



INICIOS DEL BEBÉ EN EL HOGAR



Inventando el futuro juntos.



Introducción

Nunca es demasiado temprano para comenzar a darle la bienvenida a la familia a su nuevo bebé. Muchos padres le empiezan a hablar, cantar y leer a sus hijos en cuanto la barriga de la madre empieza a crecer, cuando el bebé nace ya reconoce las voces de sus padres y hermanos, los tonos de voz y los sonidos del idioma. Estudios recientes sugieren que el tocar la piel contra la piel inmediatamente después del nacimiento de su bebé tiene muchas ventajas a largo plazo para la salud y la seguridad de su nuevo bebé.

El rodear a su nuevo bebé con amor, calidez, palabras y comodidad establece un fuerte vínculo social y emocional que le ayuda a hacer un niño feliz, simpático y platicador. Dándole mucho contacto físico por medio de caricias y acurrucarse contra el bebé mientras le habla, le canta y le lee ayudará a que se desarrollen físicamente, socialmente, emocionalmente, y a que desarrollen las habilidades necesarias, el conocimiento, y el deseo de ser un estudiante exitoso.

Entre más palabras oye un niño desde que nace hasta que cumple 5 años, más éxito tiene al aprender a leer y a escribir y a progresar académicamente. No hay regalo más importante que las palabras para ayudar a su hijo a que tenga éxito en escuela y en la vida.

Los bebés aprenden a través de sus propios sentidos y experiencias y no hay como la familia para darles estas experiencias. Este folleto está diseñado para ayudar a las familias a que usen mucho lenguaje durante todo el día, usando objetos conocidos, rutinas y actividades en la casa para ayudar a desarrollar la cantidad de experiencias de cada niño, interacciones y lenguaje para que sea un estudiante exitoso. Se dan sugerencias de actividades y conversaciones de:

- Cuando el bebé nace y llega del hospital al hogar por primera vez
- Actividades físicas para que el bebé y el niño sean activos dentro de la casa
- Cosas para Decir y Hacer con su bebé y su niño durante la hora de baño
- Cosas para Decir y Hacer mientras viste a su bebé y a su niño
- Cosas para Decir y Hacer mientras alimenta a su bebé y a su niño
- Cosas para Decir y Hacer a la hora de la siesta y la hora de dormir
- Actividades con libros y cuentos
- Sugerencias de actividades con canciones y rimas para hacer durante el día
- Cosas para Decir y Hacer cuando hacen actividades fuera de la casa
- Una lista de Canciones y Libros Simples para bebés y niños pequeños

Quando Son Recién Nacidos

Cosas Para Decir

1. Dígale a su bebé lo feliz que está de que haya llegado y comparta todos sus sueños y esperanzas para la vida de él.
2. Dígale a su bebé cómo eligió su nombre y dígale como le llamará; Utilice su nombre mientras le habla para que aprende a reconocerlo.
3. Preséntele a cada integrante de la familia a su bebé.
4. Cántele canciones de cuna a su bebé en cualquier idioma. Las canciones de cuna le enseñan los sonidos a ritmos del idioma.
5. Use palabras simples para describir lo que está haciendo mientras lava los platos, tiende la cama, prepara la comida, o va de compras al supermercado.
6. Cuando le esté dando pecho o el biberón, describa la leche caliente que está llenando su barriga, como se siente, y como le hará que crezca grande y fuerte.
7. Explíquele a su bebé que pasara durante el día; por ejemplo:
Vamos a ir al doctor para un examen físico y necesitaras una inyección para que estés saludable.
Parece ser que no quieres usar tu bañero de bebé (o no quieres irte a dormir.
Te voy a envolver como un "burrito" para que te sientas seguro y cómodo.

