

Aprender a predecir

¿Por dónde va a salir la pelota?



Lance una pelota en una caja grande o déjela rodar entre un tubo y pídale a su niño que la busque.

Repetir el juego le brindará a su niño experiencia prediciendo el resultado de sus acciones.



Por qué es importante

Cuando se repite una actividad sencilla, su niño comenzará a anticiparse a lo que va a ocurrir porque ya lo ha visto suceder antes. Repetir el proceso de lanzar una pelota en una caja ayudará al niño a predecir dónde encontrar un objeto que ya no está a la vista. Al realizar el juego una y otra vez, aprenderá que si actúa de una manera determinada obtendrá el resultado esperado. Esto fortalecerá la confianza de su niño en sí mismo.

Qué hacer

- Consiga una pelota suave y una caja grande. Párese con su niño a varios pies de la caja y lance la pelota dentro. Pregúntele, *¿Dónde está la pelota? ¿Puedes verla?*
- Si él no entiende lo que usted le está preguntando, sugiérale mirar en la caja.
- Espere a que el niño encuentre la pelota y elógielo por su descubrimiento. Repita este proceso varias veces.
- Luego déle la oportunidad de lanzar la pelota en la caja desde varios pies de distancia. Respóndale con entusiasmo cada vez que encuentre la pelota.

Otra idea

Intente este juego usando una pelota más pequeña y un tubo. Levante uno de los extremos del tubo y pídale al niño que suelte la pelota por ese extremo. Dirija la atención de él mientras juegan. *Allá va la pelota, está atravesando el tubo.* Al principio, él podría mirar dentro del tubo para buscar la pelota. Después de varias veces, comenzará a esperar que la pelota aparezca por el otro extremo. Sostenga el tubo de distintas maneras para que la pelota se mueva rápida o lentamente.

¡Leamos juntos!

¿Dónde está Boots?
Kiki Thorpe

Desvestirse con facilidad

¡Te estás quitando el zapato sin ayuda!



Aflójele los cordones a los zapatos, bájele el cierre o sáquele parcialmente la camiseta para que el niño pueda terminar de hacerlo.

Su hijo tendrá la satisfacción de completar la labor de desvestirse.



Por qué es importante

Desvestirse es una parte básica del cuidado personal y un paso hacia ser independiente. Es posible que su hijo desee desvestirse antes de tener las destrezas necesarias para poder hacerlo y podría no desear su ayuda. A medida que ponga en práctica su reciente independencia, será más dado a aceptar ayuda si siente que está logrando hacer algo por su cuenta.

Qué hacer

- Elija un momento del día cuando tenga suficiente tiempo para que su niño pueda practicar desvestiéndose. Lo mejor es destinar un tiempo para esta práctica durante los momentos en que sea necesario hacerlo, como antes de bañarse o al quitarse los zapatos para entrar a casa.
- Comience con los zapatos porque a la mayoría de los niños les gusta quitárselos. Desamarre los cordones y aflójele el zapato para que el niño sólo tenga que sacar el pie. Haga lo mismo con las medias, bajándoselas parcialmente para que él termine de hacerlo.
- Elógielo cada vez que se quite una prenda. *¡Te quitaste el zapato! ¡Apuesto a que también puedes quitarte la media!*
- Cuando su niño esté listo para intentar quitarse prendas de ropa que le sean más complicadas, como un abrigo o una camisa, desabotónele o bájele la cremallera y muéstrela como sacar el brazo de la manga.
- Ayúdele con los pantalones pidiéndole que permanezca de pie. Bájeselos hasta las rodillas y luego pídale que se siente. Sugierale que saque las piernas él mismo.

Otra idea

Hablen de los patrones y colores de la ropa. Diga el nombre de cada prenda que el niño se quite, para enseñarle las palabras que la describen. *La camisa roja. Te quitaste la camisa roja.*

¡Leamos juntos!

Mi ropa
Rebecca Emberley

Tocarse los dedos de los pies

Tócate los dedos.



Invite a su niña a tocarse partes del cuerpo mientras usted se toca las suyas y las nombra.

Su niña aprenderá acerca de sí misma y comprenderá mejor el nombre de cada parte del cuerpo.



Por qué es importante

Al aprender los nombres de las partes del cuerpo, su niña aprenderá a conocerse mejor. Al repetir el nombre varias veces, usted la animará a tratar de decirlo. Al nombrar y ubicar las distintas partes del cuerpo, su niña será más consciente de sí misma como individuo.

