

**Nacimiento—2**  
años de edad

# ¡Aprendiendo con su bebé!



***Usted se sorprenderá!***

# Bienviendo a la paternieda

La ciencia muestra que los primeros cinco años de vida es cuando el cerebro crece más rápido. Este desarrollo del cerebro está influenciado por las relaciones, las experiencias y el ambiente de un niño. Es importante construir esas conexiones tempranas. Este libro le ayudará a preparar a su hijo para lo que necesitará para tener éxito en los primeros años. Si su hijo no sabe algunas de estas cosas está bien; Crecerán a pasos agigantados a medida que avanza el tiempo. Este libro le guiará y le proporcionará actividades y oportunidades de aprendizaje que usted y su hijo pueden hacer juntos.

Este libro revisará las diferentes áreas de habilidades para trabajar con su hijo. Cada sección proporcionará actividades para hacer y explicará por qué es importante que su hijo desarrolle estas habilidades. RECUERDE que cada niño se desarrolla diferente, así que mientras un niño puede sobresalir en un área, otro puede luchar; Esto no significa que su hijo esté atrasado. Si tiene inquietudes sobre el desarrollo de su hijo por favor hable con el doctor de su hijo o llame al Willamette Education Service District al 503-588-5330.

Este libro está dividido en dos secciones. La primera sección es de edades de nacimiento a 1 y la segunda de 1 a 2 años, separadas por una página de título.



## Conéctese con sus programas locales

Cada niño tiene un potencial notable para aprender y tener éxito en la escuela, la clave es empezar temprano. Construir los fundamentos básicos de la alfabetización, las matemáticas, el lenguaje, la comunicación y las habilidades sociales es fundamental para preparar a los niños para el jardín de infantes y la vida. Conseguir que su hijo participe en un programa de educación temprana como Head Start puede llevar a muchos beneficios. Su hijo comenzará a aprender habilidades que vienen con el programa además de las habilidades que aprenden en casa.

**¡Mira la guía de recursos en la parte de atrás del libro para ayudarte a empezar!**

# Cuidado Personal para los Padres

La crianza de los hijos a veces puede ser abrumadora. El balancear las demandas del trabajo, del cuidado de niño, de las finanzas, y del estrés emocional, puede ser todo que usted puede manejar. Apoyo y pequeños ajustes, puede ayudarle a preparar a su hijo a realizar su potencial y hacer bien en la escuela y la vida. Puede haber días en los que no se duchará, saltee las comidas o pase una noche sin dormir. Sin un padre sano y feliz, sus hijos se perderán la oportunidad de obtener el mejor cuidado posible.

## Te cuidas de tu LADO CREATIVO Y ESPIRITUAL?

- Dése tiempo tranquilo para la autorreflexión
- Asistir al lugar de culto local
- Escribir en un diario
- Pasar tiempo fuera en la naturaleza
- Disfrute de un hobby o aprenda algo nuevo

## ¿TOMA CUIDADO DE SU LADO MENTAL Y EMOCIONAL?

- Pase tiempo y pongase en contacto con amigos y familiares
- Expresar emociones, permitirte llorar y hablar sobre sentimientos
- Encuentra actividades que le hacen feliz o sea relajado

## ¿TOMA CUIDADO DE SU AUTO FÍSICO?

- Coma comidas saludables regularmente
- Haga ejercicio, paseos cortos o yoga
- Recibir atención médica preventiva
- Duerme lo suficiente, tomese un siesta cuando el bebé está durmiendo
- Tómese el tiempo lejos del teléfono, del correo electrónico y de la tecnología.
- Pase tiempo al aire libre y en luz natural

**PARA INFORMACIÓN SOBRE LOS SEMINARIOS DE PADRES Y CÓMO INSCRIBIRSE, VISITE [MIDVALLEYPARENTING.ORG](http://MIDVALLEYPARENTING.ORG) Y OTROS RECUERSOS EN EL REVÉS DE ESTE LIBRO**

***Recuerda, no estás solo. Hay personas y recursos disponibles para que sea más fácil. ¡Está bien de pedir ayuda!***

# Habilidades sociales y emocionales

El proceso de aprender a controlar y manejar las emociones puede tomar años, pero los niños empiezan a aprender esto al nacer. Tener un fuerte vínculo emocional y la conexión con su hijo construye la autoestima necesaria para el aprendizaje y el desarrollo. Comienzan a formar relaciones con quienes les rodean y desarrollan los cimientos de la comunicación. El desarrollo social y emocional implica aprender a interactuar con otras personas y aprender a controlar sus emociones.

## A los 6 meses su hijo:

- Se reconfortará con adultos conocidos
- Comenzará a dar cálidas sonrisas y abrazos
- Llorar cuando se molesta o se siente incómodo
- Prestará atención a su propio nombre
- Disfrutarán mirando a otros bebés y personas
- Comenzará a expresar muchas emociones diferentes
- Se ríe en voz alta

## Involucrarse con su bebé

- Hacer contacto visual y hablar con su bebé mientras se alimenta, cambia y juega con ellos.
- Responda a su bebé. Esto les demuestra que usted está allí y que pueden confiar en usted.



# Señales Tempranas de Bebe

Preste atención a su bebé y las señales que le están dando. Responda a ellos y muéstreles que usted está allí. Aquí hay algunas señales para mantener un ojo hacia ellos.

Aquí hay unos ejemplos:

## Señales tempranas- "Tengo Hambre"



- Emocionante



- Habre la boca



- Habre la boca  
- Busco / enraizamiento

## Señales medias - "Estoy realmente hambriento"



- Estiramiento



- Aumento del  
movimiento físico



- Manoa la boca

## Señales tardías- "Calme, entonces aliménteme"



- llorando



- Movimientos corporales  
agitados



- Cara roja

### Tiempo para calmar el bebé que esta llorando

- Caricias
- Piel al piel sobre el pecho
- Habalando
- Acariciando



# Actividades sensoriales

Descubrir todos nuestros sentidos comienza cuando un bebé nace. El uso de los sentidos más y más ayuda a construir el conocimiento de un bebé y darse cuenta de las diferencias entre sus sentidos.