Cosas Para Hacer

1. Tan pronto nazca su bebe, empiece el proceso de vínculo afectivo tocando su piel con la piel del bebé tanto como sea posible en las primeras semanas; esto reduce el llanto.
2. Los padres pueden formar su vínculo de afecto cuando lo abrazan tocando su piel con la piel del bebé y cuando lo mecen. Componga una cancioncita sobre el nombre de su bebé: "María, María, tu nombre es María."
3. Pídale a cada persona que diga su nombre y le diga algo a su bebé.
4. Abrase a su bebé cerca de usted mientras le canta, para que sienta y oiga el latido de su corazón y su respiración de cuando estaba en la matriz.
5. Envuelva a su bebé en una "mantita" para mantenerlo cerca de usted mientras hace sus rutinas diarias.
6. Cuando pone su piel contra la piel de su recién nacido al alimentarlo les ayuda a hacerse sentir seguro y comerán más. Los bebés se sienten cómodos por el olor, tacto, y voz de sus padres.
7. Abrazar a su bebé tocando su piel contra la piel de él durante un examen médico le proporcionará calor, comodidad, y establece la confianza que le mantendrá seguro y que puede reducir el dolor de un examen de sangre o inyección.
8. Sostenga a su bebé mientras se sientan en una tina con agua caliente, toque su piel con la piel de él; se sentirá seguro mientras lo abraza y lo relaja para que se duerma.
9. Envuelva a su recién nacido en una manta para que esté acostado en su espalda mientras esté despierto, para que no menee sus brazos y piernas y se asuste.

Cuando Es La Hora De Comer

Cosas Para Decir

1. Estás haciendo sonidos como si tuvieras hambre. Te pondré un babero alrededor de tu cuello para que estés seco y limpio. Pongámonos cómodos en el sillón.
2. ¿Estas listo para comer? Aquí tienes un poco de avena caliente esta mañana. Habré la boca para darte la avena en tu boca.
3. Háblele o cántele a su bebé mientras le da de comer cante o diga rimas infantiles como Pease Porridge o Jack Sprat.*
4. Aquí está un poco de comida para que te alimentes con la cuchara de bebé. Estas son comidas que te gustan y que has probado antes.
5. Estos son alimentos que puedes comer tú mismo usando tus dedos o el tenedor. Hable de las figuras, la textura, y los colores de la comida. Hable de, o pregúntele a su niño cuales son las que le gusta más.
6. Usemos tus galletas para contar una historia. *¿Había 5 pescaditos (cuente 5 galletas) nadando cuando de repente vino un pescado gigantesco (la mano del niño) y se comió 2 pescados (el niño se come 2 galletas) y después cuantas quedan? (Ayude a su niño a contar.) ¿Aquí hay 3 mas pescados (agregue 3 galletas), cuantas galletas hay ahora? (Cuente) Cuidado! Ahí viene el pescado grande y se comió 4 galletas. ¿Cuantas galletas quedan? (Cuente y continúe.)*

* Encuentre las palabras en las Notas Finales

Cosas Para Hacer

1. Los niños aprenden a través de la vista, el gusto, el sentido del olfato, y el sentido del oído y a la hora de comer proporciona muchas oportunidades de usar los sentidos y las palabras para describirlos.
2. Abrase a su bebé cómodamente en sus brazos tanto como sea posible. Cuando le hable, sosténgalo de manera que pueda ver su cara para que aprenda a reconocer su cara y su voz.
3. Muéstrela a su bebé la cucharada de comida antes de dársela en la boca. El repetir palabras día tras día le ayudara a darle sentido a la conexión que existe entre acciones y palabras.
4. Ya que su niño pueda sentarse a comer, mantenga el contacto visual. Haga comentarios sobre los alimentos que parece que le gustan o los que no le gustan.
5. Cuando su bebé tenga la edad para alimentarse a sí mismo, dele alimentos suaves como comida de bebé colada o puré de manzana, y ayúdele a que aprenda a sostener la cuchara para que coma el mismo.
6. Para los bebés mayores (con dientes) o niños pequeños ofrézcale cubitos de pan, plátano en rodajas, calabacín pelado en rodajas (córtelo en círculos o cuadros de ¼"). Dele la opción de usar los dedos o utensilios de bebé.
7. A niños pequeños proporcione bocadillos, como galletas goldfish, galletas pequeñas de sopa (acostado en la arena, vino un cangrejo); o galletas de ositos Graham (al subirse a un árbol, 2 se cayeron) para hacer historias de matemáticas. Empiece con 5 galletas a la vez, conforme siga creciendo, trabaje con números hasta el 10.

Cuando Es Tiempo De Jugar

Cosas Para Decir

1. ¿Te gustaría hacer música hoy? Voy a atar algunas campas a tus botines (zapatos) para que cuando sacudas tus pies, puedas hacer música.

