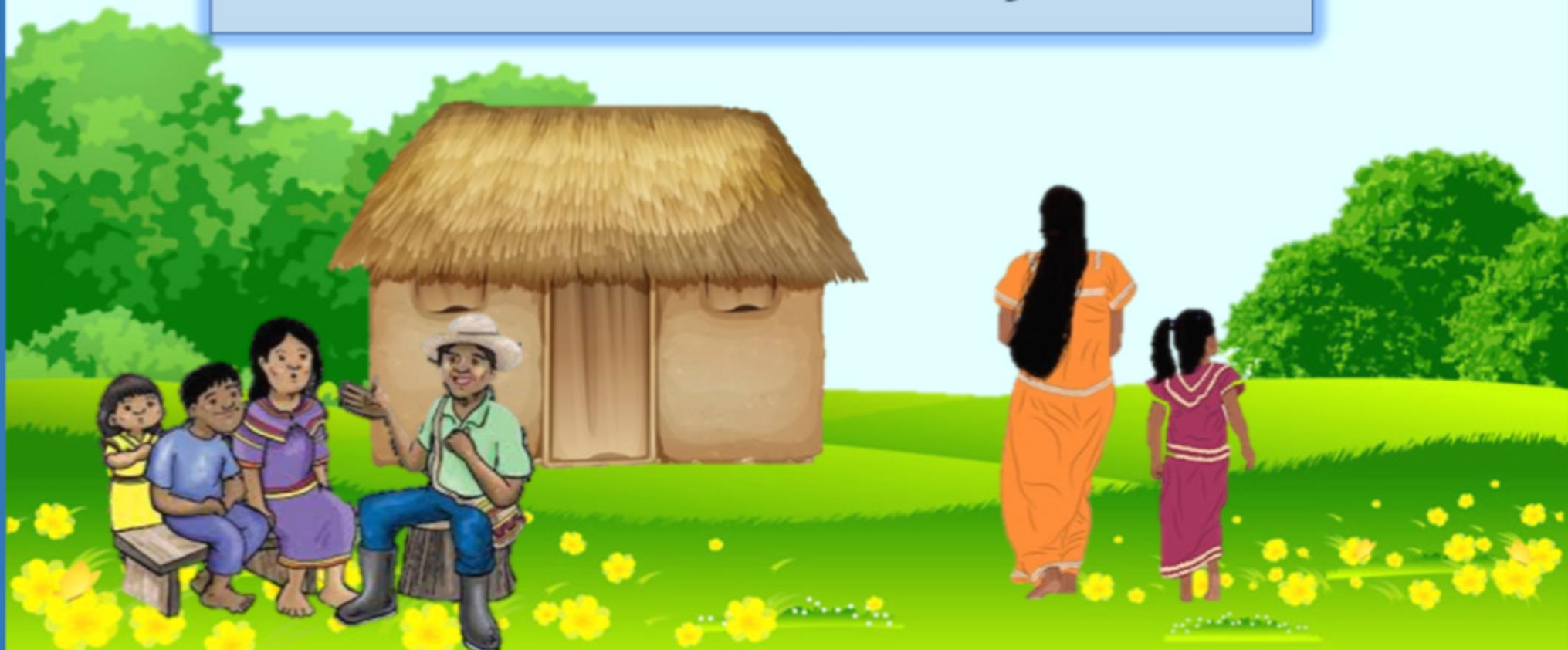


APRENDO CON AMOR

Guía familiar para estimular el aprendizaje a través del juego en
mi comunidad hacia edades de 0 a 3 años



¿DE QUÉ TRATA LA GUÍA?

APRENDO CON AMOR

Guía familiar para estimular el aprendizaje a través del juego en mi comunidad hacia edades de 0 a 3 años



La guía familiar *Aprendo con Amor*, es un compendio de actividades de juego, dirigida a las madres, padres y otros cuidadores de infantes, para enriquecer los espacios cotidianos de crianza.

Garantizando así, un cuidado cariñoso y sensible a las necesidades del niño/a; de tal forma que pueda alcanzar su máximo potencial de desarrollo, aún en situaciones adversas.

APRENDO CON AMOR

Guía familiar para estimular el aprendizaje a través del juego en mi comunidad hacia edades de 0 a 3 años



Presentación

Es necesario crear conciencia en la población de la importancia de los primeros 6 años de vida en el desarrollo del ser humano; a fin de prestarle una atención adecuada al niño normal y a los niños con algún tipo de riesgo social, biológico y establecido.

La optimización del niño normal puede darse en el hogar con su familia y sin necesidad de invertir en materiales y equipos costosos. La creatividad es la mejor herramienta, por ello es necesario entender al niño como un ser biopsicosocial y su desarrollo como un proceso continuo e integral.

