquietud en el desarrollo de su niño, llame a su oficina local de programas de Intervención Temprana “Early Intervention” or CONNECT (1-800-692-7288) y hable con un especialista de niños.

Las actividades de ésta guía concuerdan con (Las Regulaciones de “Temprano Aprendizaje del Estado de Pennsylvania”) “Pennsylvania Learning Standards for Early Childhood” que explican las habilidades y conceptos que los niños deben tener a diferentes edades. Para obtener más información, visite [www.pdesas.org/ocdel](http://www.pdesas.org/ocdel), “For Families” (Para Familias).

**Esta Guía de Actividades es auspiciada por la Oficina para Desarrollo del Niño y Temprano Aprendizaje del Estado de Pennsylvania**



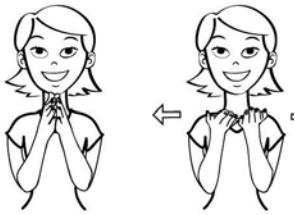
GRACIAS



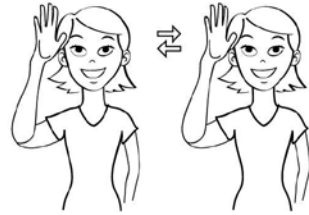
DORMIR/CAMA



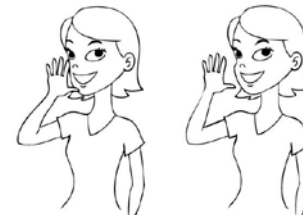
POR FAVOR



LIBRO/LEER



PAPI

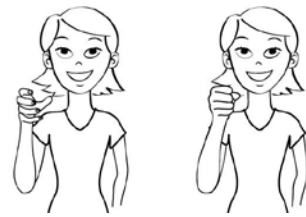


MAMI

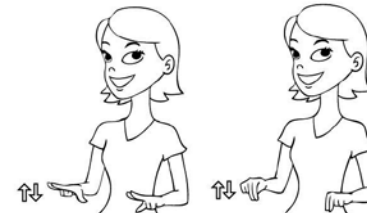
**Usando lenguaje de signos para bebé es una manera simple de darle a su niño la oportunidad de expresar lo que desea.**



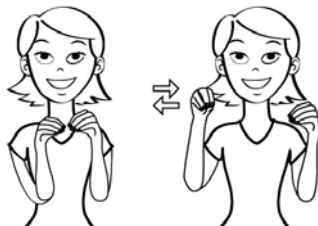
TERMINÉ



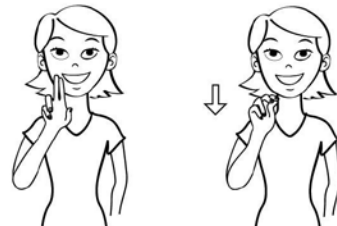
LECHE



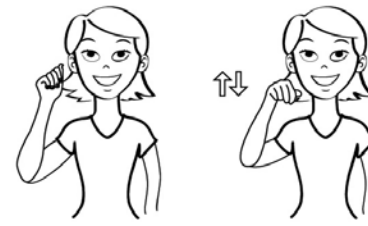
CAMBIAR PAÑAL



MÁS



NO



SI

Los niños tienen la habilidad de entender lo que se les dice antes de que tengan la capacidad para expresarlo. Imagínesse la frustración que usted sentiría sí quisiera decir algo pero no sabe como expresarlo. Tal frustración es la principal razón por la que los niños pequeños lloran o se portan mal. Usando simple lenguaje de signos para bebé es una manera sencilla de darle a su niño la oportunidad de comunicarse. Estos son algunos signos simples para que usted y su pequeño se comuniquen:



**Para más información visite [www.aslpro.com](http://www.aslpro.com)**




# 0-3 MESES



## TERMINANDO los 3 meses

- ✧ Puede tranquilizarse solo por cortos periodos de tiempo
- ✧ Sigue objetos con la mirada
- ✧ Sonríe
- ✧ Llora sí se siente aburrido
- ✧ Se enfoca en las caras
- ✧ Mantiene la cabeza derecha
- ✧ Balbucea
- ✧ Trata de impulsarse cuando está bocabajo
- ✧ Vuelve la cabeza siguiendo los sonidos

## ¡Vamos a COMER!

-  Explique los síntomas de hambre a su bebé. Por ejemplo: Ese llanto suena como si tuviera hambre, ya te voy a dar de comer. Dígale lo que usted está haciendo mientras se prepara para alimentarlo y también mientras lo alimenta.
-  Déjele saber cuándo alguien diferente a usted le está dando de comer. Por ejemplo: Papi te está dando la comida ahora.
-  Mientras lo alimenta tararee una canción de cuna, béselo, o simplemente mírelo a los ojos y sonríale.

**Los niños empiezan a aprender desde antes de nacer. Aprenden a través de su experiencia con el ambiente que los rodea. La Comunicación es parte central del aprendizaje. Los sentidos del oído, tacto y olfato son los más desarrollados durante los tres primeros meses de vida. La vista se desarrolla significativamente durante los primeros meses. Los bebés en ésta edad enfocan mejor objetos de 8-12 pulgadas de distancia. Las caras de los adultos son su enfoque principal. Desde su nacimiento los bebés absorben el ambiente que los rodea a través de sus sentidos que se están desarrollando. Todos los niños se benefician compartiendo tiempo con adultos que le son especiales.**

Puede ser que a su bebé recién nacido le tome algunos segundos para responderle, o no le responda. Sea paciente. Siga tratando o espere hasta que su bebé esté más alerta.

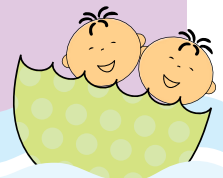
**(Ponga música a su tono de voz, a muchos bebés les gusta)**

## RECURSOS DE INTERNET

Pennsylvania Department of Public Welfare [www.dpw.state.pa.us](http://www.dpw.state.pa.us)  
Le conecta con varios programas del "Departamento de Bienestar Social."  
Su misión es darle los mejores servicios en calidad de vida y dar pronta respuesta a sus preguntas.

## ¡Vamos a TOMAR UN BAÑO!

- ▲ Cuando lo está cambiando de pañal, o preparándolo para el baño juegue suavemente con sus pies y sus deditos. Puede cantarle "This Little Piggy Went to Market": El Pequeño cerdito que fue al mercado (Vea lista de canciones).
- 🔍 Después del baño mientras lo está vistiendo, déjelo que experimente diferentes texturas, pase muy suavemente sobre su piel diferentes clases de tejidos, como lana, lino, seda. Puede pasarle una bufanda de seda describiendo la sensación de la seda en la piel diciendo, "la seda se siente suave y resbalosa."
- 🔍 Después del baño tome en sus manos unas gotitas de aceite de bebé o aceite vegetal y muy suavemente masajee la piel de su bebé. Vaya nombrando las partes del cuerpo mientras le pasa el aceite.

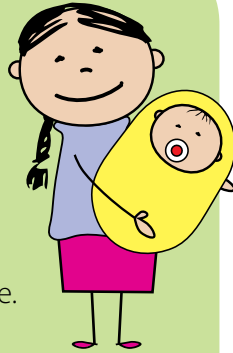


## ¡VAMOS!

🏠 Vaya a caminar. Haga su caminata entretenida. Describa las cosas que ve y siente. Lleve algo de comer y tenga un pic-nic con su bebé.

😊 Amarre cintas o un material atractivo a una cuchara de palo creando un móvil. Muévelo gentilmente enfrente de su bebé. Manténgalo en el carro o coche. Esto lo entretendrá.

🍏 Recueste a su bebé sobre la espalda. Tomándolo por los tobillos suavemente mueva sus piernecitas a la vez que canta "Row, Row, Row your Boat": Remando en la barquita (vea lista de canciones).



## ¡Vamos a CONVERSAR!

📖 Recueste a su niño en una superficie suave. Enséñele a jugar "Pat a Cake": Haciendo tortitas (vea lista de canciones).

📖 Coloque a su bebé bocabajo. Generalmente los bebés muy pequeños se sienten incómodos estando bocabajo por más de un par de minutos. Pero es importante mantenerlo bocabajo por algunos minutos todos los días. Para distraerlo coloque fotos en blanco y negro en frente de él. Descríbale las fotos.

📖 Léale en voz alta y tono calmado. A ésta edad no importa lo que usted está leyendo. Lo importante es la expresión de su voz. Asegúrese de mirarlo mientras lee.

## ¡Vamos a decir HOLA/ADIOS!

😊 Juegue a las escondidas. Muéstrela un juguete, luego cubra el juguete y pregúntele: "¿Dónde está el juguete?" Descubra el juguete y exclame: "¡Aquí está!"

👋 Ponga a su bebé cerca de usted, a una distancia de 8-12 pulgadas, asegúrese de que él la puede ver y juegue haciéndole piruetas, como sacando la lengua o abriendo la boca. Sí usted tiene paciencia su bebé tratará de imitarla.

👋 Establezca rutinas predecibles para cambiarle de pañal, bañarlo, tiempo de dormir, etc. Rutinas y hábitos lo harán sentir seguro.

## ¡Vamos a DESCANSAR!

😊 Con un marcador negro dibuje sobre papel blanco, caras, líneas u otros objetos. Puede sacarlas de la computadora. Coloque éstos dibujos en el lugar en donde su bebé usualmente descansa (recuerde que la distancia ideal es 8-12 pulgadas).

📖 Juegue a "Buenas Noches Luna" como parte de la rutina para ponerlo a dormir. Paséelo alrededor del cuarto o la casa y diga hasta mañana a las personas, juguetes o cosas.

