

ACTIVIDADES FAMILIARES PARA REALIZAR CON NIÑAS Y NIÑOS DE 0 A 6 AÑOS



Save the Children



**ACTIVIDADES FAMILIARES PARA REALIZAR
CON LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS DE 0 A 6 AÑOS.**

Autorización ejecutiva de publicación:

Rocio Rodríguez - Directora de País Save the Children El Salvador.

Elaboración, Revisión y adaptación del documento:

Equipo de Educación “Programa Primeros Pasos Hacia el Éxito” (PPHE):

Karla Portillo - Oficial de Primera Infancia.

Raquel Cedillos - Coordinadora de Educación.

Unidad de Comunicación Save the Children El Salvador

Andrea Delgado – Oficial de Comunicaciones.

Diseño y diagramación:

David Rodríguez - 503Media.

Fecha y lugar de edición: diciembre 2020, El Salvador.

ACTIVIDADES FAMILIARES PARA REALIZAR CON LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS DE 0 A 6 AÑOS.

Objetivo:

Fortalecer las prácticas de crianza de cuidadores primarios a través de actividades de estimulación temprana que favorezcan el desarrollo y crecimiento de las niñas y los niños de 0 a 6 años.

ÁREA DE DESARROLLO LENGUAJE

0-3 meses

- Imite sus gestos.
- Llámelo por su nombre antes de iniciar cualquier actividad.
- Háblele con cariño, pero con palabras completas evitando diminutivos como carrito por carro.

4-6 meses

- Háblele la mayor parte del tiempo y cuando balbucee conteste con palabras claras y con cariño.
- Háblele con voz suave, pero a diferentes distancias.
- Cántele, háblele y trátele con cariño al realizar las actividades con ella o él.

7-9 meses

- Imite cualquier vocalización que la niña o el niño produzca, para que intente hacerlo de nuevo.
- Cuando la niña o niño articule una sílaba, repítala enseguida para que anime a seguir pronunciando esa y otras palabras.
- Asocie el balbuceo con palmas o con acciones como movimientos de la cabeza o de las manos.

10-12 meses

- Colóquese a diferentes distancias y llame a su niña o niño por su nombre, cuando ella o él responda cree un juego.
- Imite sonidos que producen los animales; de preferencia, de los que se encuentran en el entorno.
- Léale un cuento simple haciendo gestos y variaciones de voz durante el relato.

12-24 meses

- Léale a la niña o el niño todos los días. Utilice libros con muchas ilustraciones llamativas.
- Háblele de lo que está haciendo o de lo que ha visto durante el día. Por ejemplo: planchar ropa, lavar los platos, leer un libro, entre otras actividades.
- Use lenguaje claro y simple cuando hable y hágalo despacio.

2-3 años

- Haga collages o murales con recortes de revistas o periódicos luego, invente historias o cuentos.
- Muestre el álbum de fotografías familiar para que la niña o niño identifique a las personas que aparecen en ellas. Permitan que ella o él se exprese.
- A la hora de vestirse menciónale el nombre de la prenda que utilizará así como su color.

4-5 años

- En familia pueden jugar y crear adivinanzas con objetos del entorno.
- Las repeticiones de palabras ayudan a enriquecer y pronunciar rápidamente el vocabulario.
- Responda a sus dudas y preguntas con cariño y respeto.

5-6 años

- Realice en familia una telaraña de lana en una cesta, cuando esté lista la telaraña coloque juguetes en el fondo del recipiente, luego proporcione unas pinzas a la niña o el niño para que, con la ayuda de éstas, los atrapen. Las pinzas pueden ser dos tenedores, cucharas u otro objeto que no represente riesgo.



ÁREA DE DESARROLLO COGNITIVO (DESARROLLO DEL CEREBRO)

0-3 meses

- Realice sonidos cerca de su oído utilizando objetos con sonido como: campanas, sonajas y otros que le permitan identificar si la niña o niño escucha el sonido.
- Deje a disposición objetos de colores llamativos. Evite objetos pequeños.
- Ponga boca abajo a la o el bebé y deje cerca de ella o él varios objetos que sea capaz de alcanzar.

4-6 meses

- Cuelgue objetos de colores llamativos a su alcance.
- Deje que su bebé huela flores, especialmente las más olorosas, pasee con ella o él en el jardín de su casa o en los alrededores. Mencione en voz alta el nombre de cada objeto, planta o animal que observan en el entorno.
- Recueste a su bebé boca arriba.
- Cántele una canción de las partes del cuerpo. Esto le ayudará a reconocer su cuerpo de forma divertida.
- Al cantar señale usted en su cuerpo lo que indica la canción ejemplo: manos, cara, ojos, cabeza, etc.

7-9 meses

- A la hora de comer, mencione los nombres de los alimentos para que logre diferenciarlos.
- Siente a la o el bebé y ponga frente a ella o él botes, cajas o vasos boca abajo y esconda bajo uno de ellos un objeto. Anime a su bebé a señalar con la mano dónde está escondido el objeto.
- Consiga un juguete de plástico en el que se pueda insertar figuras geométricas. Hay que enseñar a la o el bebé cómo introducirlos en un recipiente para que luego ella o él imite nuestra acción.