Presentación

De allí la importancia de la estimulación temprana, pues el cerebro, por su “plasticidad”, se moldea mediante las experiencias previas, teniendo efectos perdurables en la capacidad del sistema nervioso central para aprender y almacenar información.

La estimulación a través del juego propicia la integración del niño a la vida de la familia y de la familia a las necesidades del niño; lo que determinará la personalidad del individuo en edades adultas y su comportamiento en la sociedad.



Presentación

Un ambiente enriquecido con estímulos a través del juego incrementa el nivel de crecimiento y funcionamiento cerebral, así como el número de conexiones neuronales, por ello la importancia de estos estímulos en los primeros años de vida.

Mantener un entorno familiar saludable es parte de las políticas públicas de protección de la primera infancia en Panamá. Y siguiendo estas directrices, la presente guía, promueve la salud física, mental y emocional de sus hijos/as.



Finalidad de la Guía

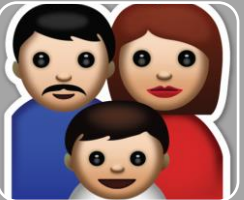
Aportar a las madres, padres y otros cuidadores, una guía de juegos que por un lado promueva conocimientos y competencias oportunas en la figura del cuidador y por otro, contribuya a la estimulación de sus niño/as. Tomando en cuenta la importancia de tener vínculos afectivos bien establecidos durante los primeros años de vida, con el fin de que logren un desarrollo óptimo, especialmente si se encuentran en condiciones de riesgo; colaborando de esta manera con las políticas públicas de protección de la primera infancia (0 a 3 años) en nuestro país.



CONTENIDO



- *De qué trata la guía.
- *Presentación.
- *Finalidad de la Guía.



- *La Familia como primer escenario que promueve el desarrollo del niño/a.



- *El Cuidador y sus características positivas.

APRENDO CON AMOR

Guía familiar para estimular el aprendizaje a través del juego en mi comunidad hacia edades de 0 a 3 años

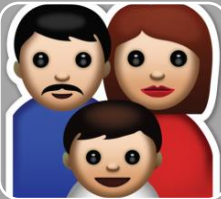


CONTENIDO



*El juego infantil y su importancia.

*Beneficios del Juego.



*Compendio de Actividades de Juego de acuerdo con el período de edad.



*Recomendaciones para los padres.

APRENDO CON AMOR

Guía familiar para estimular el aprendizaje a través del juego en mi comunidad hacia edades de 0 a 3 años



La familia como primer escenario que promueve el desarrollo del niño/a



Poder desarrollar adecuadamente la figura del cuidador, implica la necesidad de información y formación previa.

Es en el seno de su familia, donde el niño debe recibir los cuidados, cariño, respeto, atención y la educación que se merecen y a la que tienen derecho.

En los primeros años de vida y todo lo que hagan con sus hijos será de suma importancia.

La Familia como primer escenario que promueve el desarrollo del niño/a



El niño/a necesita una madre y un padre, que estén comprometidos con la manera de cuidarlo, atenderlo y trabajar con él o ella, para que siga explorando su entorno y avance en su desarrollo integral.

El Cuidador y sus características positivas

Cuidador: es la persona más importante para el niño/a pequeño. Puede ser, la madre, el padre, la abuela, la tía u otro adulto; que le cuida, alimenta y protege. Le da afecto, se comunica, juega con él/ella, le brinda seguridad y responde a sus necesidades.

¿Quién es el cuidador ?



El Cuidador y sus características positivas

Sensibilidad: estar alerta a las señales comunicativas del niño/a (sonidos, gestos y vocalizaciones)

Accesibilidad: mantiene una actitud positiva, estimulando al niño/a en casa.



Aceptación: manifiesta al niño/a sentimientos como: amor, protección, gozo compartido.

Cooperación: respeta los intereses propios del niño/a.

El juego infantil y su importancia



El juego infantil, es un acto de amor, que ha estado presente desde siempre en la vida humana, acompañando momentos tan especiales e incluso de subsistencia, como lo es la lactancia materna.

El juego infantil y su importancia



El juego se constituye en un aliado, en una estrategia para la madre-cuidador (papá, tía, otros adultos) a través de la cual establece vínculos-relaciones afectivas saludables con los niños/as y que son esenciales para promover un adecuado desarrollo integral.

El juego infantil y su importancia



Con el juego el niño/a potencia su creatividad, fortalece su intelecto, desarrolla sus habilidades sociales. Puede entender y controlar sus sentimientos y por ende mejorar su conducta.

Un niño/a que no juega está perdiendo la herramienta de aprendizaje más importante de su vida.

Beneficios del Juego

Desarrolla habilidades sociales.