📖 Ponga un CD de canciones de cuna o música suave mientras lo acuesta. Deje el volumen bajito y salga del cuarto.



## ÁREAS PRINCIPALES DE APRENDIZAJE

😊 Enfoques de Aprendizaje

🎨 Artes Creativas

📖 Lenguaje y Expresión

🏠 Estudios Sociales

▲ Matemáticas

🍏 Salud Física y Bienestar

🔍 Ciencias

👋 Social y Emocional



# 3-6 MESES

## TERMINANDO los 6 Meses

- ✧ Reconoce caras familiares
- ✧ Responde a las emociones de otros, frecuentemente se ve contento
- ✧ Le gusta mirarse en el espejo
- ✧ Se voltea para ambos lados
- ✧ Puede reaccionar ante la presencia de extraños
- ✧ Balbucea vocales juntas (a, e, o)
- ✧ Entiende cuando se le llama por su nombre
- ✧ Empieza a sentarse sin necesidad de soporte
- ✧ Se pasa objetos de una mano a la otra

## ¡Vamos a COMER!

✎ Mientras lo mimas antes de darle la comida, trate el siguiente juego: Camine sus dedos como dando pasos empezando en la palma de la manita de su bebé, subiendo por el brazo y terminando haciéndole cosquillas debajo del brazo o en la quijada, entretanto diga: "Caminando, caminando, salió el osito al jardín. Un pasito, dos pasitos, haciendo cosquillitas por aquí y por allí."

🔍 Ponga una campana de viento cerca del sitio en donde lo alimenta. Puede hacer una poniendo juntos moldes de aluminio para hornear pasteles. Su bebé disfrutará viéndolos y escuchando el sonido mientras come.

😊 Cuando su niño se pueda sentar derecho en su canto o la silla de comer, permítale coger y sostener una cuchara. Su bebé disfrutará manteniendo una cuchara en la mano mientras come.



*De 3 a 6 meses los bebés empiezan a poner más atención a lo que pasa a su alrededor. Comunicación positiva y exploración de los sentidos son beneficiosas en el desarrollo de su bebé. Cuando usted mantiene a su bebé interesado, activo y contento, está aprendiendo. No hay necesidad de enseñar a un bebé. Disfrute de éste tiempo mimándolo y jugando. Esto es exactamente lo que su pequeñito necesita para crecer saludable y en disposición de aprender.*

## RECURSOS DE INTERNET

PA Early Learning Keys to Quality: Claves de Temprano Aprendizaje  
[www.pakeys.org](http://www.pakeys.org)




*Un sistema de mejoramiento de aprendizaje temprano en el que se motiva y ayuda a nivel profesional a mejorar el futuro del niño.*






## ¡Vamos a TOMAR UN BAÑO!

- ▲ Después de cambiarle el pañal, sosténgalo por las manitas y las muñecas y cuente, "Uno, dos, tres, arriba!" GENTILMENTE tráigalo a posición de sentarse. Sonría, recuéstelo nuevamente y repita éste ejercicio.
- 📖 Después de cambiarlo, bañarlo o mientras lo viste, recite "Hickory, Dickory, Dock" acompañando la canción con movimientos (vea lista de canciones).
- 😊 Juegue a adivinar el juguete. Coloque un juguete suave debajo de la camiseta de su bebé mientras lo cambia o lo viste y pregúntele "¿Qué juguete es este?" Hable acerca de cómo se siente y donde está escondido.

## ¡VAMOS!




-  Usando su brazo como soporte para apoyar a su bebé, póngalo bocabajo sosteniendo su pecho con una mano y usando la otra mano para sujetarle el cuello y la cabeza. Mézalo hacia atrás y adelante caminando alrededor del cuarto o la casa e imitando el sonido de un avión.
-  Cuelgue en la silla de bebé en el carro juguetes que sean seguros y que hagan diferentes sonidos cuando se mueven. A medida que su bebé los descubre empieza a experimentar el principio de "causa y efecto." Asegúrese de elogiar y festejar el esfuerzo que su bebé hace.
-  Cuando hay buena temperatura vaya a una caminata en donde esté en contacto con la naturaleza. Coleccione objetos que encuentre a lo largo del camino, hojas, pasto, conos de pino, etc. Al llegar a la casa colóquelos en botellas de plástico claro, asegure las tapas con pegante. Deje que su bebé las curioseee. Puede abrir agujeros en las botellas que tienen pinos o cosas que dan aroma.

## ¡Vamos a CONVERSAR!

-  Mientras tiene a su bebé sentado en su canto léale historias simples. Muéstrole las ilustraciones. Deje que su bebé vea el libro. Los libros de cubierta gruesa son mejores, pues la mayoría de los bebés tratan de llevarse el libro a la boca.
-  Coloque fotos y cuadros interesantes en áreas donde su bebé las pueda ver. Sobre el piso en el sitio en donde lo pone bocabajo. El cielorraso, donde le cambia el pañal. Háblele acerca de éstos cuadros o fotos. Las fotos de la familia en actividades son las que más le llaman la atención.
-  Converse con su bebé. Escúchelo balbucear y cuando pare repítale lo que usted oyó. Lo más seguro es que su bebé le responda. Vuelva a repetir formando una conversación.






## ¡Vamos a decir HOLA/ADIOS!

-  Coja tres vasos plásticos y una bola, muéstrole la bola y luego escóndala en uno de los vasos. Asegúrese de que su bebé ve en que vaso usted puso la bola. Luego anímelo a que señale o coja el vaso en el cual la bola está escondida y exclame: ¡La encontraste!
-  Cuando usted tiene alguna actividad lejos de su bebé, a su regreso cuénteles como fue su día.
-  Un juguete favorito, animal de peluche, cobija u otra cosa lo ayuda a sentir confortable al moverlo de un lugar a otro. Fotos de familiares también sirven.



## ¡Vamos a DESCANSAR!

-  Mientras lo arrulla, antes de la siesta o tiempo de dormir, en el cuarto oscuro, tome una linterna y señalando a la luz dígame "mira la luz." Despaciosamente mueva la luz enfocando varios objetos. Háblele de éstos objetos.
-  Coloque un espejo IRROMPIBLE en el piso en frente de su bebé. Su bebé disfrutará viéndose mover y sonreír.
-  Prepare un lugar espacioso y seguro en donde su bebé pueda practicar voltearse. Coloque almohadas pequeñas para estimular su esfuerzo pero asegúrese de que usted lo está supervisando.

## ÁREAS PRINCIPALES DE APRENDIZAJE

 Enfoques de Aprendizaje

 Artes Creativas


 Lenguaje y Expresión

 Estudios Sociales

 Matemáticas

 Salud Física y Bienestar

 Ciencias

 Social y Emocional

# 6-9 MESES

## TERMINANDO los 9 meses

- ✧ Responde a su nombre
- ✧ Encuentra objetos parcialmente escondidos
- ✧ Se sienta sin ayuda
- ✧ Se voltea para ambos lados
- ✧ Balbucea palabras como mama o papa
- ✧ Se para sosteniéndose de algo
- ✧ Se pasa objetos de una mano a la otra
- ✧ Se ríe y grita



**De seis a nueve meses son exploradores. Les gusta tratar diferentes cosas para saber qué pasa (causa y efecto). Se empiezan a mover con más habilidad, se sientan, gatean y empiezan a pararse. A ésta edad muestran interés en nuevas cosas y personas, pero también pueden mostrar miedo ante los extraños. Disfrutan observando y respondiendo a las cosas alrededor de ellos y les gusta repetir sonidos y acciones.**

## RECURSOS DE INTERNET

PA Promise for Children [www.paprom.convio.net](http://www.paprom.convio.net)  
"La Promesa de Pennsylvania para niños" es una campaña que enfatiza la importancia de dar acceso a oportunidades de óptima calidad de aprendizaje para todos los niños en Pennsylvania.

## ¡Vamos a COMER!

- 🍏 Siéntelo a la mesa cuando la familia está comiendo. Dele comida que él pueda sostener con la mano, como rebanadas de banana o cereal (cheerios), será una buena práctica para coger objetos pequeños.
- 🍏 Poco a poco introdúzcalo a nuevas comidas. Cuando el doctor le diga que puede empezar a darle comidas sólidas y suaves, como cereal de arroz, dele la misma comida repetidas veces para que su bebé se acostumbre al sabor. Sí pareciera que no le gusta, no lo obligue. Deje pasar unos días y trate nuevamente.
- 😊 Ayúdelo a descubrir por qué o cómo pasan las cosas. Cuando su bebé tira una cuchara o el tetero, recójalo describiendo lo que pasó. Por ejemplo: "Tú tiraste la cuchara y sonó duro." Bebés aprenden repitiendo la misma cosa una y otra vez.

## ¡Vamos a TOMAR UN BAÑO!

- 😊 Jugando a las escondidas. Después de cambiar a su bebé coja una cobija o algo suave para tapan un lado de su cara y dígame "¿Dónde está el bebé?" entonces gentilmente levante la cobija diciendo "¡Te encontré!" Haga lo mismo con el brazo o la pierna describiéndole la parte del cuerpo que estaba cubierta mientras están jugando.
- 🔍 De a su bebé un juguete con el que pueda jugar mientras lo baña.
- 🖐 Mientras lo prepara para bañarlo suavemente corra sus dedos haciéndole cosquillas, empezando en la barriguita y terminando en el cuello. Invente un verso, puede decir, cosquillitas, cosquillitas desde la barriguita hasta la quijadita.
- 🖐 Ponga a su bebé enfrente de un espejo mientras lo viste. Descríble su carita. Déjelo que toque el espejo para que descubra que es tan solo su cara reflejada en el espejo.