- Cree una caja de arena con un recipiente de plástico lleno de harina o harina de maíz. Deje que el bebé juegue con esto y hable con ellos mientras lo hacen. Hable acerca de cómo se siente y muéstreles cómo moverlo entre sus dedos.
- Cree una caja llena de cosas para sentir, golpear y sostener. Encuentre tantas texturas como sea posible para agregar a la caja. Deje que el bebé se sienta alrededor y juegue con el objeto, hablar de lo que están sosteniendo.

# Hora Social y Grupos de Juego

Su bebé puede disfrutar viendo a otros bebés jugar. Esto les ayuda a hacer descubrimientos sobre personas reales observando al otro bebé. Se verán durante un tiempo y luego aprenderán a jugar juntos. Busque grupos de juego en las bibliotecas locales o lleve a los niños al parque cercano.

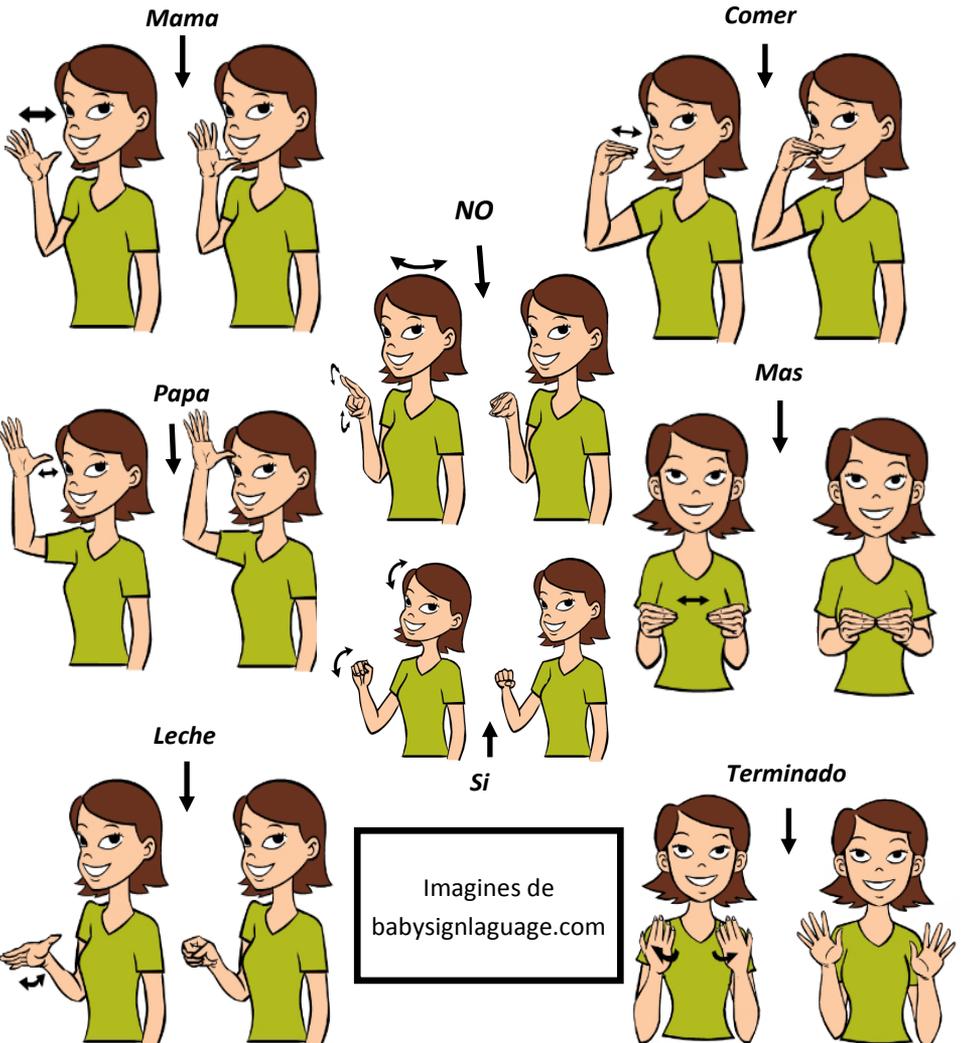


# Lenguaje de signos del bebé

La comprensión de un niño sobre el lenguaje y sus habilidades motoras se desarrolla mucho más rápido que su capacidad de hablar. Teniendo esto en cuenta, enseñar un lenguaje de signos del niño puede ayudar a:

- Disminuir la frustración de los padres / cuidadores y del bebé
- Mejorar la comunicación
- Crear una relación más cercana

Éstos son algunos signos para comenzar a enseñar:



# Habilidades Físicas

Translation error a medida que su hijo crece, sus habilidades físicas aumentarán. Esto incluye mover los dedos, agarrarse de las cosas, girar las cabezas, y eventualmente gatear que se convierte en caminar. El desarrollo físico no sólo es importante para ayudar a los niños a aumentar sus habilidades, sino también para organizar sus comportamientos. Los niños son muy activos y emocionados para moverse y jugar. Les encantará jugar con usted. Jugar, gatear y divertirse fácilmente puede cansarlos. ¡Recuerde ser amable y divertirse!

Aquí hay una lista de cosas que su hijo debe desarrollar durante el próximo año o dos. Una vez más, si su hijo no tiene estas habilidades no hay necesidad de preocuparse; **RECUERDE** que cada niño se desarrolla de manera diferente. Si tiene inquietudes sobre el desarrollo de su hijo por favor hable con el doctor de su hijo o llame al Willamette Education Service District al 503-588-5330.