Aprendizajes de una manera divertida, acompañan a lo largo de la vida.

Favorece el desarrollo del niño/a, a través de oportunidades para el aprendizaje temprano.

Se adapta y encuentra otras soluciones a través del juego

Al jugar el niño/a manifiesta lo que siente, sus emociones, con relación a sus vivencias familiares, tanto las que le son gratas, como las que no.



Actividades de juego para la edades de 0 a 6 meses



Actividades para estimular al niño/a de 0 a 3 meses.

Jugando con caricias de amor



Objetivo:

- ✓ Estimular sensopercepción.

Recursos:

- ❖ Estropajo o plumas de gallina.

Actividad de juego

Con el estropajo le da caricias por todo el cuerpo, cantándole y hablándole.

Una vez terminado abraza y besa a tu bebé.



Actividades para estimular al niño/a de 0 a 3 meses.

Amamantando con amor

Al terminar de
dar el pecho,
abráselo.

Objetivos:

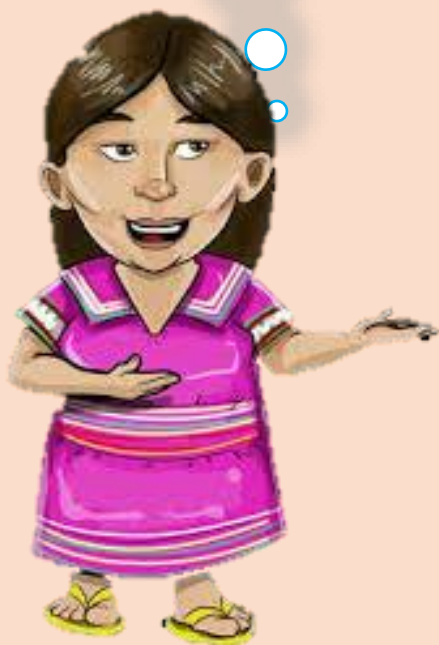
- ✓ Estimular el lenguaje.
- ✓ Fortalecer el vínculo materno.

Recursos:

- ❖ Canciones
- ❖ Tarareo
- ❖ Leche materna

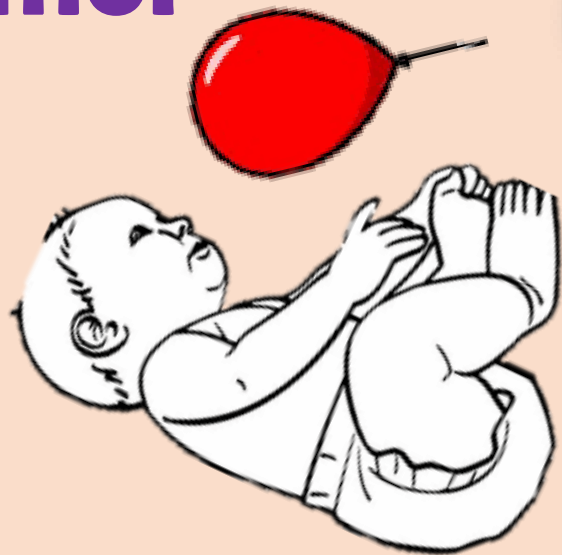
Actividad del juego

Al darle el pecho, la madre le habla, canta y tararea con amor.



Actividades para estimular al niño/a de 0 a 3 meses.

Jugando con amor



Una vez
terminada la
actividad
cántele.



Objetivo:

- ✓ Estimular la Visión.

Recursos:

- ❖ Globos.
- ❖ Retazos de telas de colores en contraste:
0 a 3 meses: blanco y negro.
4 a 6 meses: Rojo y naranja-amarillo, azul y verde.

Actividad de juego

Mover el globo o tela de colores en contraste negro- blanco o rojo- amarillo del centro de su carita a la derecha y del centro a la izquierda.

Actividades para estimular al niño/a de 0 a 3 meses.

¡Vamos bebé,
tú puedes!.
Levanta tu
cabeza.



Recursos:

- ❖ Colchas de retazos de tela.
- ❖ Maracas.
- ❖ Pelotas de tela de colores rellenas de frijoles o arroz.

Actividad de juego

Coloca al bebé boca abajo en la colcha; suena una maraca para que levante su cabeza y la gire de un lado a otro.

Juego y experimento nuevos movimientos



Objetivo:

- ✓ Estimular su control de cabeza.

Actividades para estimular al niño/a de 0 a 3 meses.

Jugando con amor

Actividad de juego

Coloca a tu niño/a muy cerca de ti, frente a tu rostro, cara a cara y juega haciendo gestos faciales, para que te imite. Es necesario, que tengas mucha paciencia al hacerlo. Para ambos, será muy divertido, cuando tu hijo/a logre hacerlo. También puedes producir sonidos o repetir, los que el niño/a, produzca; imítalos.