10-12 meses

- Muestre a la niña o el niño imágenes de animales e imite el sonido de cada uno de ellos y su nombre, respectivamente. Esta actividad le ayudará al desarrollo del lenguaje y la lectura más adelante.
- Juegue con ella o él delante de un espejo. Puede utilizar lápices de maquillaje y hacer dibujos sobre el espejo, borrarlos y volver a hacer otros.
- Juegue con ella o él a imitar sonidos, voces, movimientos, entre otros. Utilice personajes como muñecas o figuras de plástico y reproduzca con ellas o ellos actividades de la vida diaria: comer, dormir, jugar, vestirse.

12-24 meses

- Con la ayuda de una caja, ingrese y saque objetos para desarrollar los conceptos de “afuera y adentro”.
- Ofrezca a la niña o el niño objetos de diferentes tamaños, formas, colores, texturas. Invítelo a que explore y mencione sus características y para qué sirven. Coloque en un depósito con agua objetos que se hundan (piedritas), que floten (plásticos), que absorban el agua (esponja) y estimule a que los explore y realice todo lo que pueda hacer con ellos.

2-3 años

- Procure jugar con su hija o hijo con un rompecabeza, de preferencia con uno de piezas grandes, o pueden crear su propio rompecabeza con imágenes llamativas que tengan en el hogar.
- Jueguen a imitar: póngase frente a su hija o hijo y hágale sonidos, muévase o baile para que le siga y le imite.
- Jueguen al escondite: escóndase en alguna parte de su casa y haga sonidos o llame a su hija o hijo por su nombre para que le busque.

4-5 años

- En familia pueden utilizar el juego de mesa “Memoria”. Pueden utilizar fotos de parientes o personajes populares para la niña o el niño. De este modo se desarrolla la ubicación espacial, seguimiento de indicaciones y el desarrollo de la memoria.
- Ofrezca a su hija o hijo recipientes de diferentes tamaños y enséñele como puede meter todos en uno, del más grande al más pequeño.
- Utilice juegos de encontrar diferencias en imágenes que aparecen en periódicos, internet y revistas. De esta forma la niña y el niño pueden identificar los elementos que aparecen en cada imagen.

5-6 años

- Cantar canciones en familia es también una actividad donde las niñas y niños pueden mejorar su capacidad de memorización. Puede elegir canciones infantiles y agregarle movimientos.
- Juegue a la identificación de ropa: esta actividad se puede hacer al recoger la ropa del tendedero, por ejemplo: cuando recoja la ropa pregúntele a la niña o el niño a quién pertenece cada prenda.
- Muestre a la niña o el niño varios juguetes con formas de animales o vehículos: una vaca, un caballo, un camión, entre otros, e indíquele que los observe muy bien. Cuando terminemos de trabajar se les pregunta qué animales o vehículos se les ha mostrado al inicio.



ÁREA DE DESARROLLO MOTORA

0-3 meses

- Acaricie uno a uno los dedos de sus manitas.
- Hágale cosquillas en la palma de la mano.
- Trabaje las piernas de la o el bebé (flexiónelas sobre su tronco o estómago y vuelva a estirárselas).
- Coloque al bebé boca arriba, acomodando sus brazos extendidos a lo largo del cuerpo.
- Acaricie la espalda de la o el bebé desde el cuello hacia abajo.

4-6 meses

- Proporcione objetos de diferente peso y deje que los manipule como ella o él desee.
- Cuento cada uno de sus dedos.
- Acueste a la o el bebé boca arriba, súba y bájele los brazos.
- Muestre un juguete llamativo para que la niña o el niño lo siga con su mirada y pueda girar su cabeza de izquierda a derecha y viceversa.
- Tome de las manos a la o el bebé y levántelo suavemente hasta que quede sentado por unos segundos.
- Ponga a la o el bebé apoyado en cojines para que intente mantenerse sentado por algunos segundos.

7-9 meses

- Lleve uno o más objetos con equilibrio a la palma de la mano de la niña o niño, primero en una mano y después en las dos.
- Abra y cierre los dedos de la mano del bebé, primero simultáneamente y luego alternándolas. Aumente la velocidad.
- Muéstrelle un objeto del tamaño de sus manos y enséñele a que se lo pase de una mano a otra.
- Motive a la niña o niño a que se sienta independiente e inicie el gateo.
- Coloque a la niña o el niño boca abajo, sobre una manta o colchoneta. Siéntese frente a ella o él, un poco alejado, y tire de la manta, acercando su bebé a usted.

10-12 meses

- Deje que haga trazos con el dedo índice sobre diferentes materiales (arena, pintura de dedo, harina, entre otros).
- Manipule y apriete “pelotas de tela o anti estrés”.
- Coloque delante de la niña o el niño objetos que tenga que recoger utilizando el dedo índice y pulgar (pinza digital).
- Continúe incentivando a su bebé a que empiece a gatear para moverse; colocando objetos llamativos a una distancia corta.