## A los 4 meses su hijo:

- Comenzará a aumentar los reflejos automáticos, como la mano a boca
- Usará ojos para seguirte
- Levantará la cabeza cuando esté en el estómago
- Se rodará en ambas direcciones
- Se chuparán los dedos u otros objetos

## A los 6 meses su hijo:

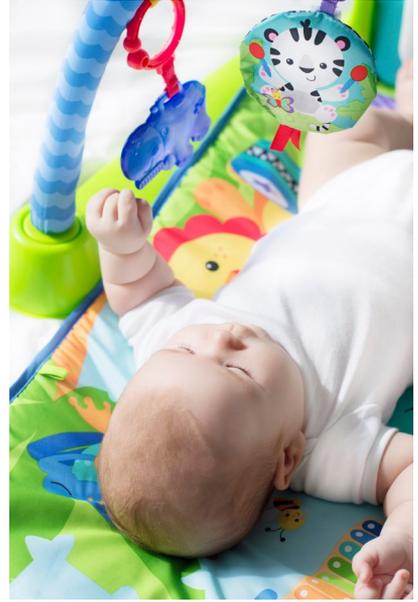
- Puede comenzar la dentición
- Será capaz de sentarse sin apoyo por un corto tiempo

## A los 9 meses su hijo:

- Puede comenzar a gatear
- Puede aguantar
- Puede entrar en posición sentada
- Puede comenzar una caminata tambaleante con las piernas separadas.

# Seguimiento

Dando a su hijo oportunidades para ver objetos en movimiento, esto se llama rastreo. Utilice un objeto como un juguete o un paño colorido para jugar con delante de su cara. Una vez que usted tiene atención de los bebés mueva el objeto detrás y el cuarto que se cerciora de su bebé está siguiendo el objeto con sus ojos. También puede colocar al bebé debajo de un móvil con objetos para que los rastreen. Esta habilidad ayuda a construir el cerebro de su bebé y les enseña a observar el mundo que los rodea. Peek-a-boo.



# Pongase en el suelo con el bebé

Pasar mucho tiempo en el suelo. Esto proporciona un espacio abierto en el que su bebé se siente cómodo. Esta área es perfecta para usted y su bebé para moverse y jugar. Rastrear, hablar y jugar con su hijo y sus juguetes les anima a hacer lo mismo. Anime a su bebé a jugar con bloques y bolas de diferentes formas y tamaños.



# Conciencia del cuerpo

Coloque un calcetín de colores en los pies de su bebé. Esto llamará su atención a sus pies y les ayudará a tomar conciencia de las partes del cuerpo. Halando los calcetines obtendrá la atención de su bebé, él o ella puede incluso tratar de halar el calcetín de sus pies.



## Juego de Espejo

Coloque a su bebé en frente de un espejo es una manera para que su bebé se vea y ver la forma en que interactúan con ellos. Su bebé puede reírse y hacer caras en sí mismos en el espejo. Al mirar al espejo, haga sonidos y caras que su bebé notará.

- Conciencia del cuerpo - señalando las partes del cuerpo
- Habilidades sociales: hablar y ver al "otro bebé"
- Tacto personal - usted que sostiene al bebé que es apacible

## Ayuda al bebé a descubrir ...

Pies	Manos
<ul style="list-style-type: none"><li>• Frote los pies de los bebés juntos</li><li>• Llevar los pies a la boca</li><li>• Cuente los dedos de los bebés</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Frotar las manos de los bebés</li><li>• Llevar las manos a la boca</li><li>• Cuente los dedos de los bebés</li></ul>

# Masaje para bebés

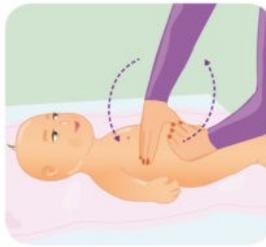
Dé a su bebé abrazos, besos y masajes. Masajear a su bebé puede ser extremadamente beneficioso para ambos. ¡Cante una canción mientras que usted hace esto, su bebé lo amará!

## Beneficios para el bebé:

- Envía un mensaje de amor.
- Ayuda a crecer físicamente y emocionalmente más fuerte.
- Mejora el sueño, facilita la alimentación y disminuye las molestias estomacales.
- Puede ayudar a mejorar la digestión y aumentar el aumento de peso en niños con bajo peso o prematuros.
- Le ayuda a sentirse cómodo y aprender el lenguaje corporal de su bebé.



Stroke gently



Water wheel



Stroke with thumbs outward from navel



Sun - moon exercise



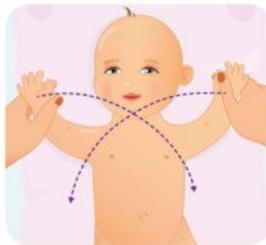
Circle around the navel



Finger-walk over the navel



Butterfly



Yoga exercise: Relax arms



Yoga exercise: Arm & leg

# Habilidades finas del motor y alimento

Cuando su bebé comience a comer alimentos sólidos, alrededor de 6 meses de edad, les gustará recoger piezas pequeñas con el dedo y el pulgar. Deje que usen sus dedos, no se preocupe por el lío, esto fortalecerá sus dedos y ojos! **Es importante hablar con el médico de su bebé ANTES de comenzar a alimentar a su bebé con alimentos sólidos.**



Ponga un pequeño trozo de algo suave; Yogur, puré de patatas, puré de zanahorias en la bandeja de bebés o en una hoja de cocina. Deje que su bebé se frote las manos y "pinte" con los dedos. Está bien si comen la "pintura".