Objetivo:

- ✓ Imitar gestos faciales y sonidos-vocales.

Es divertido
jugar contigo.
¡Eres mi mayor
tesoro!

Recursos:

Los sonidos y gestos faciales que hacen mamá, papá y el niño/a.



**Actividades de juego
para la edades
de 5 a 6 meses**



Actividades para estimular al niño/a de 5 a 6 meses.

Jugando con mi pelota aprendo a sentarme con amor



¡Te amo bebé.
Eres mi músico
estrella!

Recursos:

- Pelota



Objetivo:

- ✓ Conseguir que el niño aprenda a mantenerse sentado mientras juega.

Actividad de juego

Coloca a tu niño/a sobre una superficie dura, con las piernas abiertas. En medio de las piernas coloca una pelota para que el niño se mantenga sentado y juegue al tambor con sus manitas y pelota.

Actividades para estimular al niño/a de 5 a 6 meses.

Jugando con amor

Objetivo:

- ✓ Explorar nuevos objetos.

Recursos:

- Vasijas
- Cucharas.



Felicita a tu
bebé, cuando
intente
hacerlo.



Actividad de juego

- Permita que su bebé, juegue con objetos del hogar.
- Ayúdalo a chocar la cuchara con la vasija y que preste atención al sonido que produce.

**Actividades de juego
para la edades
de 6 a 12 meses**



Actividad para niños de 6 meses en adelante.

Juega y crece con Amor



Recursos:
❖ Espejo.

Objetivos:

- ✓ Estimular la aceptación de sí mismo como un ser independiente.
- ✓ Desarrollar un vínculo afectivo con su cuidador.

Actividad de juego

Sienta a tu bebé frente a un espejo y nombra cada una de las partes de su cuerpo mientras él o ella observa.

Háblale y cántale a tu bebé para que se sienta protegido.



Actividad para niños de 6 meses en adelante.

Jugando en un Tapete sensorial

Recursos:

- ❖ Texturas de diferentes telas de colores.
- ❖ Estropajo y plumas de gallina.
- ❖ Tapas de botellas.
- ❖ Piedras lisas.
- ❖ Botones de diferentes tamaños.
- ❖ Semillas de zapallo.

Objetivos:

- ✓ Estimular el reconocimiento de texturas.
- ✓ Desarrollar su habilidad sensorial.



Actividad del juego

- Coloca a tu niño sobre el tapete de tela (sentado, boca-abajo y de pie). Ponga a su bebé agarrar o pisar las diferentes texturas.
- Recuerda crear un tapete con texturas que puedas encontrar en tu ambiente.

Enseña con amor
y disciplina, es el
mejor aprendizaje.



Actividad para niños de 8 meses en adelante.

Juego en mi Túnel sensorial



Objetivos:

- ✓ Fortalecer los músculos del cuerpo.
- ✓ Estimular la percepción de texturas.

Préstale atención.
Si tu bebé está
mirando algo,
señálase y
explícale lo que
es.

Recursos:

- ❖ Caja de cartón grande.
- ❖ Tela de diferentes texturas (suave, áspera) con colores llamativos.
- ❖ Estropajo y algodón.
- ❖ Hojas secas de árboles.
- ❖ Palitos lisos de plantas.

Actividad de juego

Motive a su bebé a gatear dentro de la caja de cartón; adorne la misma con diferentes texturas de tela y material que encontramos en nuestro ambiente.



Actividad para niños de 9 meses en adelante.

Juego con caracoles en la arena

Objetivos:

- ✓ Estimular el agarre de pinza (dedo índice y pulgar).
- ✓ Estimular la diferenciación de textura, forma, tamaño y color.

Recursos:

- ❖ Caracoles pequeños.
- ❖ Conchas pequeñas.
- ❖ Arena.
- ❖ Pintura de colores llamativos (no tóxica).



Actividad de juego

- Ponga un envase que contenga arena con caracoles y conchas pequeñas (pintar con colores llamativos).
- Estimule a que su bebé saque los caracoles dando usted primero el ejemplo.



Siempre
 demuéstrole a su
bebé lo importante
que es él o ella
para usted.

Jugando con mi Cuento de animales

Actividad para niños de 12 meses en adelante.



Recursos:

- ❖ Cartón.
- ❖ Figuras de animales domésticos.
- ❖ Abre huecos.
- ❖ Cordón.

Objetivos:

- ✓ Estimular la modulación del habla.
- ✓ Desarrollar la memoria visual y auditiva.

Actividad de juego

- Puedes crear un tarjetario con figuras o dibujos de animales domésticos.
- Cuéntale un cuento corto y sencillo, siguiendo las imágenes.
- También le puedes enseñar el nombre del animal y el sonido que hace.