## ¡VAMOS!

- 🍏 Revise su casa asegurándose de que no hay ningún peligro para su bebé que comienza a gatear. Gatee al mismo tiempo con él. Mire cuidadosamente que no haya ningún objeto pequeño al alcance de su bebé debajo del sofá, o en algún otro lugar y su bebé se lo pueda llevar a la boca corriendo peligro de asfixia.
- 🍏 Ponga un juguete para que su bebé vaya gateando a cogerlo. Mueva o agite el juguete llamando su atención.
- 🏠 En el supermercado hable de los diferentes colores y olores de todo lo que se encuentra en un supermercado. Use su tiempo de merchar para hablarle de los alimentos que son saludables.
- 📱 Manteniendo a su bebé en su canto mézalo diciendo "Humpty Dumpty se sentó en la pared. Humpty Dumpty se cayó" Sosteniéndolo fuerte pretenda como si se fuera a caer y diga "¡se cayó!"



## ¡Vamos a CONVERSAR!

- 📖 Describa objetos y actividades en el momento en que están sucediendo. Por ejemplo, "te estoy poniendo las medias," "mira aquella bola tan grande" "esto es suave al tacto."
- 📖 Juegue repitiendo los sonidos que su bebé hace como "papa, papa." Espere para ver si su bebé lo repite, entonces cámbielo a "mama, mama" y espere para ver si trata un sonido diferente.
- 📖 Invente canciones describiendo lo que su bebé hace, su ropa, etc. Esta práctica le enseñará nuevas palabras. Por ejemplo: "Lindo, lindo, el bebé se ve lindo con su camiseta verde."
- 📖 Mire con su bebé un libro que tenga caras de bebé. "Baby Faces" (vea lista de libros) Hable acerca de cada cara en el libro.

## ¡Vamos a decir HOLA/ADIOS!

- 👋 Tome la mano de su bebé para decir "adiós" cuando alguien se está despidiendo. Asegúrese de que su bebé se da cuenta cuando alguien sale, así no piensa que la gente desaparece.
- 👋 Enséñele cómo responder a visitantes mostrándole como saludar. Su bebé la imitará. No se sorprenda si se muestra miedoso en nuevas situaciones o gente desconocida. Ayúdele a sentirse confortable en situaciones extrañas dándole tiempo para que se adapte.
- 📱 Cante "Where is Thumbkin": Dónde está Pulgarcito (vea lista de canciones). Cantando y actuando esta canción le ayudará a entender que las cosas no desaparecen cuando están fuera de la vista.

## ¡Vamos a DESCANSAR!

- 👋 Sí su bebé se despierta a la media noche llorando, puede ser señal de ansiedad de separación. Cálmelo palmoteándole gentilmente en la espalda y asegurándole que usted está a su lado.
- 📱 Empiece el día de su bebé risueñamente. Cuando se despierta cante una canción como: "Good Morning Song": Buenos días Canción (vea lista de canciones).
- ▲ Al tiempo de acostarlo léale una historia, puede ser Baby Can't Sleep: El bebé no puede dormir (vea lista de libros). Coja cinco bolitas de algodón pretendiendo que son ovejas y juegue haciéndolas brincar sobre la cabecita de su bebé mientras las cuenta.



## ÁREAS PRINCIPALES DE APRENDIZAJE

😊 Enfoques de Aprendizaje  
📱 Artes Creativas

📖 Lenguaje y Expresión  
🏠 Estudios Sociales

▲ Matemáticas  
🍏 Salud Física y Bienestar

🔍 Ciencias  
👋 Social y Emocional

# 9-12 MESES

Los bebés a ésta edad observan y repiten lo que ven. Les gusta explorar y hacen las mismas cosas una y otra vez para entender cómo trabajan. Empiezan a recordar cosas que han visto y tratan de imitar. Comienzan a decir palabras básicas y a entender muchas de las cosas que oyen.

## TERMINANDO los 12 meses

- ✧ Se quita las medias o el gorro
- ✧ Entiende "no"
- ✧ Palmotea las manos
- ✧ Se reconoce al mirarse en el espejo
- ✧ Dice por lo menos una palabra
- ✧ Puede agarrar objetos pequeños
- ✧ Pone objetos dentro de recipientes y los vuelve a sacar
- ✧ Puede pararse sin ayuda por 1-2 minutos
- ✧ Le gusta imitar a la gente

## RECURSOS DE INTERNET

"Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning" (CSEFEL) [www.vanderbilt.edu/csefel/index.html](http://www.vanderbilt.edu/csefel/index.html)  
Centro de Soporte Social y Emocional para Temprano Aprendizaje se enfoca en promover el desarrollo social y emocional de los niños y en prepararlos para la escuela desde su nacimiento hasta los 5 años.



## ¡Vamos a COMER!




- 🍏 A ésta edad están más dispuestos a probar diferentes comidas si se les permite que ellos mismos se lleven la comida a la boca. Ponga trozos pequeños de una nueva comida en su plato y dele tiempo para que la examine. Prepárese para el desorden mientras su bebé aprende a comer sin ayuda. Tómese una foto con su carita embadurnada de comida para ponerla en el libro del bebé.
- 🔍 Tome un set de recipientes plásticos de la cocina, muéstrela como ponerlos uno sobre otro. Dele tiempo para practicar.
- 📱 Ponga música movida mientras cocina y anímelo para que se mueva al son de la música. La música es una forma estupenda de adquirir control sobre los movimientos del cuerpo.






## ¡Vamos a TOMAR UN BAÑO!

- 🔍 Juegue a nombrar las partes del cuerpo mientras lo baña o lo viste. Dígame, muéstreme tu nariz, o ¿dónde están tus manos?
- 🍏 Haga el tiempo del baño entretenido. Ponga en la bañera uno de sus juguetes favoritos o un sonajero y móvelo para que lo alcance. Mueva el juguete cerca de su bebé.
- 😊 Tome una espátula de cocina o cuchara con huecos y sumérgela en una solución hecha con burbujas de baño o detergente para lavar platos y sople burbujas. Anime a su bebé para que trate de cogerlas.
- 📱 Introdúzcalo al arte y la pintura pretendiendo pintar la bañera. Dele un pincel o una brocha pequeña que esté limpia para que "pinte" la pared de la bañera con agua.




## ¡VAMOS!

-  Mantenga la atención de su bebé mientras maneja. Poniendo melodía en su voz diga el nombre de su bebé y otras palabras familiares. Agregue palabras que rimen aunque no tengan sentido, como: "gato, pato, nato." "momo, como, lomo."
-  Haga una rampa. Usando un rollo de papel higiénico o de toalla de papel, coloque encima un libro o algo de superficie plana, deje rodar una bola pequeña u otro objeto. Observe la reacción de su bebé. Repítalo varias veces y aplauda cuando la bola llega abajo.
-  Haga un libro que sea para palpar. Use diferentes materiales y péguelos sobre hojas de papel, asegure las hojas (semejando un libro). Pegue en una página algodón, en otra, papel de lija, otra con peluche, etc. Ayude a su bebé a palpar cada página y hable acerca de cómo cada página se siente diferente. Mantenga éste libro en su bolso, lo puede usar mientras espera en la oficina del doctor.




## ¡Vamos a CONVERSAR!

-  Tome fotos de la familia y péguelas en cartulina haciendo un álbum familiar. Pretendiendo que es un libro, hable acerca de cada una de las personas en las fotos. Por ejemplo: Aquí está la abuelita, está sonriendo, etc. Lea "éste libro" todos los días antes de dormir o antes de ir a la guardería infantil.
-  Con cinta pegante asegure sobre el piso un papel grande que sea pegajoso. Pegue diferentes objetos sobre el papel y trate de arrancarlos. Explique a su bebé lo que está pasando. Como, este papel es pegajoso y es difícil coger la bola.
-  De a su bebé un papel y una crayola o marcador grueso (que no sea tóxico). Muéstrole como hacer marcas en el papel y déjelo que haga garabatos. Haciendo garabatos es como se aprende a escribir.

## ¡Vamos a decir HOLA/ADIOS!

-  Dele la oportunidad de ser parte en la rutina de saludar/despedirse dejándole presionar el timbre de la puerta o el botón del elevador cuando va a la guardería o a visitar a un vecino o amigo.
-  Haga sonajeros para mantener en el carro o en el coche. En botellas plásticas ponga algo seguro, como arroz o frijoles, pegue las tapas con algún pegante, o puede usar cinta pegante que sea resistente. Manténgalos a mano para entretenerlo cuando usted está haciendo los mandados.
-  Juegue levantando el dedo índice de las dos manos al mismo tiempo y muévalos mientras dice: Dos pajaritos sentados en un cerro, uno llamado Jack (mueva un dedo), otro llamado Jill (mueva el otro dedo). Vuela lejos Jack (esconda un dedo detrás de la espalda). Vuela lejos Jill (esconda el otro dedo). Regresa Jack (ponga el primer dedo que escondió enfrente de usted). Regresa Jill (ponga el segundo dedo que escondió también al frente).


## ¡Vamos a DESCANSAR!


-  El aire fresco antes de la siesta ayuda a los bebés a sentirse soñolientos. Camine alrededor del bloque, hable de lo que está sucediendo. Las hojas cambiando de color, las flores, el perro ladrando, el carro que pasa. Pregúntele si escucha el ruido de los carros.
-  Mientras pone su bebé a dormir cante "Twinkle, Twinkle Little Star": Estrellita que relampaguea (vea lista de canciones). Mueva las manos y brazos de su bebé actuando la canción. Puede hacer una forma de diamante o mover los dedos como chispeando.
-  Mientras le quita las medias y lo prepara para dormir juegue contándole los dedos de los pies. Cante: "1-2-3-4 y 5, una vez yo cogí un dedito chiquitico, 6-7-8-9 y 10, lo apreté y luego lo dejé ir."