Qué hacer

- Tóquese los dedos de los pies mientras dice: *Me estoy tocando los dedos de los pies. ¿Puedes tocarte los dedos?* Al principio, escoja las partes más conocidas como la nariz, la barriga o los dedos de los pies.
- Déle suficiente tiempo para responder y repita la palabra si es necesario. Ella seguirá su ejemplo, pero podría tardarse más para tocar la parte precisa porque, antes de tocarla, ella tendrá que ubicarla. Si necesita ayuda, llévele la mano a la parte del cuerpo mencionada.
- Invítela a liderar el juego mientras usted nombra las partes que ella señale. Así tendrá oportunidad de oír las palabras para aquellas partes cuyo nombre aún no conoce.
- Anímela a que repita la palabra mientras ella señala una parte del cuerpo. *La barriga. Estás señalando la barriga. ¿Puedes decir barriga?*

Otra idea

Convierta el juego en una canción que involucre movimientos del cuerpo. Usted podrá agregarle versos a medida que la niña aprenda los nombres de otras partes del cuerpo.

¡Leamos juntos!

Las partes del cuerpo
Bev Schumacher

Hablar de lo que sentimos



Estás sonriendo. Veo que estás contenta.

Observe las expresiones faciales y el lenguaje corporal de su niña y luego describa lo que ella siente.



Estás triste porque quieres tu cobija.

Su niña comenzará a aprender que las palabras, al igual que los actos, sirven para expresar lo que ella siente.



Por qué es importante

Cuando su niña era más pequeña, ella veía expresado en su rostro lo que usted sentía. Ahora, usted podrá ayudarle ofreciéndole las palabras además de las expresiones faciales. Aprender la palabra que describe cada emoción requiere tiempo. Cuando conozca las palabras que describen los sentimientos, ella podrá optar entre usar las palabras o las acciones para expresarlos. Ambas opciones le servirán para que otras personas sepan cómo se siente.

Qué hacer

- Busque momentos cuando su niña exprese una emoción intensa por algo y descríblele dicha emoción. Por ejemplo, si salta al ver globos de colores, usted podría decirle, *¡Estás emocionada viendo tantos globos!*
- Ayúdele a tranquilizarse cuando se sienta triste, agobiada o enojada, describiéndole sus emociones intensas y mostrándole con sus expresiones faciales y el tono de su voz que usted entiende lo que ella está sintiendo. *Estás muy triste porque Papito se fue. Tú lo quieres mucho.*
- Describa también las emociones que ella exprese en momentos más tranquilos. *Estás sonriendo. Estás feliz jugando con tu osito.*

Otra idea

Use distintas palabras para describir sentimientos como *la frustración, el agobio, el disgusto, el aburrimiento, la sorpresa y la tranquilidad*. Oír diversas palabras para los sentimientos le ayudará a identificar y a nombrar lo que siente a medida que crezca.

¡Leamos juntos!

¿Cómo estás Pequeño Panda?
Marie-Hélène Delval

Juguemos con agua

El jabón es resbaloso.



Sin dirigir sus acciones, permita que su bebé juegue con agua mientras usted describe lo que está ocurriendo.

Su bebé podrá entender el significado de la mayoría de sus palabras si describen exactamente lo que él está haciendo.

Estás vertiendo agua sin regarla.





Por qué es importante

Los niños pequeños gozan con el agua porque se mueve en formas inesperadas. Hablar acerca de las acciones de su niño mientras él juega con agua le ayudará a entender el significado de sus palabras porque él podrá relacionarlas con lo que está haciendo.

Qué hacer

- A la hora del baño, ofrézcale a su niño unos cuantos juguetes y háblele de lo que él vea y toque. *El pato salpicó agua cuando lo soltaste. ¡El jabón está haciendo burbujas en tu barriga! Mira como gotea el agua tibia del grifo.*
- Al jugar al aire libre, ofrézcale un recipiente, como una bañera portátil o una vasija honda, con un poco de agua, unos cuantos juguetes y tazas de plástico para jugar. Háblele de sus acciones. *Llenaste esa taza de agua hasta que se regó. Tienes las dos manos en el agua. Estás sonriendo porque te encanta jugar con el agua.*

Otra idea

Aproveche otras oportunidades para jugar con agua. Permita que su niño juegue en el fregadero mientras usted lava los platos o déjelo jugar un poco con el agua jabonosa al lavarse las manos y háblele sobre lo que él hace.

¡Leamos juntos!

¡Al agua patos!
Fiona Watt

Jugar a las escondidas

¡Me encontraste!



Ocúltese parcialmente y deje que su niña la encuentre.

Jugar a las escondidas motivará a su niña a moverse alrededor y a confiar en su capacidad para encontrar algo que está escondido.