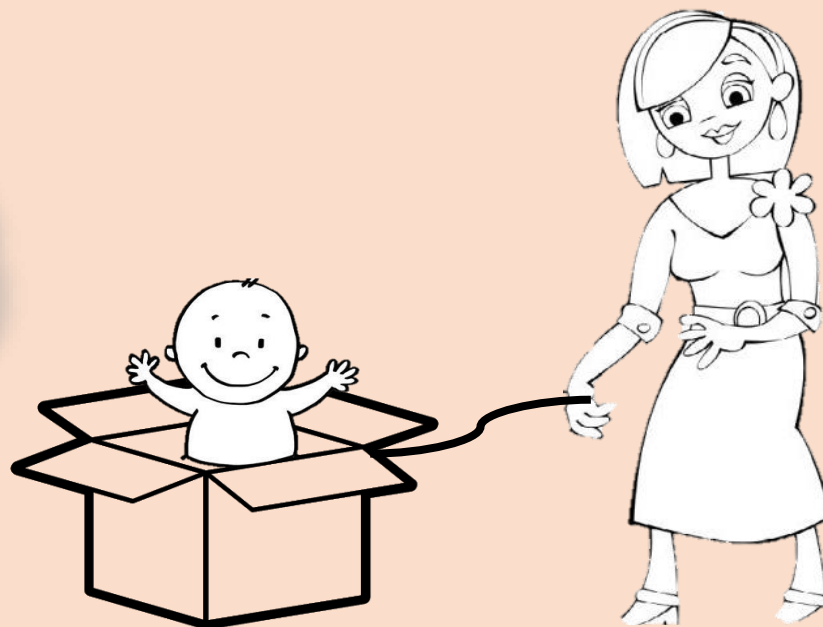
Aplauda a su bebé y felicítelo cada vez que haga algo bueno.



**Actividades de juego
para la edades de 1 a 1.5 años**

Juego y aprendo nuevos movimientos con amor

Familia busca la mirada de tu niño/a y sonríe.



Objetivo:

- Estimular diferentes formas de moverse.

Recursos:

- Cajeta.
- Bejuco (cordón).
- Árbol con raíces de diferentes tamaños.

Actividad de juego

- Tome la cajeta, meta por el hueco la soga o bejuco, invite al niño/a a meterse a la cajeta, juegue a desplazarse por la casa.
- Tome la mano de su hijo/a, juegue a caminar descalzo por encima de las raíces de un árbol, a levantar las piernas y pasar sobre las raíces.



Jugando me divierto en mi entorno

Objetivo:

Estimular el movimiento de dedos y manos.

Actividad de juego:

- En el patio juegue con alegría con su hijo/a, estimúlelo a recoger con ambas manos hojas secas y tierra.
- Permita que su niño/a explore la corteza de un árbol y pase las manos en diferentes movimientos.



Recursos:

- Árbol
- Patio
- Hojas
- Tierra.

Familia, abraza a tu hijo/a y dile que lo amas.



Juego y aprendo partes de mi cuerpo

Objetivo:

- Reconocer distintas partes del cuerpo por su nombre.

Actividad de juego:

- Familia, invita a tu niño/a a mover la cabeza para decir "SI" y mover la cabeza para decir "NO"
- Juegue a tocar cada parte del cuerpo, vaya nombrando: Cabeza, ojos, nariz, boca, brazos, piernas. Motive al niño a repetir las palabras.



Recursos:

- Palabras.
- Partes del cuerpo.

*Mira su
cara,
felicitalo.*



Jugando en Familia

Recursos:

- Manta
- Pelotas
- Vasija
- Hojas secas.

Objetivo:

- Conocer las nociones espaciales: arriba-abajo, adentro-afuera.



*Míralo a la cara,
con paciencia va
aprendiendo.*

Actividad de juego:

- Familia, coloca a tu hijo/a encima de la manta, juega a mover la manta diciéndole el movimiento arriba-abajo.
- Juega en el patio con tu niño/a y una vasija a colocar adentro y afuera las hojas secas.

Objetivo:

- Ampliar el vocabulario.

Recursos:

- Cartón.
- Revistas.
- Goma.
- Tijeras.