**Aquí está una lista de alimentos saludables y fáciles para su bebé.**

## Comida suave

- Fideos triturados
- Puré de frutas y verduras
- Tallarines
- Frijoles cocidos
- Puré de papas

## Comida que pueden comer con sus dedos

- Cereales redondos sin azúcar y bocanadas como Cheerios
- Cuñas de frutas suaves peladas o piezas pequeñas (melocotón, pera, melón y plátano) Cuñas de frutas suaves peladas o piezas pequeñas (melocotón, pera, melón y plátano)
- Pequeños trozos tiernos de carne desmenuzada cocida y molida.

**RECUERDE hable con el médico de su bebé ANTES de introducir alimentos sólidos.**

# Habilidades de lectura

Aprender a leer y escribir ocurre mucho antes del jardín de infantes. Los bebés nacen aprendiendo. Los bebés y niños pequeños aprenden a través del juego, la exploración de su ambiente y, lo más importante, a través de sus interacciones con los adultos significativos en sus vidas. Como padres, usted es el primer maestro de su hijo.

Leer a su bebé es una forma importante de estimulación. La introducción de su bebé a la lectura les enseña sobre la comunicación y comienza a enseñar conceptos tales como números, letras, colores y formas de una manera divertida. Escuchar nuevas palabras y sonidos genera habilidades de escucha, memoria y vocabulario. Sentarse y leer con ellos por lo menos 20 minutos al día. Si no pueden estar quietas y prestar atención por ese largo comienzo con cinco o diez minutos y trabajar su camino hacia arriba.



Sus bibliotecas locales son un gran lugar para divertirse y libros para leer con sus hijos. Pregúntele a su biblioteca local sobre los tiempos de la historia, los programas de lectura de verano y otras actividades divertidas. Estos pueden ser un gran beneficio para su hijo para ayudar a prepararlos para el jardín de infantes. Muchas bibliotecas tienen tiempo de cuentos para bebés, consulte la lista de recursos en la parte de atrás de este libro para ponerse en contacto con las bibliotecas y preguntar acerca de los tiempos de la historia.

***Aquí está una lista de grandes libros para comenzar a leer a su niño.***

Corduroy	Don Freeman
The Very Hungry Caterpillar	Eric Carle
My Very First Mother Goose	Iona Opie
Whose Toes are Those?	Sally Symes
In the Garden	Elizabeth Spurr
Goodnight Moon	Margaret Wise Brown
Five Little Monkeys Jumping on the Bed	Eileen Christelow
Guess How Much I Love You	Sam McBratney
Dear Zoo	Rod Campbell
Are You My Mother?	P.D. Eastman

***Bibliotecas del condado de Polk***

Independence Public Library 175 Monmouth St, Independence	<a href="http://www.ci.independence.or.us/library">http://www.ci.independence.or.us/library</a>	503-838-1811
Monmouth Public Library 168 Ecols St S, Monmouth	<a href="http://www.ci.monmouth.or.us/">http://www.ci.monmouth.or.us/</a>	503-838-1932
Dallas Public Library 950 Main St, Dallas	<a href="http://www.ci.dallas.or.us/102/Library">http://www.ci.dallas.or.us/102/Library</a>	503-623-2633
Wagner Community Library 111 N Main St, Falls City	<a href="https://www.facebook.com/WagnerCommunityLibrary">https://www.facebook.com/WagnerCommunityLibrary</a>	503-787-3521 ext 319
West Salem Public Library 395 Glen Creek Rd NW, Salem	<a href="http://www.cityofsalem.net/Departments/Library/Pages/home.aspx">http://www.cityofsalem.net/Departments/Library/Pages/home.aspx</a>	503-588-6315
Amity Public Library 307 Trade St, Amity	<a href="http://www.ci.amity.or.us/">http://www.ci.amity.or.us/</a>	503-835-8181
Sheridan Public Library 142 NW Yamhill St, Sheridan	<a href="http://www.cityofsheridanor.com/library">http://www.cityofsheridanor.com/library</a>	503-843-3420
Willamina Public Library 382 C St, Willamina	<a href="http://willamina.ccrils.org/">http://willamina.ccrils.org/</a>	503-876-6182
Confederated Tribes of Grand Ronde Library	<a href="http://www.grandronde.org/departments/education/library/">http://www.grandronde.org/departments/education/library/</a>	800-422-0232 or 503-879-5211

# Recursos

## Mid-Valley Parenting

Parent information, education,  
and resources  
  
182 SW Academy St, Suite 220  
  
Dallas OR 97338

<http://www.midvalleyparenting.org>

503-623-9664  
ext 2368

## 211 Information

Childcare/ Preschool information

<https://www.211-info.org>

211

## Women, Infants and Children (WIC)

Polk County WIC Office  
  
182 SW Academy St, Suite 302  
  
Dallas OR 97338

<http://www.co.polk.or.us/ph/wic-women-infants-children>

(503)623-8175

## *Family Building Blocks (Playgroups and Respite Care)*

Gracie's Place  
  
1135 Edgewater St. NW  
  
Salem, OR 97304

<https://www.familybuildingblocks.org/>

(503)363-3057

Academy Building  
  
182 SW Academy St. Ste 110  
  
Dallas, OR 97338

<https://www.familybuildingblocks.org/>

(503) 877-8473

## *Oregon Child Development Coalition*

Early Head Start and Head Start  
Migrant programs and Migrant  
season programs  
  
535 G Street  
  
Independence OR 97351

<http://www.ocdc.net/>

(503) 838-2745

## *Community Action Early Head Start and Head Start*

273 Southwest River Drive,  
  
Dallas OR 97338

[http://www.mwvcaa.org/CAHS/CAHS\\_home.html](http://www.mwvcaa.org/CAHS/CAHS_home.html)

(503) 581-1152

246 I Street  
  
Independence OR 97351

[http://www.mwvcaa.org/CAHS/CAHS\\_home.html](http://www.mwvcaa.org/CAHS/CAHS_home.html)

(503) 581-1152

## *Grand Ronde Early Head Start*

Early Childhood Education  
  
Grand Ronde, Oregon, 97347

<http://www.grandronde.org/departments/education/early-childhood-education/>

1-800-422-0232  
ext. 2287



**1-2**  
Años de Edad

# Aprendiendo con su hijo



***Usted se sorprenderá!***

# Habilidades sociales y emocionales

Ayudar a su hijo a desarrollar sus habilidades sociales y emocionales los preparará para moverse a lo largo de la vida con facilidad. También les permitirá hacer amigos, expresar sus sentimientos y ser más independientes.