Por qué es importante

Aprender a buscar objetos que están ocultos le brindará a su niña una nueva herramienta para resolver problemas. Jugar a las escondidas le ayudará a encontrar por sí misma algo que está fuera de su vista y la familiarizará con un juego sencillo que podrá realizar con otros niños.

Qué hacer

- Dígale a su niña que usted va a esconderse y ocúltese detrás de una silla o vaya a otra parte de la habitación donde pueda ocultarse parcialmente. Deje que ella vea a dónde va usted.
- Pregúntele, *¿Puedes encontrarme? ¿Dónde estoy?* Elógiela cuando lo haga y déle un fuerte abrazo. *¡Lo lograste! ¡Me encontraste!*
- Sigam jugando mientras la niña mantenga el interés. Escóndase en lugares distintos para mantener su atención.
- Déle la oportunidad de esconderse y pregúntele en voz alta, *¿Dónde está Carla? ¿A dónde se fue?* Es probable que ella se oculte en el mismo lugar que usted. Cuando le encuentre, exprese satisfacción y abrácela.

¡Leamos juntos!

Hay una vaca entre las coles
Clare Beaton

¿Listos para avanzar?

Cuando la niña esté un poco más grande, intente esconder un animal de peluche en otra habitación. No permita que ella vea cuando usted lo esconde, pero colóquelo donde ella pueda verlo fácilmente. Vuelva a donde ella y pregúntele, *¿Dónde está el osito? ¿Puedes ayudarme a encontrarlo?* Ayúdele si lo necesita. Cuando ella encuentre el juguete exprese su satisfacción. *¡Lo encontraste en la cocina!*

Palabras para las acciones

¡Estira mucho los brazos!

Describa lo que ocurre mientras usted y su niña se mueven en formas interesantes.

Al oír o decir las palabras mientras se realizan los movimientos, lo más probable es que su niña aprenda las palabras para las acciones que realiza.

Podemos pararnos en la cabeza.



Por qué es importante

Nombrar las acciones de su niña, le servirá para que comience a reconocer las palabras para lo que está haciendo. Aprender las palabras requiere más tiempo que aprender los movimientos, pero ella disfrutará practicando. Al principio, su niña podría tener dificultad para comprender lo que significan las palabras que usted dice. Ponerlas en práctica le servirá para aprender su significado.

Qué hacer

- Imite los movimientos que haga su niña y hable acerca de la acción cuando ella se agache o ruede por el suelo. *Estás rodando. Te estás parando en la cabeza.*
- Sugíerale otras acciones para que intente realizarlas y recuerde ofrecerle las palabras para que lo que usted hace. *Mueve las manos hacia arriba y hacia abajo. Inclínate. Extiende los brazos hacia los lados.*
- Intente realizar los movimientos con su hija:
 - Párese en la punta de los pies, con los brazos estirados y diga: *¡Brazos estirados!*
 - Agáchese, incline la cabeza, agárrese las rodillas y diga: *¡Haz una pelota!*
 - Acuéstese sobre la espalda, levante las piernas y diga: *¡Arriba las piernas!*
 - Gire con rapidez y diga: *¡Gira!*

¿Listos para avanzar?

A medida que su niña adquiera más control del cuerpo, agregue movimientos más exigentes como saltar y pararse en un solo pie.

¡Leamos juntos!

Saltar y caer
Helen Oxenbury

¡A saltar!

¡Qué gran salto!

Invite a su niño a saltar de un lugar a poca altura mientras usted lo sostiene de la mano.

Su niño tendrá una manera segura de ensayar una nueva destreza y se sentirá confiado moviendo el cuerpo.





Por qué es importante

Ahora que su niño ya camina, disfrutará aprendiendo nuevas maneras de moverse. Algunos niños requieren más tiempo para sentirse a gusto saltando, pero si se le permite al niño progresar a su propio ritmo, él estará más dispuesto a practicar. Si usted garantiza su seguridad y su éxito, su niño adquirirá confianza para mover el cuerpo en otras formas.

Qué hacer

- Ayúdele a su niño a pararse en un banco de poca altura o en el primer escalón de una escalera. **Para que su niño salte, escoja únicamente lugares bajos. Permanezca constantemente con el niño mientras él practica.**
- Agárrelo debajo de los brazos, ayúdelo a saltar al piso y diga: ¡Salta! Levántelo más arriba de lo necesario para que él pueda sentir el movimiento.
- Repita esta actividad hasta que se sienta a gusto y confiado saltando.
- Déle la oportunidad de saltar mientras él se apoya en sus manos. Permítale mantener el equilibrio pero utilice las manos para que él pueda apoyarse.
- Durante esta actividad, háblele acerca de la seguridad: *Sólo saltamos desde lugares bajos.*

Otra idea

Use una tabla para crear una rampa pequeña por la cual su niño pueda subir y bajar. Ayúdele a saltar cuando llegue al final. Coloque la tabla en el suelo y muéstrelle cómo saltar por encima. Diga *arriba, abajo y por encima* para describir los movimientos. Ustedes también pueden tomarse de la mano y saltar por la habitación o imitar a los animales como las ranas, los conejos o los canguros.