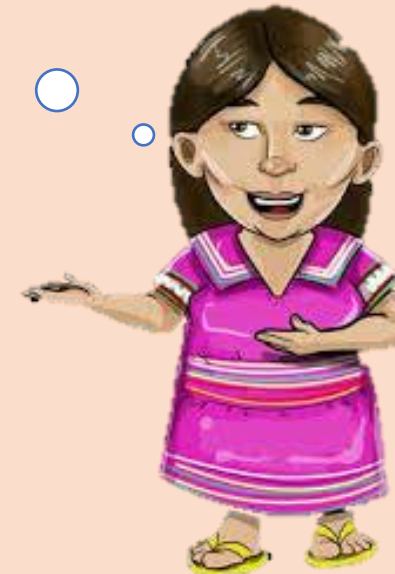
Actividad de juego:

- Familia, recorte cuatro pedazos de cartón de cajeta de un tamaño mediano.
- Busca una revista; recorta figuras de animales, frutas, carro, pelota.
- Pegue las figuras en los cartones, haga cuatro huecos en los cartones. En uno de los lados, amarre un cordón o tira de tela

Mirando a tu hijo/a a la cara, lo motivas a aprender.



Juego y aprendo nuevas palabras y sonidos



**Actividades de juego
para la edades de 1.6 meses
a 2 años**

Objetivos:

- Aprender a seguir órdenes sencillas.
- Aumentar su vocabulario.
- Fortalecer lazos familiares.

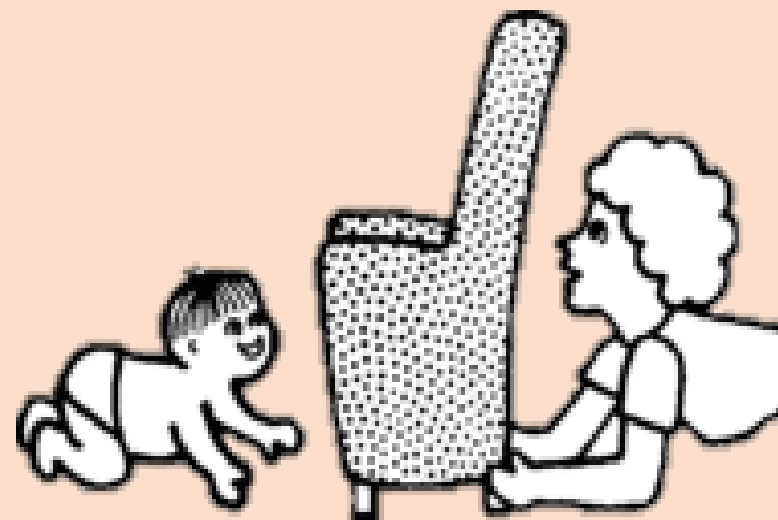
Actividad de juego

Dígale a su niño/a búscame, luego escóndase detrás de un mueble o tápese con una sábana, permita que le busque. Después es el turno de su niño/a, dígame escóndete y mientras usted le busca pregúntele ¿Dónde estás.....? Llamándolo por su nombre, fingiendo que no lo encuentra.

Felicítelo
con un
beso en la
mejilla.



Juego a las escondidas



Recursos:

Algún mueble de la casa o una sábana.



Juego de atrapar y tirar

Objetivos:

- Controlar y fortalecer los músculos de su cuerpo.
- Coordinación ojo-mano.
- Tomar conciencia de su propio cuerpo.

Recursos:

- Bolsita de tela o plástico rellena de semillas.
- pelota.



Actividad de juego

Con una tela o una bolsa pequeña rellena de papel o retazos hágale una pelota. Permítale o invítelo a tirar la pelota y usted trate de apañarla, luego es el turno de su niño/a de buscar o apañar la pelota.



Apláudale diciéndole lo bien que lo hizo.

Jugamos bailando y cantando al ritmo de una maraca

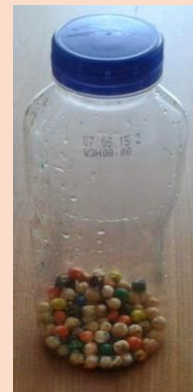


Recursos:

- Semillas.
- Botella plástica limpia.
- Canción.

Actividad de juego

Con una botella vacía dígame a su niño/a que meta semillas. Le puede ayudar para que él o ella observe como usted lo hace y luego indíquele para que la cierre. Asegúrese que este bien cerrada. Use la botella para cantar y bailar.



Objetivos:

- Controlar y fortalecer los músculos de su cuerpo.
- Coordinación ojo-mano.
- Tomar conciencia de su propio cuerpo.
- Estimular por medio del canto, el ritmo, la coordinación y el lenguaje.

Celébrele
lo bien que
baila.



Juguemos arrastrando juguetes

Objetivos:

- Controlar y fortalece los músculos de su cuerpo.
- Estimular el lenguaje.

Recursos:

- Soga o un cordón.
- Botella plástica limpia.
- Tapas.



Actividad de juego

- Atando una soga a una botella, la puede decorar con tapas y construir un carro.
- Persígalo, mientras él/ella arrastra o jala el juguete.
- Puedes decirle como hace el carro: Bruum...Bruum

Refuézale
su logro
diciéndole
¡Muy Bien!