## ÁREAS PRINCIPALES DE APRENDIZAJE

 Enfoques de Aprendizaje

 Artes Creativas

 Lenguaje y Expresión

 Estudios Sociales

 Matemáticas

 Salud Física y Bienestar

 Ciencias

 Social y Emocional

# 12-18 MESES

**Qué tiempo tan precioso para usted y su bebé que cada día crece y se hace más independiente. Ya su bebé ha dicho sus primeras palabras y tomado sus primeros pasos. A esta edad los niños son conscientes de la presencia de otros pequeños a su alrededor pero prefieren jugar solos. Compartir les es difícil. Aprenderán con el tiempo. Frecuentemente dirán "mío." Cuando su pequeño esté jugando con otros niños asegúrese de que tiene más de un juguete. Durante ésta edad de "super actividad," si su niño se está portando mal es mejor guiarlo a un juego diferente. Constantemente elogie y motive su buen comportamiento. Tenga en cuenta, muchas veces tendrá que recordarle cual es el comportamiento adecuado.**

## TERMINANDO los 18 meses

- ✧ Imita a otros mientras juega
- ✧ Hace garabatos en papel
- ✧ Puede portarse mal
- ✧ Dice "no" y mueve la cabeza para decir "no"
- ✧ Juega pretendiendo hablar por teléfono
- ✧ Bebe de vaso de sorbete y come con la cuchara
- ✧ Puede mostrarse miedoso ante la presencia de extraños
- ✧ Usa varias palabras
- ✧ Señala cosas que desea
- ✧ Camina sin ayuda



## RECURSOS DE INTERNET

Zero to Three [www.zerotothree.org](http://www.zerotothree.org)

Cero a Tres es una organización nacional no lucrativa que informa, entrena y apoya a profesionales y padres, en su esfuerzo para mejorar la calidad de vida de bebés e infantes.

## ¡Vamos a COMER!

- 🍏 Dele suficiente tiempo para que practique comer sin ayuda, usando la cuchara y bebiendo del vaso de sorbete.
- 😊 Aparte un tiempo para que su pequeñito juegue a darle de comer a sus muñecos y animalitos de peluche.
- 📱 Dele juguetes de cocina para que juegue a cocinar y luego pretenda que los dos están comiendo juntos.
- 📖 Enséñele simple lenguaje de signos para bebé, como: "comer," "más leche," "por favor," "terminé," (mire los ejemplos al principio de esta guía). Simple lenguaje de signos para bebé es una magnífica forma de ayudar a su pequeñito a comunicarse mientras su lenguaje se amplía.

## ¡Vamos a TOMAR UN BAÑO!

- 😊 Haga el tiempo del baño entretenido. Usando juguetes de agua, vasos plásticos o coladores, derrame agua desde diferentes alturas en la bañera. Su pequeñito lo disfrutará.
- 🔍 Coloque un juguete dentro de un vaso de cartón, llénelo con agua y póngalo a congelar. A la hora del baño tome el vaso congelado, remuévale el cartón y deje que su bebé observe como el hielo se descongela en el agua de la bañera. El juguete no puede caber en el hueco de un rollo de papel higiénico. Para evitar peligro de ahogamiento.
- ▲ Consiga cinco patitos de caucho para jugar en la bañera (recuerde el tamaño). Puede practicar contando hasta cinco. Cante "Five Little Ducks": Cinco Patitos (mire la lista de canciones).
- 👤 Sí a su niño le produce miedo el sonido del agua al desocuparse la bañera, haga sonidos chistosos mientras el agua baja.
- 😊 Dé a su pequeñito un cepillo de cabello o peinilla para que pueda peinar a sus muñecos o animales de peluche.



## ¡VAMOS!

- 🍏 Anime a su niño a jugar con una bola/pelota tirándola hacia adelante, puede empujarla con las manos o los pies.
- 🍏 Corra, marche o salte al son de la música.
- 📱 Cante y actúe canciones como "Itsy Bitsy Spider": Arañita y "Wheels on the Bus": Las ruedas del autobús (vea lista de canciones).
- 🔍 Tome una caminata por donde esté en contacto con la naturaleza (un parque). Colecte cosas, (hojas, palitos, conos de pino, etc.) para llenar un balde. A los pequeñitos les encanta meter y sacar cosas una y otra vez.
- 📱 Haga instrumentos musicales como, un tambor usando tarros de avena. Maracas con el rollo de cartón de las toallas de papel, poniendo arroz adentro y sellando los extremos con cinta pegante. Amarre campanas con cintas etc. y haga una "parada" alrededor de la casa imitando una banda.

## ¡Vamos a decir HOLA/ADIOS!

- 👤 Haga un libro "para llevar" con fotos de cosas que son familiares a su pequeño (gente y actividades) Pegue las fotos en tarjetas de índice grandes. Rotule cada foto. Colóquelas dentro de una bolsita plástica con cremallera, perfore un hueco en la esquina y amárrela con una cuerditita o aro de libros.
- 👤 Cuando hay una tormenta, o le coge la lluvia, calme a su pequeñito y haga el momento agradable cantando una canción acerca de la lluvia, como "I Hear Thunder": Yo escucho tronar (vea lista de canciones).
- 🔍 Después del baño haga que su niño con un vaso saque agua de la bañera y la ponga dentro de un balde, luego acompañelo afuera a regar el jardín.
- 🏠 Antes de salir dígame a su niño para donde van (a la casa de la abuelita, la guardería, etc.) Haga un libro o un horario ilustrado, mostrando el orden de las actividades y eventos del día.



## ¡Vamos a CONVERSAR!

- 📖 Coja pintura (No toxica) roja, azul y amarilla. Hable de como mezclando los colores se forman otros colores. Tome los dedos de su niño mójelos en la pintura y suavemente presiónelos sobre un papel formando huellas de colores. Lea "Mouse Paint": Pintura de un Ratoncito (vea lista de libros).
- 📱 Después de leer una historia favorita, pídale a su niño que actúe como uno de los personajes en la historia. Por ejemplo, después de leer "The Little Engine that Could": El trencito que pudo (vea lista de libros). Pídale a su niño que se mueva como un tren y haga el sonido de un tren.
- 📖 Busque libros con ilustraciones de animales y practique con su niño imitando sonidos de animales. Hable acerca de los animales. Por ejemplo, "la culebra es resbalosa y hace sonidos similares a un silbido."
- 📖 Lleve libros a todas partes. Deje que su pequeño "le lea". Usted escuche, sonría y ría cuando el señala algo y balbucea.



## ¡Vamos a DESCANSAR!

- 😊 Haga que su pequeñito recueste su muñeco o animalito de peluche en la cama y lo cubra con la cobija dándole una palmadita en la espalda del muñeco o peluche.
- 🍏 Lea "Good Night Moon": Buenas Noches Luna (vea lista de libros). Vaya y mire a la luna y hable con su niño acerca de la luna. Pretenda brincar sobre la luna.
- 😊 Lea "Time for Bed": Tiempo de Dormir (vea lista de libros) y hable acerca de cómo, dónde y cuándo los diferentes animales duermen.
- 📱 Haga que su pequeñito coloree o pinte despacio mientras escucha canciones de cuna o música relajante o clásica. También puede gatear, o bailar despacio al tono de la música.
- ▲ Dele opciones. Por ejemplo: permítale escoger entre 2 diferentes sets de pijamas. También puede seleccionar entre tres libros. Cuente los libros mientras los señala.

## ÁREAS PRINCIPALES DE APRENDIZAJE

😊 Enfoques de Aprendizaje

📱 Artes Creativas

📖 Lenguaje y Expresión

🏠 Estudios Sociales

▲ Matemáticas

🍏 Salud Física y Bienestar

🔍 Ciencias

👤 Social y Emocional

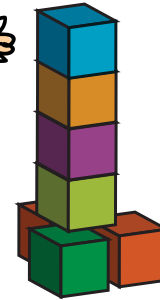


# 18-24 MESES

Entre los 18 y 24 meses su pequeño es muy activo. El caminar solo, correr, subirse en todo lo que puede, le hacen sentir independiente. Usted necesitará chequear su casa nuevamente asegurándose de que no hay objetos que puedan representar un peligro para su pequeñito. En su curiosidad por el mundo a su alrededor, usted podrá observarlo mirando e imitando a otros en simples rutinas diarias como cepillándose el cabello, comiendo, etc. No se sorprenda si lo ve cepillando a sus muñequitos de peluche con el cepillo de dientes.

## TERMINANDO los 24 Meses


- ✧ Dice de 30-50 palabras y frases de dos palabras
- ✧ Muestra interés por usar el baño
- ✧ Muestra diferentes emociones
- ✧ Muestra comportamiento desafiante
- ✧ Construye torres de 4 o más bloques
- ✧ Puede nombrar las cosas que le son más familiares
- ✧ Entiende el concepto de "mío", "suyo", "de é"



## RECURSOS DE INTERNET

American Academy of Pediatrics:  
Academia Americana de Pediatras [www.aaap.org](http://www.aaap.org)  
Una organización de 60,000 pediatras dedicada a obtener optima salud física, mental, social y el bienestar de todos los niños pequeños, adolescentes y adultos jóvenes.