2. Aquí tienes algunos juguetes. Aquí esta una sonaja amarilla, esta es una pelota de peluche, y esta es una cuchara plástica para medir, y este es un mordedor de goma.

3. Veo que estás viendo la sonaja azul, así que la moveré más cerca para que la alcances.

4. Juegos simples como "Patty Cake" pueden ayudar que un bebé aprenda a hacer sentido de palabras y realizar palmaditas simples cuando escuchen "Patty Cake, Patty Cake."*

5. Use rimas de acción o rimas para aprender a contar para que su niño aprenda las partes del cuerpo y los números, "This Little Piggy" o "Eye Winker", o "Run Away!"*

6. Aquí esta una botella que rodara y hará ruido si la empujas. Mira como rueda, ¿puedes ir tras ella?

* Encuentre las palabras en las Notas Finales

Cosas Para Hacer

1. Fije o ate cascabeles en los botines de su niño (o zapatos o un brazalete con campanas para niños pequeños) y muéstreles como patear o mover las manos para hacer "música." Cante o reproduzca música de un CD de "Jingle Bells" mientras su niño hace que las campanas suenen.

2. Ate las sonajas, los juguetes pequeños, y el mordedor a un colgador de plástico y colóquelo al alcance de su bebé mientras este tendido de espalda en el suelo para que le de estimulación sensorial y anime a su niño que se enfoque y alcance los juguetes.

3. Fije hilo o listones a la manta del piso para que le pueda atar sonajas y juguetes de goma para que su bebé explore cuando este tendido sobre su barriguita y evite frustrarse cuando los juguetes se le escapen.

4. Juegue "Patty Cake" con niños que se puedan sentar y aplaudir. Ayude a que haga los movimientos y diga las palabras. Su niño pequeño puede hacer los movimientos y decir las palabras.

5. Diga o cante el verso con su niño use los dedos de la mano y del pie para seguir las palabras. Su niño aprenderá las palabras y movimientos y seguirá las instrucciones, si la rima se repite una y otra vez.

6. Ya que su bebé empiece a desplazarse y gatear, dele objetos que rueden como frascos de pastillas vacíos o botellas de agua llenas con frijoles o arroz para que los pueda rodar y perseguir mientras ruedan. Pegue las tapas a las botellas para evitar un derrame. Los frijoles y el arroz hacen un ruido y ayudan a que los contenedores rueden.

Cuando Estén Leyendo Juntos

Cosas Para Decir

1. Aquí esta una colección de rimas infantiles (en cualquier idioma) y podemos leer varias cada día hasta que decidas cuales te gustan más.

2. Aquí está un libro de Bebés, veamos que están haciendo los bebés. Tenga varios libros que puedan leer una y otra vez para que su niño aprenda a asociar las imágenes y las palabras.

3. Este es un libro de Bebé Animales; veamos las imagines juntos para ver cuales animales hay. El leer con su niño es como tener una conversación del libro. (Empiece con un libro de cartón que pueda manejar y sostener su niño y después pueda ser un lector principiante.

4. Aquí está un libro que podemos leer una y otra vez y aprenderás a decir todas las palabras. Disfrute los momentos con niño para que así pueda fomentar un amor por la lectura.

5. Hable con su niño de todas las cosas que han aprendido a hacer y dígame cada uno de los logros. Enséñele fotos frecuentemente y dígame cuanto a aprendido.

6. Aquí está otro libro de letras; este es de animales. Veamos si puedes recordar alguna de las letras que hemos visto antes. Busquemos la letra que esta al principio de tu nombre.

Cosas Para Hacer

1. Empiece a leer simple rimas infantiles como "Mary Had a Little Lamb, " o "Baa, Baa, Black Sheep." Sujete su espalda dándole soporte y suavemente acúnelo al ritmo de la rima.

2. Tener a su bebé sobre su regazo mientras comparte libros permite que vea las imágenes y las palabras y añada calidez y comodidad, mientras desarrolla un amor por libros e historias. Es un buen momento para que los hermanos se unan para ayudar a "leer".