¡Leamos juntos!

Salta y brinca
Ellen Stoll Walsh

¡Cantemos!

Cante canciones con su niña, especialmente algunas con las que puedan aplaudir o incluir el nombre.

Cantar ofrece una manera divertida e interesante para enseñarle a su niña palabras y patrones sonoros.



*¡Ta, ta, ta, aplaude
con mamá!*



Por qué es importante

Por medio del ritmo y la repetición de canciones, su niña se familiarizará con las palabras, especialmente con aquellas que riman. Al oír sonidos que se repiten en las canciones como “*Rema, rema, rema en tu bote*”, ella se familiarizará con los patrones sonoros del lenguaje. Cantar supera todas las barreras lingüísticas y cantar en grupo le ofrecerá a la niña experiencias sociales.

Qué hacer

- Cante con su niña al alimentarla, vestirla, al salir a caminar o al viajar en el auto. En algunas ocasiones, use canciones tradicionales, en otras, invente las suyas. Recuerde que a su niña no le importará que usted cante bien o no. Ella disfrutará escuchando su voz, oyéndole cantar acerca de ella y lo que hace.
- Aplauda e invite a su niña a hacerlo con usted. Elija una melodía sencilla y repetitiva que su niña puede cantar con usted y al son de la cual pueda aplaudir. *Allá en la fuente, había un chorrito, se hacía grandote, se hacía chiquito*. Su niña primero escuchará y luego comenzará a imitar los sonidos que oiga. Ella podría aplaudir y moverse al son de la melodía antes de intentar cantar.
- Invente una canción incluyendo el nombre de su niña. *Diana, Diana, Dia-ni-ta. Te quiero mucho, Dia-ni-ta. Vamos a casa de abue-li-ta*.
- Trate de recordar las canciones que sus padres le cantaban y compártalas con su niña. Si su familia habla más de un idioma, esa será una buena manera de mantener las tradiciones familiares.

Otra idea

Consiga en la biblioteca libros con ilustraciones relacionadas con las palabras de las canciones preferidas de su niña. Canten la canción y luego lean el libro en compañía.

¡Leamos juntos!

Aserrín, aserrán: Las canciones de la abuela
Alejandra Longo

Unos objetos dentro de otros

¡Estás metiendo el recipiente pequeño dentro del grande!

Mientras su niña juega con objetos que caben unos en otros, hágale preguntas y háblele sobre lo que ella hace.

Su niña comenzará a reconocer las diferencias de tamaño y se familiarizará con las palabras que describen los distintos tamaños.





Por qué es importante

Al ofrecerle materiales de distintos tamaños, usted dirigirá la atención de su niña a algunas maneras como los objetos pueden encajar unos en otros. Al oír que usted describe sus acciones, ella aprenderá términos como grande, pequeño, más grande y más pequeño. Ordenar los objetos y percibir los tamaños preparará a su niña para ciertas clases de aprendizaje matemático posteriormente. A medida que crezca, ella utilizará este conocimiento para comprender conceptos como primero, segundo y tercero.

Qué hacer

- Ofrezcale a su niña varios recipientes caseros de distintos tamaños como tarros de jugo, tazas para medir o envases de plástico. Póngalos frente a ella y observe cómo los explora. Ella podría darles vuelta, golpearlos o esconderlos.
- Elógiela cuando logre colocar dos o más objetos, uno dentro de otro. ¡Mira! Metiste una taza dentro de la otra.
- Háblele acerca de los recipientes mientras usted sostiene el más grande y le pregunta cuál cabe. Si la niña elige una que no cabe, no la corrija. Déjela experimentar con los distintos tamaños.
- Use palabras que describan los distintos recipientes. *Esa taza es grande y esta es pequeña. La taza pequeña es verde y la taza grande es roja.*
- Si su niña expresa frustración, simplifique el juego ofreciéndole únicamente una taza grande y una pequeña o un recipiente de plástico grande y uno pequeño.

Otra idea

Busque en su hogar objetos que quepan unos dentro de otros, como cajas de cartón o tazones de plástico. Observe cómo su niña descubre la mejor manera de agruparlos.

¡Leamos juntos!

Grande pequeño
Leslie Patricelli