12-24 meses

- Permita que manipule o pase hojas de una revista o cuento.
- Ayude a que pegue o despegue material, como stickers, o recortes previamente pegados en una superficie.
- Con pinzas que se utilizan para colgar ropa, pídale a la niña o el niño que los use y los coloque en una caja de cartón utilizando los dedos pulgar e índice.
- IncentíVELO a que comience a dar sus primeros pasos.

2-3 años

- Enseñe a contar con la ayuda de diferentes objetos como por ejemplo: material de bisutería, piedras para hacer collar o pulseras utilizando un cordel o una cuerda de lana.
- Desabroche botones y haga nudos con lana o un pequeño lazo.
- Gomas: con la ayuda de hules o colas para el cabello pídale a la niña o el niño que los coloque en un tubo de cartón (puede ser uno de papel higiénico).
- Motive a que se pare en un pie y salte desde objetos estables, por ejemplo: escaleras.

4-5 años

- Permita que manipule y experimente con materiales moldeables (plastilina o masa de maíz).
- Deje que arrastre con los dedos el material moldeable, como la plastilina, sobre un papel, y realice una creación plástica.
- Deje que manipule o pase las hojas de una revista o cuento.
- Enseñe a mantener el equilibrio, haciendo vueltas sobre sí mismo y levantando un pie a la vez.

5-6 años

- En familia pueden jugar a la “pesca” que consiste en colocar agua en un recipiente plástico con algunas tapas de botella. Luego se le proporciona a la niña o el niño un par de palillos para que con éstos intente pescar todas las tapas. Con esta actividad se desarrolla la “pinza” en los dedos pulgar e índice para luego realizar el proceso del agarrado del lápiz de manera adecuada.
- Inserte diferentes tipos de cuentas en un trozo de lana o pita y haga collares o pulseras.
- En familia pueden colocar botellas a cierta distancia y jugar con la niña o niño a esquivarlas en forma de zigzag o saltando.



ÁREA DE DESARROLLO EMOCIONAL

- 0-3 meses** ● Realice a su hija o hijo masajes y caricias desde el primer momento de su nacimiento.
- 4-6 meses** ● Coloque música relajante a su hija o hijo, de preferencia antes de su siesta o cuando se considere oportuno.
- 7-9 meses** ● En esta etapa podemos emplear los juegos delante del espejo.
● Póngase con ellos delante del espejo y realice diferentes gestos, a la vez explíqueles qué significa cada movimiento.
- 10-12 meses** ● Demuestre a diario su afecto, pueden ser besos, abrazos, práctica de valores, entre otros.
- 12-24 meses** ● Dedique unos 15 minutos al día a compartir chistes en la familia, para que la niña o el niño pueda manifestar y a la vez estimular una actitud positiva.
- 2-3 años** ● Muestre a la niña o el niño diferentes imágenes que reflejen varias emociones, luego solicítele que elija la imagen que refleje mejor su estado de ánimo.
- 4-5 años** ● Solicite a la niña o el niño que intente dibujar su estado de ánimo.
- 5-6 años** ● Junto a la niña o el niño hagan una lista de emociones y luego solicítele que dibuje la emoción de un personaje.



ÁREA DE DESARROLLO SOCIAL

- 0-3 meses** ● Interactúe de manera visual con su hija o hijo (especialmente a la hora de amamantar).
- 4-6 meses** ● Hable con mucha frecuencia con la niña y el niño y varíe el tono de voz, siendo siempre dulce y con afecto.
- 7-9 meses** ● Utilice una tela o periódico para cubrir su cara y descúbrala diciendo: ¡ya estoy aquí! Anime a su bebé a imitarlo.
- 10-12 meses** ● Comparta juegos con otras niñas y niños, de preferencia que sean de su edad.
- 12-24 meses** ● Permita a su hija o hijo que coma solo.
- 2-3 años** ● Inicie con su hija o hijo el control de esfínteres, utilizando una bacinica y ornamentando un espacio lúdico.
- 4-5 años** ● Incentive a la niña o el niño a que participe en juegos grupales.
- 5-6 años** ● A la hora de vestir pregúntele a la niña o niño qué ropa desea utilizar.



BIBLIOGRAFÍA

- Apoyando el aprendizaje temprano, la vinculación y la seguridad de niñas y niños en los primeros años de la infancia: actividades para niñas y niños de cero a tres años.
- Apoyando el aprendizaje temprano, la vinculación y la seguridad de niñas y niños n los primeros años de la infancia: actividades para niñas y niños de tres a seis años.
- Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (UNICEF). Coordinación editorial: Patricia Núñez, Oficial de Desarrollo Infantil Temprano. Santiago de Chile, julio 2020.

ACTIVIDADES FAMILIARES PARA REALIZAR CON NIÑAS Y NIÑOS DE 0 A 6 AÑOS



Save the Children

 Save the Children, El Salvador

 savethechildremsv

 SCEISalvador

 Save the Children El Salvador

 www.savethechildren.org.sv

 7a calle Poniente Bis 5217, Colonia Escalón, San Salvador.

 2565-2100