## ¡Vamos a COMER!

- ▲ Mire junto con su pequeño revistas en donde hay fotos de comidas y enséñele los nombres. Usando tijeras de manualidades (especiales para niños), ayúdelo a recortar y pegar las fotos en una cartulina, o hacer un libro. Cuenten las diferentes clases de comida juntos. 
- 🔍 Hable acerca de cómo los vegetales crecen y ayúdelo a plantar y cuidar una semilla de frijol.
- ▲ Cuando estén comiendo afuera permita que su pequeño señale, coloree, y hable de las diferentes comidas en el menú para niños. Enumérelas mientras su niño la señala.
- 😊 Prepare pudin con su pequeño. Ayúdele a poner y revolver los ingredientes. Describa cada ingrediente y añada a lo que él dice. Por ejemplo, su pequeño dice "leche", usted puede añadir, "sí, la leche es blanca y cremosa."

## ¡Vamos a TOMAR UN BAÑO!

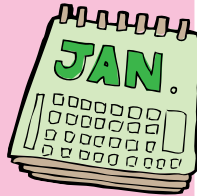
- 🍏 Ayude a su pequeño a cepillarse los dientes mientras escucha/canta "Me cepillo los dientes" (vea lista de canciones).
- 😊 Durante la hora del baño haga que su pequeño nombre las diferentes partes del cuerpo. Alterne la toallita de bañar con la esponja, para que su pequeño experimente diferentes texturas.
- 🍏 Dele a su pequeño una esponja o toalla húmeda para que le ayude a limpiar sobre los gabinetes de la cocina y la mesa. Permítale que le ayude a barrer o trapear con una escobita o trapeador de juguete.
- 🔍 Ponga una barra de jabón y sus muñecos o animales plásticos dentro de la bañera o lavamanos y deje que su pequeño los bañe. Experimentando con la barra de jabón puede ser una nueva experiencia, pues muchas familias usan jabón líquido. Hable de como el jabón se siente. Por ejemplo, "resbaloso, y mojado."

## ¡VAMOS!

- 🏠 Dibuje un mapa mostrando tres lugares, su casa, un árbol y la casa de un vecino. Llévelo con usted cuando salga a caminar por el vecindario con su niño. Señale en el mapa estos lugares cuando están pasando por el lado.
- 🍏 Léale libros que impliquen movimientos y melodía, como “Five Little Monkeys Jumping on the Bed”: Cinco Monitos Brincando en la Cama (vea lista de libros)."
- 🔍 Muévase imitando animales, salte como una rana, gatee como un gato.
- 🍏 Juegue a tirar y coger una bola/pelota. Dentro de la casa puede jugar usando una canasta o una hula-hula para tirar la bola adentro.
- 🏠 Juegue “siguiendo al líder,” haga que su niño la siga mientras usted marcha, salta, etc. Luego permita que él sea el líder y usted imítelo.
- 🍏 Aparte un tiempo para jugar afuera todos los días. Sí el clima lo permite, déjele que maneje su triciclo o carrito.

## ¡Vamos a decir HOLA/ADIOS!

- 👋 Cuando es tiempo de recoger los juguetes, diga “Tiempo de ordenar. Tiempo de recoger. Tiempo de poner todos los juguetes en su sitio.” O cante “Clean Up”: Recogiendo (vea lista de canciones) Recoja con su niño mostrándole cómo y dónde poner los juguetes. Elógielo mientras los está recogiendo. Dígale ¡Qué buen trabajo estás haciendo!
- 🏠 Imitando a un animal: Cuando vamos al doctor o a la biblioteca entramos muy calladamente “como un ratoncito” y cuando vamos a ir a jugar afuera podemos saltar como una ranita.
- 🏠 Mire su calendario con su niño. Señale y cuente el número de días que faltan para algún evento, como reunirse con un amiguito, el primer día de escuela, vacaciones, etc.



## ¡Vamos a CONVERSAR!

- 📖 Dele a su niño un papel grande en forma de corazón, una co-bija y/o gorros y dígale que esconda sus animales de peluche o muñecos detrás de estos objetos; mientras lee “Peek-a-Boo, I Love you”: Peek-a-Boo, Yo te quiero (vea lista de libros).
- 📖 Haga historias de cosas que son familiares a su niño, haciendo preguntas como, “¿Dónde viven los perros?” “¿Cómo hacen los perros?” o “Con cuáles juguetes te gusta jugar en la bañera?”
- 📖 Juegue a “Yo estoy viendo” mientras lee un libro de historias. Por ejemplo, “Estoy viendo algo grande y azul. ¿Qué es?”
- 👋 Describa las emociones de su niño mientras lee. Por ejemplo, “esta parte de la historia te hace reír, sentir triste, etc.”
- 📖 Deje que su niño mire los libros y él sea quien cuente la historia.

OW WOW!



## ¡Vamos a DESCANSAR!

- 🍏 Dígale a su niño que haga monerías, luego señale una parte del cuerpo, como la nariz, boca, brazo, etc. y “la ponga a dormir” continúe hasta que todo su cuerpo esté relajado.
- 😊 Ponga varios objetos dentro de una bolsa o caja vacía de pañuelos desechables, haga que su niño meta la mano adentro y los toque adivinando que es, o pídale que encuentre algo de determinada forma.
- 📖 Haga que su niño se recueste en un pedazo de papel grande (puede emplear una bolsa de papel del supermercado), trace una línea alrededor de su cuerpo, dibújele cara, cabello y vestido.
- 📖 Dele a su niño tiras de papel para dibujar y calcomanías. Ayúdele hacer marcadores de libros.
- 📖 Usando agua como pintura, esponjas, brochas y rodillos pretenda pintar el andén, la entrada al garaje, etc. Experimente con agua y tiza para andenes.

## ÁREAS PRINCIPALES DE APRENDIZAJE

😊 Enfoques de Aprendizaje

📖 Artes Creativas

📖 Lenguaje y Expresión

🏠 Estudios Sociales

▲ Matemáticas

🍏 Salud Física y Bienestar

🔍 Ciencias

👋 Social y Emocional

# 24-30 MESES

Los niños de 24-30 meses constantemente están poniendo a prueba su independencia, insistiendo que pueden completar las tareas sin ayuda. Espere a escuchar palabras y frases como "mío", "no" y "mi hace". Usted observará que su pequeño jugará al lado de otros niños y tal vez puede comenzar a cooperar con los demás. A medida que su niño es más sociable dele oportunidades para que juegue con otros niños. Buenas noticias, es posible que su niño esté dando señales de que está listo para usar el baño (pañal seco por largos periodos de tiempo, alguna regularidad con las deposiciones, orina bastante a la vez).

## TERMINANDO los 30 Meses

- ✧ Copia a los demás
- ✧ Se emociona cuando está con otros niños
- ✧ Dice oraciones con 2 - 4 palabras
- ✧ Sigue instrucciones sencillas
- ✧ Construye torres de 4 o más bloques
- ✧ Puede usar una mano más que la otra
- ✧ Se pone de puntillas
- ✧ Lanza una pelota por lo alto

## RECURSOS DE INTERNET

"Center for Early Literacy Learning" (CELL)

[www.earlyliteracylearning.org/pgparents.php](http://www.earlyliteracylearning.org/pgparents.php)

El Centro Para La Alfabetización Temprana, promueve la adopción y el uso sostenido de prácticas basadas en evidencia a principios de alfabetización.

## ¡Vamos a COMER!

- 🍏 Explore maneras de crear meriendas divertidas con su hijo. Por ejemplo, "hormigas sobre un tronco" usando apio cubriéndolo con queso y poniendo cereal en el centro. Dígale cómo lo va a preparar. Hable de las texturas, los colores, los olores y sabores. Piense en otras meriendas que puedan preparar en el futuro.
- 🍏 Prepare a su niño para que tenga éxito. Haga alimentos fáciles para que su niño los maneje, por ejemplo comida picada o sopas espesas. Deje que su niño sea independiente. Sí le pide ayuda dele mínima asistencia, motivándolo para que sea más independiente.
- 🏠 Visite un mercado local de productos frescos. Hable acerca de los alimentos que provienen de la granja. Disfrute con su niño de algunos alimentos cultivados localmente. Hable sobre los colores, sabores y texturas.
- ▲ En la casa o cuando salgan a comer, cuenten el número de puestos preparados en la mesa.

## ¡Vamos a TOMAR UN BAÑO!

- 📖 Cante la siguiente canción mientras que lo está secando,

*Después que me baño, yo trato, yo trato  
Pasarme la toalla hasta que estoy seco, seco  
Mis brazos, mis piernas, mi cuello y nariz.*

*Todos mis dedos, mis manos y pies,*

*Solo pensar que fácil sería*

*Si yo fuera un perrito y*

*Tan solo tuviera*

*Que sacudirme, sacudirme*




*Y seco estaría!*

- 📖 Sea creativa y cámbiale las palabras a sus canciones infantiles favoritas. Refriega refriega al niño en la bañera Y ¿quién tú te crees que es? ¿Cuál es el nombre de éste niño en la bañera? Un patito mojado, muy limpio, muy limpio y muy lindo.

- 🔍 Coja una jarra plástica y hágale unos agujeros en el fondo. Tenga cuidado de no dejarle bordes ásperos. Su niño disfrutará llenándola y mirando salir el agua de la jarra. Pregúntele: ¿Por qué se sale el agua? ¿Podrías encontrar una manera de evitar que el agua se saliera?, ¿Qué podríamos hacer para que el agua saliera más lentamente o más rápidamente?