Aquí hay una lista de cosas que su hijo debe desarrollar durante el próximo año o dos. Una vez más, si su hijo no tiene estas habilidades no hay necesidad de preocuparse; **RECUERDE** que cada niño se desarrolla de manera diferente. Si tiene inquietudes sobre el desarrollo de su hijo por favor hable con el doctor de su hijo o llame al Willamette Education Service District al 503-588-5330.

## Al año su niño:

- Tener cosas y personas favoritas,
- Te entrego un libro y quieres que lo leas,
- Lloro cuando mamá o papá se van.

## Por 18 meses su hijo:

- Repite sonidos o acciones para llamar la atención.
- Comenzará a decir "No" a los comandos.
- Muestra objetos a otras personas.
- Comparte un pedazo de comida.
- Entiende y responde a los comandos.

## Animar el Juego de Grupos y Tiempo de Juego

A partir de la edad de uno, la mayoría de los niños pequeños disfrutan jugando cerca de sus compañeros. El tiempo de juego, reuniones en el parque, preescolar y eventos familiares son oportunidades maravillosas para desarrollar las habilidades sociales de su hijo. Estas habilidades incluyen autocontrol y hacer amigos, y ayuda a los niños a tener éxito tanto en la escuela como en la vida.



# Crear un gráfico de Sonrisas

Cree un gráfico para ayudar a recordarle a su hijo los comportamientos apropiados que necesitarán a medida que crezcan. Dibuja una cara sonriente en la casilla correspondiente cada vez que tu hijo complete una tarea con éxito. A pesar de que los niños son jóvenes, empezarlos con esto les ayudará a aprender y crecer.

Dice "Por favor" y "Gracias"	Cubre la boca al toser o estornudar	Ayuda a cepillarse los dientes	Se lava las manos	Ayuda a limpiar juguetes
				

# Usa la imaginación

Proporcionar objetos simples como hacer creer, disfrazarse y juegos de rol, zapatos viejos, vestidos, ropa, etc. Interactúe con su hijo y permita que jueguen con amigos y / o hermanos.



# Dos años son difíciles

Alrededor de dos años de edad, los niños comienzan a afirmar su independencia. Esto puede comenzar antes de que su hijo cumpla dos años y durar hasta que tengan más de dos años. Todos los niños experimentan estos momentos de frustración y reaccionan de manera diferente. Algunos pueden ser más difíciles que otros, dependiendo del niño. Estos son algunos consejos que puede utilizar para que usted y su hijo a través de estos parches en bruto. Consulte la guía de recursos para clases de crianza y más información.

## Manejo de los berrinches



- Mantenga la calma.
- Evite el refuerzo del comportamiento.
- Después de el berrinche proporcionar tranquilidad y orientación al niño.
- Utilice tono tranquilo y relajado y enséñele a cómo comunicar sentimientos con palabras.

## Berrinches en público

- Retire al niño de la situación.
- Dar una orientación positiva como lo haría en casa.

## Prevención de los berrinches

- Preste atención a las señales verbales y no verbales de su hijo.
- Siempre tenga un aperitivo listo si el niño tiene hambre.
- Deje que el niño duerma si está cansado.

## Disciplina



- Disciplina positiva para enseñar a los niños del bien al mal.
- Dar a los niños opciones para que tomen decisiones y tomen el control de sus acciones en cualquier momento.
- Dígame a su niño qué hacer en lugar de qué NO hacer.

# Habilidades lingüísticas

Muchos padres y cuidadores no están seguros de cómo pueden ayudar a su hijo a desarrollar habilidades lingüísticas. Sostenga a su hijo y lea todos los días. Desarrollar el lenguaje y las habilidades de lectura comienza al nacer a través de interacciones amorosas cotidianas tales como compartir libros, contar historias, cantar canciones y hablar entre sí.

**Estas son algunas de las maneras en que usted puede fortalecer las destrezas lingüísticas de su hijo:**

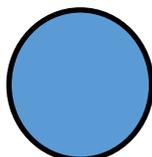
Práctica	Descripción
1. Comienza a hablar	Participar en la conversación con los niños.
2. Sea un comentarista	Dar descripciones de objetos, actividades o eventos.
3. Mezclar	Usando diferentes tipos de palabras y gramática.
4. Etiquételo	Proporcionar a los niños los nombres de objetos o acciones.
5. Sintonizar	Participar en actividades u objetos que interesan a los niños.
6. Leer de manera interactiva	Uso de libros para involucrar a la participación de los niños
7. Lea de nuevo, y otra vez, y otra vez!	Lectura de libros múltiples veces
8. Props, por favor!	Introducción de objetos que generan conversaciones.
9. Hacer música	Participar en actividades musicales.
10. Firmarlo	Usando gestos o simples signos con palabras.

## Introducir formas y colores

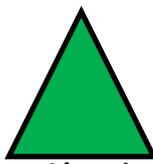
Aquí hay 4 formas y colores básicos que usted puede comenzar a presentar a su hijo. Ayúdelos a aprender los colores y formas describiendo cada uno y señalándolos. Luego, haga que sus hijos comiencen a señalarlos.