3. Mire cada página y nombre cada animal; describa lo que cada animal está haciendo. Con su niño pequeño, pregunte el nombre de cada animal, mientras lo señala, y describe lo que está haciendo cada animal. Pídale que cuente cuantos animales están en el libro. Pídale que haga el sonido de cada animal.

4. Use libros de rima como "Chicka Chicka Boom Boom" o "Brown Bear, Brown Bear", "One Fish, Two Fish" para proporcionar frases repetitivas que su niño pueda aprender a cantar y completar las rimas.

5. Crea un libro de fotos de Hitos de su Bebé, usando fotos de su primera vez en la bañera, la primera vez en el coche, el primer diente, la primera vez usando una cuchara/tenedor, la primera vez de pie, gateando, caminando, el primer cumpleaños, etc.

6. Lea muchos y muchos libros de alfabeto para ayuda a que los niños aprendan el alfabeto y los sonidos de las letras; la biblioteca tiene numerosos libros de alfabeto. Disfrute el idioma en los libros de alfabeto.

Canciones & Rimas

Durante El Día

— Rimas para las Partes del Cuerpo —

(Los niños pequeños pueden decir las rimas/los movimientos.)

Two Little Eyes
(Touch each feature as it's named)
Two little eyes to look around.
Two little ears to hear each sound.
One little nose to smell what's sweet.
One little mouth that likes to eat.

Eyes, Ears, Nose, and Mouth
(Touch body parts.)
Eyes, Ears, Nose, and Mouth
Eyes, Ears, Nose, and Mouth
Eyes, Ears, Nose, and Mouth
Are all a part of (child's name) face.

Eyes, Nose, Chin
(Gently touch each feature named)
Eyes, Nose, Cheeky, Cheeky, Chin
Eyes, Nose, Cheeky, Cheeky, Chin
Eyes, Nose, Cheeky, Cheeky, Chin
Cheeky, cheeky, chin, eyes and nose!

Big A, Little A
Big A
(open baby's arms wide)
Little A
(bring hands together)
Bouncing B
(bounce and clap)
The cat's in the cupboard
(cover eyes)
So he can't see!
Peek-a-boo! I see you!

Acka Backa
Acka backa soda cracker,
Acka backa boo.
Acka backa soda cracker,
Up goes you!
(lift baby high)
Acka backa soda cracker,
Acka backa boo,
Acka backa soda cracker
I love you!
(hug baby)

This Little Piggy
(Tug each toe, starting with big toe)
This little piggy went to market.
This little piggy stayed home.
This little piggy had roast beef.
This little piggy had none.
And this little piggy cried,
"Wee, Wee, Wee."
All the way home.
(tickle baby all over)

How Big is Baby?
(Use child's name)
How big is (child's name)?
SO BIG! (use high voice and gently spread baby's arms up in the air.)

This Cow Eats Grass
(Touch each finger.)
This little cow eats grass
This little cow eats hay
This little cow looks over the bridge
This little cow runs away
And this little cow does nothing at all
But lie in the fields all day.
Let's chase this little cow.
(Tickle baby)

These Are Baby's Fingers
These are baby's fingers
(wiggle)
And these are baby's toes
(wiggle)
This is baby's belly button
Round and round it goes
(use finger to circle tummy)
These are baby's eyes
(touch gently)
And this is baby's nose
(touch nose)
This is baby's belly button
(tickle tummy)
Right where Mommy (or Daddy) blows!
(buzz lips on tummy)

Wake Up Toes!
(follow motions)
Wake up toes, wake up toes.
Wake up toes and wiggle, wiggle, wiggle
Wake up toes, wake up toes,
Wake up and wiggle in the morning.
Wake up legs...
Wake up arms....
Wake up hands....
Wake up head....
Wake up me, ALL OF ME!



INICIOS DEL BEBÉ EN EL HOGAR

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE
PARA DISFRUTAR JUNTOS

Escrito por:

Jan Bandich

Publicado por:

The Discovery Source®

www.TheDiscoverySource.com

Ilustrado por:

Nina Finney

ISBN:

978-0-9967969-8-9

©2017, The Discovery Source®

Todos los derechos son reservados.

Ninguna parte de este libro puede ser reproducido o transmitido de cualquier forma sin el consentimiento por escrito del editor.

INVENTANDO EL FUTURO JUNTOS.

WWW.THEDISCOVERYSOURCE.COM