## ¡VAMOS!

-  Esperando en la fila del supermercado es un momento excelente para involucrar a su hijo en conversación y ampliar su vocabulario. Muéstrelle una imagen en la portada de una revista y pregúntele “¿Qué crees que esta niña está haciendo?” Busque letras de tipo grande señalando una letra diga “Mira, aquí hay una “B” igual que la letra “B” de tu nombre.”
-  Vayan afuera después de que ha llovido. Busque un charco. Deje que su niño tire una piedra en el charco y hable de lo que sucede. “¿Cómo podríamos hacer que salpicara MUCHA agua? O ¿poquita agua?” Busque gusanos y hable de cómo se sienten y se mueven. Siguiendo este tema lean “*Diary of a Worm*”: Diario de un gusano (consulte la lista de libros).
-  Acuéstense en el césped y miren las nubes en un día soleado. Pregúntele a su niño que formas ve en las nubes, o encuentre una nube con forma definida y pídale a su niño que la busque en el cielo. Pueden leer “*It Looked Like Spilt Milk*”: Parecía Como Leche Derramada (consulte la lista de libros).






## ¡Vamos a CONVERSAR!





-  Tenga muchas conversaciones con su niño. Esto aumenta la habilidad de comunicarse, introduce el concepto de la conversación y estimula a su niño para sentirse importante. Los niños de dos años generalmente pueden decir entre 200 y 250 palabras.
-  Su niño puede contar cuentos a través de dibujos. Ayude a que su niño entienda que ilustraciones y fotos tienen significado. Pídale que le cuente a cerca de sus dibujos. Muéstrelle que le está escuchando haciéndole preguntas sobre los colores, las formas y sobre el significado del dibujo.
-  Empiece una historia y pídale a su niño que le añada o continúe. Cuando está contando una historia de “pretendiendo” pídale que invente los detalles, por ejemplo “¿Cómo era la bicicleta del niño?” Si la historia se trata de una persona o lugar real, pregúntele por detalles acerca de la persona o el lugar.



## ¡Vamos a decir HOLA/ADIOS!

-  Cuando usted envié a su niño a un lugar por primera vez, hay algunas cosas que puede hacer para ayudarlo a superar los nervios del primer día. Visite el lugar tantas veces como le sea posible antes de comenzar. Usted y su niño se sentirán más cómodos si están familiarizados con los alrededores, los sonidos y las personas.
-  Invite a un amiguito a jugar en la casa. Entusiasme a su niño con la visita, dígame lo divertido que será para él. Ofrezca diferentes opciones para explorar. Mientras que los niños juegan introduzca nuevo vocabulario y motive conversaciones.
-  Empiece a introducir el concepto de tiempo. Hable sobre lo que hacemos en la mañana (levantarnos, comer desayuno, jugar), lo que hacemos en la tarde (tomar una siesta, jugar) y lo que hacemos en la noche (cenar, jugar, leer cuentos y acostarnos). Déjele predecir cual será la próxima rutina.

## ¡Vamos a DESCANSAR!

-  El sonido suave de una voz familiar ayuda a que su niño se adormezca. Tenga una conversación calmada mientras lo prepara para dormir.
-  Haga la hora de dormir agradable. Una parte del día que su niño espera. Jueguen un juego tranquilo antes de ir a la cama. Por ejemplo, mire algo en la habitación y dele pistas para ayudarlo a que adivine lo que es. Por ejemplo, “Estoy viendo algo...”
-  Dele un nuevo giro a la hora de la siesta. En una tarde tibia (no caliente) lleve una cobija y almohada afuera y busque una área sombreada. Haga que su niño cierre sus ojos, y escuchen los sonidos alrededor, los pájaros, los carros, un perro ladrando, una puerta que se abre y se cierra, etc.
-  Hagan un campamento. Enganchen sábanas y cobijas sobre los muebles. Entre con su niño. Use una linterna para hacer títeres con la sombra. Usted y su niño disfrutarán esta experiencia de “acampando” dentro de casa.

## ÁREAS PRINCIPALES DE APRENDIZAJE

 Enfoques de Aprendizaje

 Artes Creativas


 Lenguaje y Expresión

 Estudios Sociales

 Matemáticas

 Salud Física y Bienestar

 Ciencias

 Social y Emocional



# 30-36 MESES

**Mientras que los niños continúan demostrando su independencia ponen a prueba sus límites. Tomarán riesgos y mostrarán un comportamiento desafiante. Dedique más tiempo a elogiar su comportamiento positivo mientras que limita la atención al comportamiento negativo. El lenguaje se está desarrollando rápidamente. Ayude a su niño a hablar sobre sus sentimientos y comportamiento. Enséñele a usar sus propias palabras. Introduzca nuevo vocabulario, definiendo sus emociones y hablando de sus experiencias.**

## TERMINANDO los 36 Meses

- ✧ Comienza a incluir a otros en sus juegos (fiestas de té, juegos de perseguir)
- ✧ Se ríe de las palabras raras
- ✧ Señala a cosas o ilustraciones/fotos cuando se nombran
- ✧ Repite palabras que ha escuchado en conversaciones
- ✧ Comienza a clasificar las formas y los colores
- ✧ Encuentra las cosas aunque estén escondidas
- ✧ Sigue direcciones sencillas
- ✧ Patea una pelota
- ✧ Comienza a correr
- ✧ Hace o copia líneas rectas



## RECURSOS DE INTERNET

“Pennsylvania Public Libraries”: Bibliotecas Públicas de Pensilvania [www.publiclibraries.com/pennsylvania](http://www.publiclibraries.com/pennsylvania)

*La mayoría de las bibliotecas tienen maravillosas oportunidades de aprendizaje para los niños de todas las edades. Para averiguar qué programas se ofrecen en su comunidad, visite esta página de internet, la cual le dará una lista de todas las bibliotecas públicas dentro del Commonwealth of PA.*

## ¡Vamos a COMER!

- 🔍 Pretenda que su cocina es un laboratorio. Por ejemplo, pregúntele que él cree que podría pasar si se mezclaran bicarbonato y vinagre. O hagan un “pegote” mezclando harina y agua. Hable sobre cómo el “pegote” se siente (seco y húmedo, al mismo tiempo).
- 🍏 Disfrute las fresas como una merienda. Hable de cómo las semillas están por fuera. Después de lavarlas, corte las fresas por la mitad y hable de cómo se ven en su interior.
- 😊 Pruebe nuevas frutas y verduras, como las frutas de estrella, kiwi, mazorca, etc. Hable sobre la forma, la textura, y el olor. Comente cómo las frutas y verduras lucen diferentes en el exterior en comparación a como son por dentro. Hágale preguntas y escuche atentamente sus respuestas.
- 👉 Cuando salgan a comer, de a su niño un par de opciones (sí en el restaurante hay menú con ilustraciones úselo) permita que su niño escoja lo que quiere comer de las opciones dadas.

## ¡Vamos a TOMAR UN BAÑO!

- 🔍 Proporcione varios objetos durante la hora del baño (una pluma, algodón, hojas, rocas, etc...) pídale que prediga si el objeto va a flotar o se va a hundir. Luego hagan la prueba.
- 🍏 Mientras que su niño se cepilla los dientes, toque una de sus canciones favoritas y dígame que se cepille los dientes hasta que se termine la canción.
- 🎨 Estimule creatividad en la bañera. Hagan pinturas caseras con su niño, usando una cucharada (o más) de maicena, 1/3 taza de jabón líquido (ecológicamente puro) y colorantes de comida. ¡Anime a su niño a que pinte!
- 🎤 Haga un micrófono con un rollo vacío de papel higiénico y un pedazo de papel aluminio arrugado. Conecte la bola de papel aluminio al rollo de papel higiénico con cinta. Mientras que está en la bañera, anime a su hijo a que use el micrófono para cantar o contar cuentos.





## ¡VAMOS!

- ▲ Vayan en búsqueda de un tesoro con su niño. Busque en su casa por monedas que se hayan perdido entre los cojines del sofá, etc. Cuando las encuentren, ayude a su niño a ordenarlas separándolas por valor. Déjele usar el dinero que encuentren para que se compre un capricho la próxima vez que salgan.
- 🔍 Vayan afuera y tiren alpiste o pan duro alrededor. Hagan predicciones sobre cuánto tiempo les tomará a los pájaros por venir a comer. Observen los pájaros. Asegúrese de que hablan sobre los colores, los tamaños y los sonidos que hacen. Traiga papel y anime a su niño a que dibuje los pájaros.
- 🏠 Una buena manera de enseñarle a su niño como hacer algo bueno para la comunidad es ofrecerse para un servicio voluntario. Su albergue de animales local siempre está buscando voluntarios para pasear los perros. Su niño estará encantado de caminar al lado de un perrito. Asegúrese de usar esta oportunidad para aumentar el vocabulario de su niño y animar más conversación. También puede usar este tiempo para hablar sobre la seguridad de animales.



## ¡Vamos a CONVERSAR!

- 📖 Dígale a su niño que escoja sus peluches favoritos. Tómele fotos a los peluches y haga un libro, dedique una página para el título. Deje que su niño "lea" el libro y le cuente la historia.
- 🍏 Hable con su niño acerca de la seguridad contra incendios y la importancia de mantenerse alejado de fósforos, encendedores, velas, estufas, radiadores y calentadores. Discuta lo que se debe hacer en caso de un incendio y practique con su niño.
- 📱 Haga su propia pintura de cara. Combine 1/2 taza de crema fría y 2 cucharadas de maicena. Eche la mezcla en un cartón de huevos vacío y agregue colorantes de comida. Transforme a su niño en su animal.