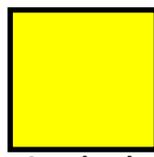
**Rectángulo**



**Círculo**



**Triángulo**



**Cuadrado**

# Habilidades Físicas

A medida que su hijo crece, sus habilidades físicas aumentarán. El desarrollo físico no sólo es importante para ayudar a los niños a aumentar sus habilidades, sino también para organizar sus comportamientos. Los niños están más que ocupados cuando están jugando. Cuando su hijo juega con usted, también están aprendiendo que son amados, importantes y divertidos. Jugar y correr o hacer lo que están haciendo fácilmente los cansa. ¡Recuerde ser amable y divertirse!

Aquí hay una lista de cosas que su hijo debe desarrollar durante el próximo año o dos. Una vez más, si su hijo no tiene estas habilidades no hay necesidad de preocuparse; **RECUERDE** que cada niño se desarrolla de manera diferente. Si tiene inquietudes sobre el desarrollo de su hijo por favor hable con el doctor de su hijo o llame al Willamette Education Service District al 503-588-5330.

## Su niño:

- Puede caminar mejor con los pies más paralelos
- Puede ayudar a desnudarse a sí mismos
- Lo más probable es que pueda sentarse en una silla
- Puede beber fuera de una taza y usar la cuchara por su cuenta

# Hacer un curso de obstáculos

Utilice mesas, sillas, almohadas y cajas para hacer un recorrido de obstáculos. Su hijo puede practicar rastreo o caminar, lo cual es excelente para la fuerza, el equilibrio, la conciencia del cuerpo y la



coordinación. La adición de un taburete que es solamente 2-4 pulgadas de alto en la mezcla sería una buena idea también.

# Conseguir a los niños a que se Muévan

Jugar música, bailar, salir a jugar o llevar a los niños al parque son excelentes maneras de moverse. Poner a su hijo a bailar o jugar puede aumentar muchas habilidades físicas incluyendo:

- Equilibrar
- Conciencia corporal
- Coordinación bilateral
- Desarrollo motor fino



## Explorar nuevos Juguetes

- Instrumentos musicales
- Juego de arena / agua
- Las actividades artísticas, como la pintura o la tiza
- Automóviles o trenes de juguete, con uno disponible para cada niño
- Pop-perlas o bloques de plástico con bloqueo grueso
- Cuchara de plástico y taza
- Bloques y cubo
- Anidación tazas / anillos o clasificadores de forma
- Juguetes con botón para empujar, cambiar, cremalleras y marcar para girar
- Rompecabezas de madera simple de 4-6 piezas

**Permita que los niños descubran cómo usar los juguetes. Déles punteros después de que han tenido tiempo de experimentar por su cuenta.**



# La conciencia del cuerpo

Enseñe a sus hijos sobre su cuerpo y cómo funciona. Utilice este diagrama para ayudar a identificar diferentes partes del cuerpo. Esto puede ayudar a los niños a ver cómo todas las partes del cuerpo están conectadas.



Cante una canción para que su hijo se interese y participe con la búsqueda de sus partes del cuerpo. ¡Aquí está una canción básica que usted puede utilizar, no dude en cantarla en su propia diversión y manera emocionante!

***¿Dónde está su nariz? ¿Dónde está su nariz?***

***Aquí está. Aquí está.***

***Tóquelo con el dedo. Tóquelo con el dedo.***

***Tal como yo. Tal como yo.***

***(Sustituya diferentes partes del cuerpo por cada verso: ojos, oídos, barriga, dedos de los pies, etc.)***

# Habilidades de lectura

**¡Aquí está una lista de libros que son estupendos de leer con su niño!**

Guess How Much I Love You	Sam McBratney
Whistle for Willie	Ezra Jack Keats
Press Here	Hervé Tullet
Where the Wild Things Are	Maurice Sendak
Use Your Words, Sophie	Rosemary Wells
Old MacDonald Had a Farm: Sing Along With Me!	Nosy Crow
Faster, Faster Nice And Slow	Nick Sharratt
I'll See You in the Morning	Mike Jolley
Goodnight Moon	Margaret Wise Brown
Chicka Chicka ABC	Bill Martin Jr.

## Animar la Lectura

Aprender a leer y escribir ocurre mucho antes del jardín de infantes. Los bebés nacen aprendiendo. Los niños pequeños aprenden a través del juego, la exploración de su entorno y, lo más importante, a través de sus interacciones con los adultos significativos en sus vidas. Como padres, usted es el primer y más importante maestro de su hijo.

**Aquí hay algunas maneras en que puede ayudar a desarrollar las destrezas de lectura de su hijo:**

- Mientras lee juntos, señale las letras y las palabras en la página.
- Lea con su hijo en el idioma que mejor conozca.
- Lea las señales mientras va a dar un paseo o conduce en el automóvil con su hijo.
- Cuando vea la primera letra de los nombres de su hijo, apúntela.
- Cuando esté leyendo con su hijo, pregúnteles qué piensan que sucederá a continuación en la historia antes de pasar a la página siguiente.
- Anime a su hijo a "leer" la historia para usted. Está bien si las palabras no son correctas y están basando la historia en las imágenes.

# Habilidades en dibujo

La escritura es un área que se desarrollará rápidamente a medida que los niños crecen. Con el fin de ayudarle a entender qué etapa de la escritura y el dibujo se parece, le hemos proporcionado muestras de arte de los niños a la edad de 1-2.

Ayude a su hijo a garabatear y dibujar dibujando lápices de colores y papel en su hogar. Escribir conduce a la escritura, así que asegúrese de dar a su hijo mucho tiempo para garabatear y dibujar. Deje que su hijo le vea escribir en el idioma que mejor conoce. Otras maneras de hacer diversión del dibujo incluyen el uso de la tiza de la acera o de la crema de afeitar.