Juguemos frente a un espejo



Objetivos:

- Reconocer su cuerpo.
- Explorar su entorno.
- Desarrollar la autoestima.
- Estimular el lenguaje.
- Conocer las partes del cuerpo.

Recurso:

- Espejo.

Actividad de juego

Dígale cara feliz y muéstrole su cara de felicidad, luego pídale que lo haga él o ella. Puede imitar su cara triste de sorpresa o de enojada; frente al espejo.

¡Exprésele lo lindo/a que es!



Actividades de juego para la edades de 2 a 3 años



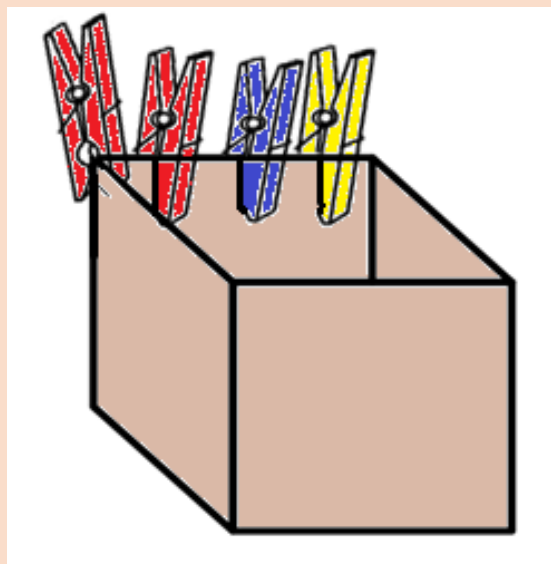
Juguemos con la caja de colores

Objetivos:

- ✓ Reforzar el agarre de pinza en el niño/a.
- ✓ Identificar los colores primarios.
- ✓ Fortalecer el vínculo familiar.

Recursos:

- Caja de cartón.
- Horquillas de maderas.
- Retazos de telas de colores primarios (rojo, azul y amarillo).
- Goma.



Actividad de juego

Guía a tu niño/a para que agarre las horquillas (pulgar e índice) y las coloque en la caja del mismo color.

Motívalo a realizar con alegría su actividad.



Jugando con Botellas locas



Objetivos:

- Reforzar la coordinación ojo-mano.
- Comparar tamaños.

¡Viva hijo/a!,
lo lograste.

Recursos:

- Botellas de plástico de diferentes tamaños.

Actividad de juego:

Muéstrale a tu niño/a como enroscar las tapas en las botellas dependiendo del tamaño.



Juguemos al mensajero

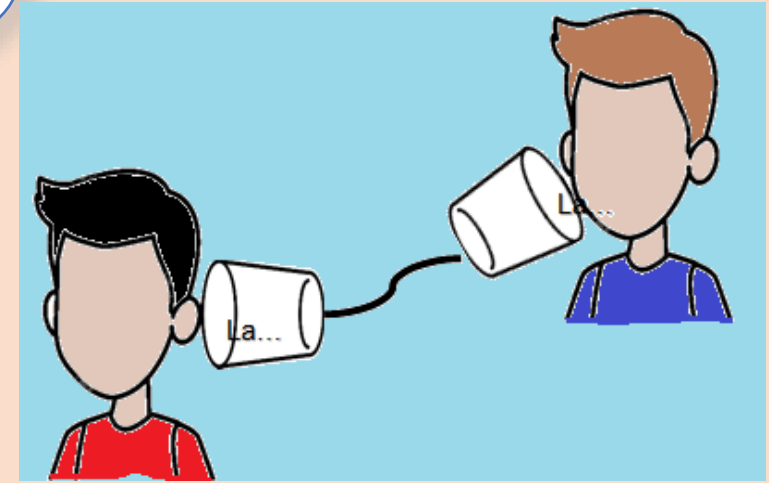
Objetivos:

- Estimular el lenguaje.
- Ampliar su vocabulario.

¡Que divertido
es conversar
contigo!

Actividad de juego:

El niño/a debe colocar el vaso en su oído y el padre en la boca; ya que es el padre quién pronunciará palabras y el niño debe repetir el mensaje.