## ¡Vamos a DESCANSAR!

- 🍏 Yoga proporciona muchos beneficios para la salud para de niños y adultos. Traten "La Postura del Árbol" poniéndose de pie recto y erguido. Respiren y exhalen y sientan sus piernas llegando hacia el suelo y sus cabezas alcanzando hacia el cielo. Levanten su pierna derecha, doblando la rodilla y colocando la pierna izquierda por encima o por debajo de la rodilla. ¡Deje que sus piernas sean fuertes como el tronco de un árbol y extiendan los brazos hacia arriba como ramas!
- 📖 Lea cuentos en voz alta. Su niño disfrutará escuchando la misma historia una y otra vez. La repetición los ayuda a aprender acerca de la estructura de las historias y los prepara para convertirse en lectores y escritores.
- 🔍 Dé un paseo tranquilo adentro o afuera de la casa. Pónganse de acuerdo para estar muy callados y poner atención a todos los sonidos que hay alrededor. Pregunte, "¿Qué oyes?" Hable de donde vienen los sonidos. Al final del paseo, reflexionen sobre los diferentes sonidos que escucharon juntos. Repase cuántos sonidos su niño recuerda.



## ¡Vamos a decir HOLA/ADIOS!

- 👋 Cambiar de actividad (tiempo de transición) puede ser estresante para los niños y los padres. Ofreciendo dos opciones aceptables puede ayudar a aliviar este estrés. Por ejemplo, a la hora de dormir ¿Qué quieres hacer, deslizarte como una culebra o saltar como una rana a la cama?
- 📱 Haga el tiempo de limpieza divertido. Asegúrese de dar aviso verbal o no verbal antes de comenzar. Señales de advertencia pueden incluir: cinco minutos de advertencia verbal, sonar una campana, tocar una canción favorita o apagar la luz.
- 📖 Al recoger a su niño de la casa de un amigo, la escuela, o la casa de un pariente, muestre interés en sus amigos y haga preguntas específicas acerca de lo que han hecho. Escuche su respuesta y haga comentarios o preguntas para mantener la conversación. El número de palabras que intercambien VERDADERAMENTE es importante en el desarrollo del lenguaje de su niño.

## ÁREAS PRINCIPALES DE APRENDIZAJE

😊 Enfoques de Aprendizaje

📱 Artes Creativas

📖 Lenguaje y Expresión

🏠 Estudios Sociales

▲ Matemáticas

🍏 Salud Física y Bienestar

🔍 Ciencias

👋 Social y Emocional

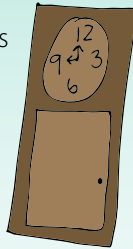
# CANCIONES Y JUEGOS CON LAS MANOS

## Pat-A -Cake

Palmitas, palmitas,  
Panadero,  
Hazme un pastelito  
Rapidito, rapidito (palmtree)  
Amásalo (mueva las manos amasando)  
Palmotéalo (haga palmas)  
Márcalo con una B  
Y ponlo en el horno  
Para mi bebé y para mi  
(háglele cosquillas en la barriguita)

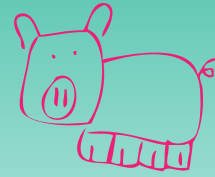
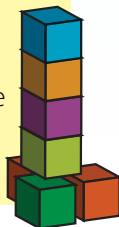
## Hickory, Dickory, Dock

Hickory, Dickory, Dock  
(Toque los deditos de los pies, rodillas  
y caderas de su bebé)  
El ratoncito subió al reloj  
(Hágale cosquillas de la barriguita  
hacia arriba)  
La una tocó  
(Toque la nariz de su bebé)  
El ratoncito bajó  
(Hagale cosquillas de la cintura hacia los pies)  
Hickory, Dickory, Dock  
(Toque los deditos de los pies, rodillas y caderas  
de su bebé)



## Recogiendo

Recogiendo, recogiendo  
Todos los niños tienen juguetes  
Recogiendo, recogiendo  
Todas las niñas y niños  
Recogiendo recogiendo  
Todos los niños hacen su parte  
En todo el mundo en  
todas partes.



## Este cerdito fue al mercado

Este cerdito fue al mercado  
Este cerdito se quedó en la casa  
Este cerdito preparó una carne  
Este cerdito no la comió  
Y este cerdito chiquitito hizo "wee wee wee"  
Todo el camino de regreso a la casa.

## Rema, Rema, Rema tu Bote

Rema, Rema, Rema tu Bote  
Gentilmente sobre el arroyuelo  
Felizmente, felizmente, felizmente  
La vida es divertida.

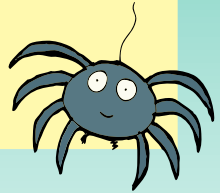


## Yo Oigo Relámpagos

*(Cántelo con la música de fray Santiago)*  
Yo oigo relámpagos. Yo oigo relámpagos (zapatee)  
O ¿tú no oyes? (pretenda escuchar)  
Goteras de agua cayendo (haga sonido con sus dedos  
como goteras de agua)  
Goteras de agua cayendo  
Estoy toda mojada (sacúdase vigorosamente)  
¡Tú también estás mojado! (señale a su niño)

## LA Araña Pequeña

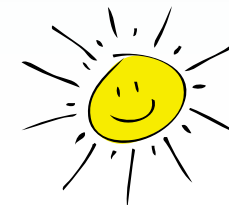
La araña pequeña  
Subió, subió, subió.  
Vino la lluvia  
Y se la llevó.  
Salió el sol  
Y todo lo secó,  
Y la araña pequeña  
Subió, subió, subió.



## ¿Dónde está Pulgarcito?

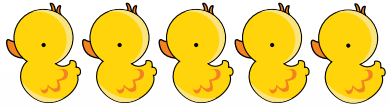
(Esconda ambas manos detrás de su espalda)  
¿Dónde estás pulgarcito?  
¿Dónde estás pulgarcito?  
Estoy aquí (muestre una mano con el pulgar arriba)  
Estoy aquí (repita con la otra mano)  
Como está usted, señor? (mueva un pulgar como  
hablando)  
Muy bien, gracias. (mueva el otro pulgar también  
como hablando)  
Corre Escóndete. (mueva una mano detrás de la espalda)  
Corre escóndete. (mueva la otra mano detrás de la  
espalda)

Repita con todos los dedos  
Puntero (Índice),  
Hombre alto (dedo de la mitad)  
Hombre anillo (dedo del anillo)  
Meñique (dedo chiquito)



## Buenos Días Canción

Buenos días, buenos días,  
Buenos días para ti  
Estoy contenta de verte  
Y ¿cómo estás tú?



### Cinco Patitos

Cinco Patitos fueron a jugar  
 A la montaña lejos a jugar.  
 La mamá pata dice,  
 Quack, Quack, Quack,  
 Pero solamente cuatro patitos regresan de jugar.

(repita 4,3,2,1, cero patitos)

Ningún patito a la montaña fue a jugar,  
 La mamá pata dice,  
 Quack, Quack, Quack,  
 Y todos los cinco patitos  
 Corren cuando mamá pata dice  
 Quack, Quack, Quack.



### Cepillándome los Dientes

ay!!! me encanta cepillarme los dientes  
 De arriba hacia abajo me cepillo  
 es muy sano y es muy divertido  
 cepillarme me divierte y no quiero parar  
 el agua no debes tirar  
 Nooo el agua nunca hay que desperdiciar  
 me cepillo de arriba hacia abajo  
 que nadie sepa que se me había olvidado  
 cepillarme me divierte y no quiero parar  
 el agua no debes tirar  
 Nooo el agua nunca hay que desperdiciar  
 me cepillo por todas partes  
 porque me gusta el ruido que hace  
 cepillarme me divierte y no quiero parar  
 el agua no debes tirar  
 Nooo el agua nunca hay que desperdiciar  
 No, No, No, el agua nunca hay que desperdiciar  
 me cepillo con mucha pasta  
 porque quiero deshacerme de la placa  
 cepillarme me divierte y no quiero parar  
 el agua no debes tirar  
 Nooo el agua nunca hay que desperdiciar...  
 el agua no debes tirar  
 Nooo el agua nunca hay que desperdiciar



### Las Ruedas de los Autobuses

Las ruedas de los autobuses van girando van,  
 girando van  
 Las ruedas de los autobuses por toda la ciudad  
 Waaa, waaa, waaa,  
 Gente en los autobuses se sube y baja sube y baja  
 La gente en los autobuses por toda la ciudad  
 Preparados para una vuelta  
 waaa, waaa, waaa,  
 waaa, waaa, waaa,  
 La bocina de los autobuses va beep, beep,beep  
 Las luces en los autobuses blink, blink  
 Los niños en los autobuses van  
 waaa, waaa, waaa,  
 Los padres en los autobuses van  
 shh, shh, shh,  
 shh, shh, shh,  
 shh, shh, shh...



# LISTA DE LIBROS PARA BEBÉS Y NIÑOS PEQUEÑOS



Los títulos resaltados son los usados con las actividades de esta guía.



## LIBROS PARA BEBÉS



**Baby Can't Sleep** (El Bebé No Puede Dormir)  
por Lisa Schoeder

Libro para bebé, contando ovejas.

**Baby Faces** (Caras de Bebé) por Joy Allen

Un libro de fotografías de caras de bebés. A los bebés les gusta mirar las caras de otros bebés, (parte de una serie).

**Beep Beep** ( Bip Bip) por Peter Horacek

Una familia va de paseo a la casa de la abuelita en su carro amarillo y brillante. Pero lo divertido del libro está en el sonido de las palabras. Un libro similar es Choo Choo (Chu Chu).