**RECUERDE** que cada niño se desarrolla de manera diferente, así que trate de no comparar la escritura de su hijo con la de otro niño. Si tiene inquietudes sobre la escritura de su hijo, puede hablar con el maestro de su hijo o contactar A Willamette Education Service District al 503-588-5330.

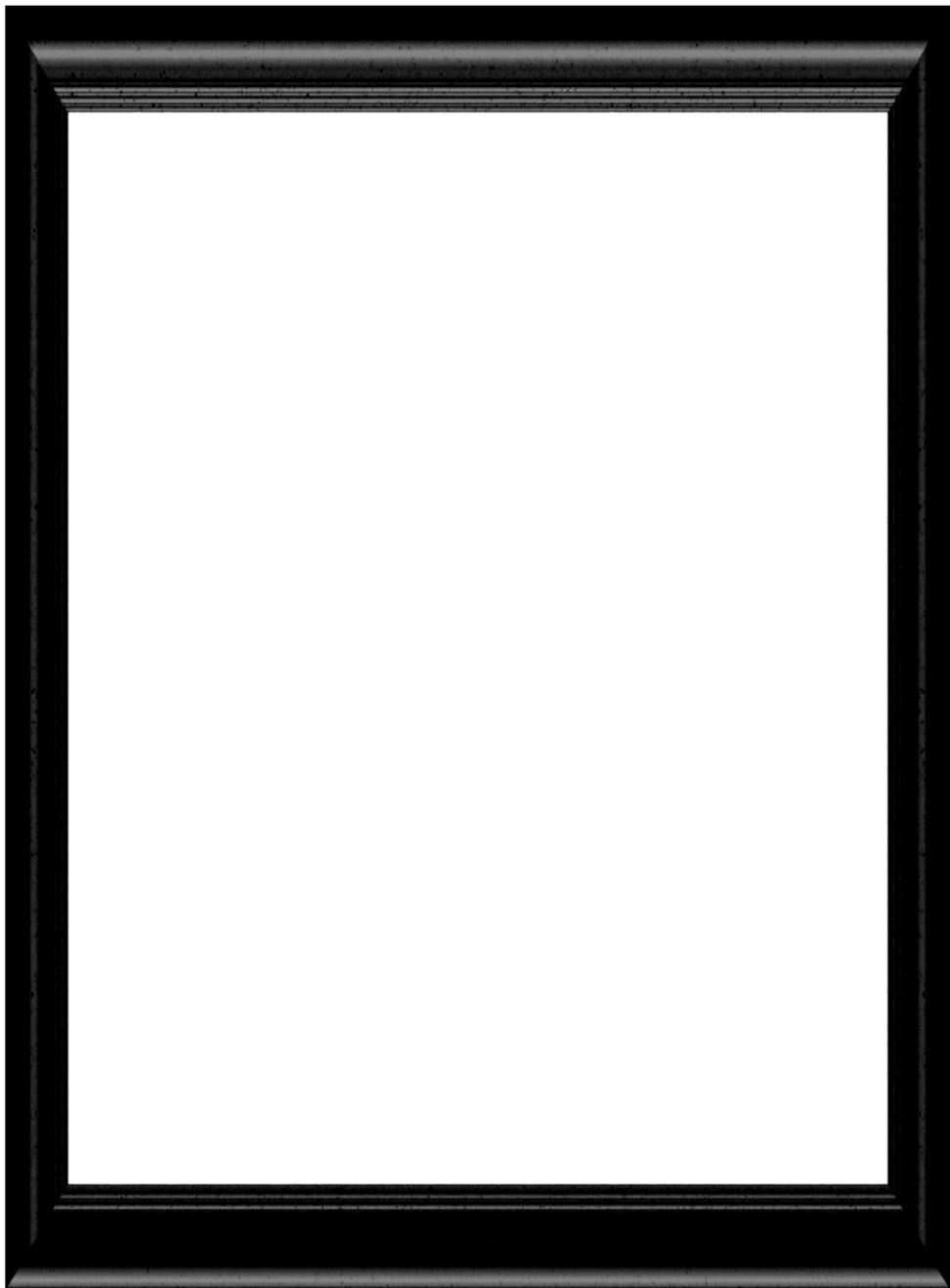


## Maneras creativas de practicar la escritura incluyen:

- Colocar una espuma de crema de afeitar en una mesa o una ventana y dejar que su niño dibuje en ella.
- Utilice la tiza de la acera cuando el tiempo es agradable.
- Deje que su niño ventane de pintura por la mezcla de tempura lavable con jabón de cocina.
- Darle a su hijo un pincel y crear una obra maestra.

Estos son dibujos típicos de edades 1-2 años de edad.





**Haga que su niño dibuje aquí.**

# Cocinar con su niño pequeño

Deje que su hijo le ayude a medir, revolver y verter los ingredientes mientras cocina. Hable a través de lo que está haciendo para ayudarles a aprender vocabulario nuevo y medir la experiencia mientras aprenden números también.



## Actividades motoras finas

Haga una pequeña bola de cinta adhesiva-buen ejercicio con los dedos

Déle a su bebé una esponja, un paño o una pelota suave para jugar con el bebé de la sala de baños, como exprimir el agua.



# Proyectos de Arte Diversión y Fácil



## Que necesitas

- Molde para pasteles
- Sal
- Colorante de alimentos o acuarelas
- Pinceles, cucharas pequeñas
- Bandeja de hielo
- Tazón de agua caliente
- Plato de hornear poco profundo
- Mantel o toallas de plástico (para proteger el área de trabajo)

## Pasos

1. Hacer hielo en el congelador antes del experimento.
2. Vierta la sal sobre el hielo.
3. Deje que los niños pintan de la bandeja de hielo llena de colores de agua o colorante de alimentos.
4. Ver hielo derretir y colores dispersos.