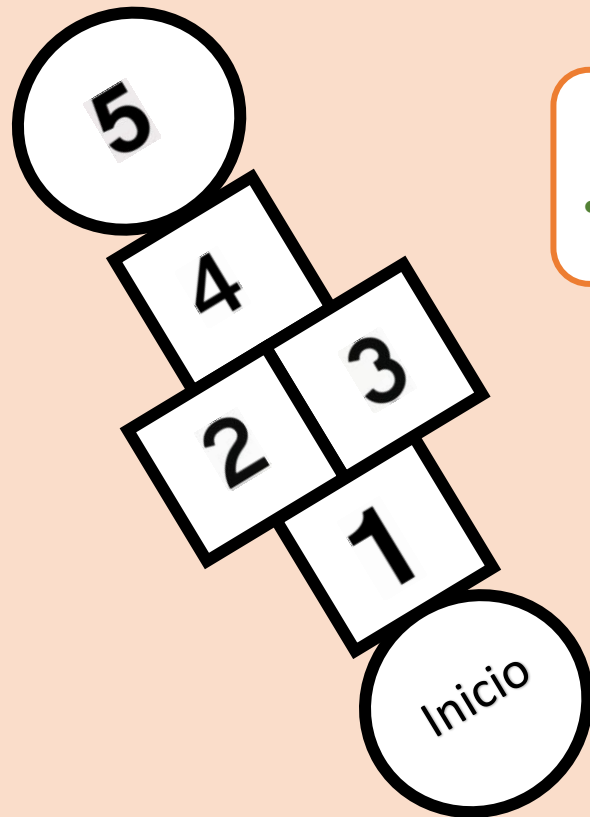


Recursos:

- Vasos de plástico.
- Hilo.



Juguemos dando saltos de aprendizaje



Objetivos:

- Mejorar la coordinación y equilibrio de su cuerpo.
- Conocer los números del 1 al 5.

Recurso:

- Rama pequeña de árbol.

Actividad de juego:

Con ayuda de una rama pequeña de árbol dibuja en el suelo, el ejemplo de la imagen.
Muéstrale a tu niño/a como saltar sobre cada número y pregúntale ¿Qué número es?.

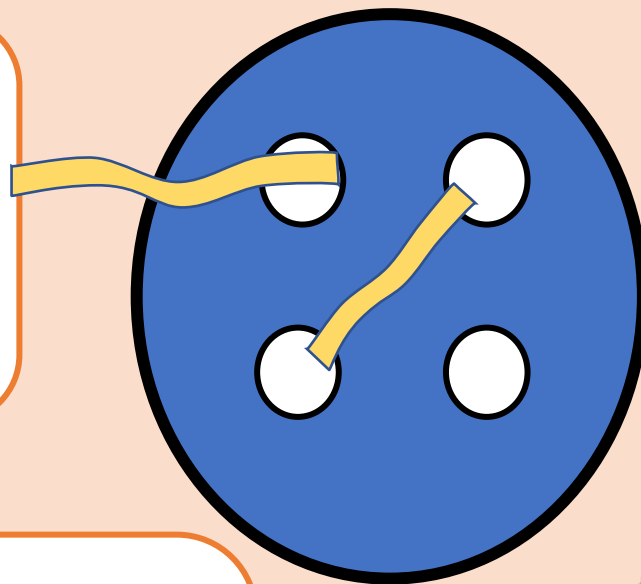
¡Wao, que bien saltas!



Jugando al Sastre

Objetivos:

- Fortalecer la coordinación ojo-mano.
- Desarrollar la concentración y memoria.
- Seguir órdenes sencillas.



Recursos:

- Retazos de tela.
- Cinta de tela.

Actividad de juego:

Toma un retazo de tela, recórtalo en forma de círculo; ábrele unos agujeros por donde pueda pasar una cinta de tela. Muéstrale a tu niño/a como pasar la cinta de tela por cada agujero como si estuviera cosiendo.



Una vez
lograda la
actividad
felicitas a tu
hijo/a

Recomendaciones para los padres

- Permita que su niño interior, sea quien juegue con su hijo/a.
- Es necesario, que el adulto se adapte a la edad del niño/a, a sus ideas; es divertido para ellos, compartir juntos en el piso, poder intercambiar miradas y facilitar el acercamiento físico hacia la figura del cuidador.



Recomendaciones para los padres

- Promueva la imaginación del niño/a, dando paso al juego espontáneo, seguirle el juego evitando las directrices.
- Todos los movimientos del cuerpo que hagan al jugar, serán importantes para estimular su desarrollo integral.



Recomendaciones para los padres

- Darle importancia a todos los juegos que su hijo/a, proponga. No imponer sus ideas.
- Es recomendable practicar la lectura con ellos, para estimular su imaginación.
- Celebrar todos los esfuerzos del niño/a.





APRENDO CON AMOR

Guía familiar para estimular el aprendizaje a través del juego en
mi comunidad hacia edades de 0 a 3 años

Realizado por:

CIEGELINDA AGUILAR

MICHELLE AHUMADA

EVANGELINA DENIS

CHELIBETH CHÉRIGO

CARMEN MONTENEGRO

KARLA VÍQUEZ