**Colors** (Colores) por Justine Smith

El primer libro de colorear para el bebé. Este es el primer libro de una serie para bebés hasta la edad de dos años. Otros libros incluyen Formas y Alfabeto.

**Duckie's Splash** (Salpicada de un Patito)

por Francis Barry

Un ingenioso concepto (en cartón resistente para bebé) mostrando una reunión entre un pato y otros animales. Con un sorprendente final que deleitará a los pequeñitos.

**Global Babies** (Bebés del mundo)

por Global Fund for Children

Un libro (resistente para bebé), que muestra 17 caras de bebés de alrededor del mundo y también la ropa que cada bebé usa.

**Good Night Moon** (Buenas Noches Luna)

por Margaret Wise Brown

Un conejito dice buenas noches a todos los objetos que le son familiares en su cuarto iluminado por la luz de la luna.

**Peek-a-Moo!** por Marie Torres Cimarusti

Un libro grande con ilustraciones de animales en colores vivos y los sonidos que hacen.

**Ten, Nine, Eight** (Diez, Nueve, Ocho)

por Molly Bang

Este libro de ilustraciones muestra a un padre amoroso y su querida bebita, convierte el tiempo de ir a dormir en tiempo de juego con versos y rimas.

**That's Not My Teddy...Its Paws Are too Wooly**

(Ese no es mi osito sus patitas se sienten muy lanosas) por Fiona Watt

Con páginas de brillantes colores hechas con superficies para palpar. Este es uno de varios títulos en esta serie popular de libros.

## LIBROS PARA NIÑOS PEQUEÑOS



**Big Yellow Sunflower** (Girasol Grande y Amarillo) por Frances Barry

Las Páginas en forma de pétalos de flor se abren una por una para dejar ver las diferentes fases en el ciclo de vida de una planta de girasol, desde la semilla hasta que se ha desarrollado completamente, (parte de una serie).

**Diary of a Worm** (Diario de un Gusano)

por Doreen Cronin

Un gusanito cada día descubre que hay cosas muy buenas y otras no tan buenas de ser un gusano.

**Do Lions Live on Lily Pads?** (¿Los leones viven en almohadillas de lirios?)

por Melanie Walsh Preguntas necias acerca de las casas de animales, son un nivel perfecto de humor para los niños pequeños, (parte de una serie).

**Down on the Farm** (Abajo en la granja)

por Merrill Kutner

Los niños pequeños pueden moverse al mismo tiempo con las rimas en este divertido festejo en el corral y repetir el verso de "Abajo en la Granja."

**Five Little Monkeys Jumping on the Bed**

(Cinco Monitos Brincando Sobre la Cama)

por Eileen Christelow

En este libro los monitos saltan en la cama y se caen golpeándose la cabeza.

**Freight Train** (Tren de Carga) por Donald Crews

Ilustraciones claras y brillantes muestran todos los vagones de un tren yendo por el campo y la ciudad durante el día y la noche.

**He's Got the Whole World in his Hands** (Él tiene todo el mundo en sus manos) por Kadir Nelson

Un muchacho Africano-Americano con una familia multiétnica es la estrella de este conocido autor espiritual.

**It Looked Like Spilt Milk** (Parecía Como Leche Derramada) por Charles Green Shaw

Un libro de misterio, presenta continuamente siluetas blancas que cambian con un fondo azul, desafía a los niños para adivinar lo que es.

**It's Okay to Be Different**

(Está bien ser diferente) por Todd Parr

Magníficamente coloreadas figuras de niños celebran diversidad y la aceptación de individualismo (varios libros buenos por este mismo autor).

**Mouse Paint** (Pintura de Ratón) por Ellen Walsh

Tres ratones blancos descubren frascos de pintura roja, azul y amarilla y exploran el mundo del color.

**My Big Book of Spanish Words** (Mi Libro Grande de Palabras en Español) por Rebeca Emberley

El primer diccionario de simples palabras bilingües que enseña los colores, números, animales y mucho más.

**Peek-a-Boo, I Love You** (Peek-a-Boo, Yo te Quiero)

por Sandra Magsamen

Este adorable libro con rimas e ilustraciones, invita a los niños pequeñitos a jugar con sus animales favoritos.

**The Napping House** (La casa de las siestas) por

Audrey Wood

Un rítmico, repetitivo texto dice la historia de una abuelita roncando, un niño soñando, un perro cabeceando, un gato cabeceando, un ratón durmiendo y una pulga inoportuna despierta.

**Sheep in a Jeep** (Ovejas en un Campero) por

Nancy Shaw

Una historia divertida que cuenta las aventuras de un grupo de ovejas que van de paseo en un campero, (parte de una serie).

**Ten, Nine, Eight** (Diez, Nueve, Ocho)

por Molly Bang

Una niña pequeña que espera la hora de ir a dormir.

**The Three Bears** (Los Tres Osos) por Byron Barton

Una versión simplificada de la historia clásica, con vibrantes colores e ilustraciones.

**Time for Bed** (Tiempo de Dormir) por Mem Fox

Cuando oscurece los padres en todas partes preparan a sus niños para dormir.

**Who Hoots?** (¿Quién está haciendo ruido?)

Por Katie Davis

Este libro se convierte en juego de adivinanzas. Adivinando los sonidos de los animales, con muchas sugerencias necias y chistosas.



# COMIENZOS Y RECUERDOS

## MI HUELLA DE MANO

Mes \_\_\_\_\_ Día \_\_\_\_\_ Año \_\_\_\_\_

## MI HUELLA DE PIE

Mes \_\_\_\_\_ Día \_\_\_\_\_ Año \_\_\_\_\_

*Escriba las fechas de la primera vez en que su niño hizo las siguientes cosas:*

★ La primera vez que sonreí fue con \_\_\_\_\_  
el día \_\_\_\_\_ Creo que sonreí, porque \_\_\_\_\_

¡Ahora puedo levantar mi cabeza \_\_\_\_\_

¡Me encanta acostarme boca abajo, y ahora puedo empujarme hacia arriba en los codos! \_\_\_\_\_

¡Qué bueno! Puedo voltearme para AMBOS lados \_\_\_\_\_

★ No hay nada que me detenga, ahora puedo gatear \_\_\_\_\_

¡Me puedo sentar sin ayuda! \_\_\_\_\_

Mi primera palabra fue \_\_\_\_\_ y se la dije a \_\_\_\_\_  
el día \_\_\_\_\_

¡Me gradué! Ahora, bebo de un vaso para sorber \_\_\_\_\_

Estoy comiendo alimentos sólidos: Me encanta comer \_\_\_\_\_

★ No me gusta \_\_\_\_\_

Puedo usar una cuchara sin que nadie me ayude. \_\_\_\_\_

Di mi primer paso el día \_\_\_\_\_

Caminé hacia \_\_\_\_\_

## MIS FAVORITOS

Libro: \_\_\_\_\_

Juguete: \_\_\_\_\_

Lugar Para Visitar: \_\_\_\_\_

Tiempo del Día: \_\_\_\_\_

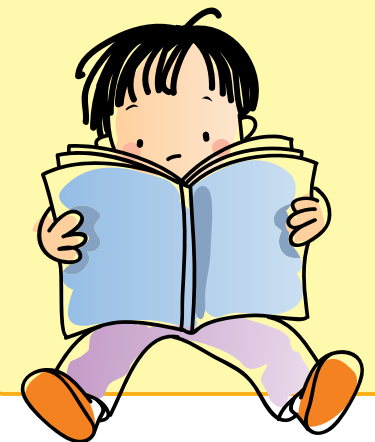
Color: \_\_\_\_\_

Canción: \_\_\_\_\_

Juego Con Las Manos: \_\_\_\_\_

Bebida: \_\_\_\_\_

Vestido: \_\_\_\_\_





# LISTA DE TELÉFONOS Y OTRA INFORMACIÓN IMPORTANTE

**EMERGENCIA: 911 ✨ CENTRO DE ENVENENAMIENTO 1-800-222-1222**

## INFORMACIÓN MÉDICA

Pediatra \_\_\_\_\_  
Doctor \_\_\_\_\_  
Dentista \_\_\_\_\_  
Oculista \_\_\_\_\_  
Ortodontista \_\_\_\_\_  
Farmacia \_\_\_\_\_  
Veterinario \_\_\_\_\_

## CONTACTOS DE FAMILIA

Escuela \_\_\_\_\_  
Autobús/ Colectivo \_\_\_\_\_  
Mamá en el Trabajo \_\_\_\_\_  
Mom's Cell \_\_\_\_\_  
Papá en el Trabajo \_\_\_\_\_  
Dad's Cell \_\_\_\_\_  
Otro \_\_\_\_\_  
Otro \_\_\_\_\_

## MANTENIMIENTO

Electricista \_\_\_\_\_  
Recolección de Basura \_\_\_\_\_  
Cable/Internet \_\_\_\_\_  
Gas/Aceite \_\_\_\_\_  
Reparación de Automóviles \_\_\_\_\_  
Compañía Telefónica \_\_\_\_\_  
Exterminador \_\_\_\_\_  
Técnico \_\_\_\_\_

## AMIGOS, VECINOS, OTROS

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## GUARDERÍA/JARDÍN INFANTIL

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## ALERGIAS E INFORMACIÓN MÉDICA

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## NÚMEROS ÚTILES

Biblioteca \_\_\_\_\_  
Peluquería \_\_\_\_\_  
Floristería \_\_\_\_\_  
Comida Para Llevar: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Compañía de Alarma/Seguridad \_\_\_\_\_  
Otro \_\_\_\_\_