# Pintura Puffy

## Que necesitas

- 1 cucharada de harina auto-ascendente
- Colorante para alimentos
- 1 cucharada de sal
- POCO de agua (empezar con 1/4 cucharadita por color)

## Pasos

1. Combine su harina y sal en un tazón pequeño.
2. Añadir un poco de agua y revuelva hasta obtener una pasta suave y delgada (aproximadamente la misma consistencia de yogur agitado).
3. Agregue su colorante de alimentos, y mezcle bien.
4. Pintar sobre cartulina o papel duro.
5. Poner en el microondas durante 30 segundos y verlo subir!



Deje que los niños utilicen cepillos de diferentes tamaños para hacer líneas más pequeñas y más grandes.

Deje que su niño pinte con agua en un pedazo de papel en blanco. También puede salir y dejar que su niño pinte en la acera, paredes o valla con agua. ¡Es divertido pintar y ver desaparecer el agua!



# Receta de Playdough

## Que necesitas

- 1/2 taza de agua
- Colorante para alimentos
- 1 taza de harina
- 1/2 taza de sal

## Pasos

1. Agregue el agua y el colorante del alimento a un tazón de fuente y mezcle.
  2. Revuelva la sal y la harina en el tazón para mezclar con agua de color
  3. Una vez que la masa se agrupa, forma una bola
- Si la masa es demasiado pegajosa, agregue un poco más de sal y harina!**



*Jugar con cada sustancia ayudará con las habilidades sensoriales.*



# Oobleck

## Que necesitas

- 1/2 taza de maicena
- 1/4 taza de agua
- Un par de gotas de colorante alimentario

## Pasos

1. Agregue el colorante al agua.
2. Ponga la maicena en una taza, un tazón o una bandeja.
3. Revuelva el agua en maicena.
4. Juega con oobleck! Déjelo caer sus dedos, pero después mire como usted puede formar una bola con él.
5. Es un sólido o un líquido>

# Recueros

## Mid-Valley Parenting

Parent information, education,  
and resources  
  
182 SW Academy St, Suite 220  
  
Dallas OR 97338

<http://www.midvalleyparenting.org>

503-623-9664  
ext 2368

## 211 Information

Childcare/ Preschool information

<https://www.211-info.org>

211

## Women, Infants and Children (WIC)

Polk County WIC Office  
  
182 SW Academy St, Suite 302  
  
Dallas OR 97338

<http://www.co.polk.or.us/ph/wic-women-infants-children>

(503)623-8175

## *Family Building Blocks (Playgroups and Respite Care)*

Gracie's Place  
  
1135 Edgewater St. NW  
  
Salem, OR 97304

<https://www.familybuildingblocks.org/>

(503)363-3057

Academy Building  
  
182 SW Academy St. Ste 110  
  
Dallas, OR 97338

<https://www.familybuildingblocks.org/>

(503) 877-8473

## *Oregon Child Development Coalition*

Early Head Start and Head Start  
Migrant programs and Migrant  
season programs  
  
535 G Street  
  
Independence OR 97351

<http://www.ocdc.net/>

(503) 838-2745

## *Community Action Early Head Start and Head Start*

273 Southwest River Drive,  
  
Dallas OR 97338

[http://www.mwvcaa.org/CAHS/CAHS\\_home.html](http://www.mwvcaa.org/CAHS/CAHS_home.html)

(503) 581-1152

246 I Street  
  
Independence OR 97351

[http://www.mwvcaa.org/CAHS/CAHS\\_home.html](http://www.mwvcaa.org/CAHS/CAHS_home.html)

(503) 581-1152

## *Grand Ronde Early Head Start*

Early Childhood Education  
  
Grand Ronde, Oregon, 97347

<http://www.grandronde.org/departments/education/early-childhood-education/>

1-800-422-0232  
ext. 2287

## ***Bibliotecas del condado de Polk***

Independence Public Library 175 Monmouth St, Independence	<a href="http://www.ci.independence.or.us/library">http://www.ci.independence.or.us/library</a>	503-838-1811
Monmouth Public Library 168 Ecols St S, Monmouth	<a href="http://www.ci.monmouth.or.us/">http://www.ci.monmouth.or.us/</a>	503-838-1932
Dallas Public Library	<a href="http://www.ci.dallas.or.us/102/Library">http://www.ci.dallas.or.us/102/Library</a>	503-623-2633
Wagner Community Library 111 N Main St, Falls City	<a href="https://www.facebook.com/WagnerCommunityLibrary">https://www.facebook.com/WagnerCommunityLibrary</a>	503-787-3521 ext 319
West Salem Public Library 395 Glen Creek Rd NW, Salem	<a href="http://www.cityofsalem.net/Departments/Library/Pages/home.aspx">http://www.cityofsalem.net/Departments/Library/Pages/home.aspx</a>	503-588-6315
Amity Public Library 307 Trade St, Amity	<a href="http://www.ci.amity.or.us/">http://www.ci.amity.or.us/</a>	503-835-8181
Sheridan Public Library	<a href="http://www.cityofsheridanor.com/library">http://www.cityofsheridanor.com/library</a>	503-843-3420
Willamina Public Library	<a href="http://willamina.ccrils.org/">http://willamina.ccrils.org/</a>	503-876-6182
Confederated Tribes of Grand Ronde Library	<a href="http://www.grandronde.org/departments/education/library/">http://www.grandronde.org/departments/education/library/</a>	800-422-0232 or 503-879-5211

***Recuerda, no estás solo. Hay personas y recursos disponibles para que sea más fácil. Está bien pedir por ayuda!***

# ***NOTAS***

---

---

---

---

---

---

---

---







Mid-Valley  
Parenting  
PARENTING WITH PURPOSE

182 SW Academy St, Suite 220

Dallas, OR 97338

503-623-9664 ext. 2368

[www.midvalleyparenting.org](http://www.midvalleyparenting.org)



<https://www.facebook.com/MidValleyParenting/>