



¿Por qué es importante que juegue con mi bebé?

La ciencia ha comprobado que al jugar con tu bebé le ayudas a desarrollar las habilidades mentales, físicas, emocionales y sociales que le serán útiles para tener éxito en la escuela y en la vida.

En *Juega todos los días* te apoyaremos para que guíes el juego de tu bebé y lo enriquezcas haciéndole comentarios, preguntas y ampliando sus intereses, de manera que te conviertas en el o la mejor compañera de juego que pueda tener.



© Sesame Workshop, 2021.



Consejos para mejorar la calidad de la interacción al momento de jugar

Cuando interactúas con tu bebé le ayudas a desarrollar su cerebro, estás ayudándole a construir una base sólida para el aprendizaje futuro.

Uno de los mejores momentos para interactuar con tu bebé y apoyar su desarrollo es durante el juego.

Cuando juegues con tu bebé recuerda estos consejos:

1. Observa e identificar qué llama su atención.

Las y los bebés usan sus ojos para aprender, fíjate en lo que ve.

2. Responde a sus intereses. Tu bebé aprenderá mejor si le permites llevar el liderazgo.

3. Háblale. El cerebro de tu bebé se activa cuando le hablas, le pones música o haces sonidos.

4. Tomar turnos. Si le enseñas a tomar turnos aprenderá autorregulación y a relacionarse con otras personas.

5. Practica cuándo iniciar y terminar. Identifica el momento propicio para iniciar y para finalizar el juego.



© Sesame Workshop, 2021.



¿Listos para jugar?

Selecciona que actividad
quieres realizar hoy:

Aprende las partes del cuerpo

Identifica emociones

Ubica objetos y personas

Descubre los sentidos



CONSEJO NORUEGO
PARA REFUGIADOS

The LEGO Foundation



Financiación original de The LEGO Foundation



EMPEZANDO A
A CAMINAR

Las partes del cuerpo



Toca tus
orejas

Orejas





EMPEZANDO A
CAMINAR

Las partes del cuerpo



Diviértanse jugando a identificar las partes de su cuerpo.

Colócate frente a tu bebé, míralo a los ojos e invítale a jugar.

Inicia preguntándole sobre la ubicación de alguna parte de su cuerpo, por ejemplo: “¿En dónde están las piernas?”

Lleva tus manos a tus piernas para que tu bebé pueda ver el movimiento e invítale a imitarlo.

Después continúa con otras partes del cuerpo.

Cuando notes que ha perdido el interés da por terminado el juego.

 Puedes aprovechar la hora del baño para jugar *Las partes del cuerpo*.

Pregúntale por la parte del cuerpo que vas a lavar y dale oportunidad de que imite el movimiento.

Por ejemplo: “¿En dónde están los pies?” y lávalos mientras le dices: “Aquí están los pies”.

Luego repite la instrucción para que él o ella haga el movimiento de lavar sus pies.

Recuerda que es importante enseñar a tu bebé las partes del cuerpo y su función porque en la medida que las conozca aprenderá a cuidarlas.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
A CAMINAR

Visitando al doctor



Soy la doctora
y voy a revisar
tus manos

Sí ora

¿Puedes
sostener
esto?



EMPEZANDO A
A CAMINAR

Visitando al doctor



Juega con tu bebé mientras le ayudas a identificar para qué sirven las partes de su cuerpo.

Mira a tu bebé a los ojos e invítale a jugar.

Juega a que eres la doctora o el doctor que revisa el cuerpo de un paciente, dile por ejemplo: “Vamos a revisar tus manos que sirven para sostener cosas, ¿puedes sostener esto?” o “vamos a revisar los ojos que sirven para ver, ¿puedes ver mi mano?”

Continúa mencionando diferentes partes del cuerpo y sus funciones.

Cuando notes que ha perdido el interés da por terminado el juego.

 Pueden jugar *Visitando al doctor* al iniciar el día cuando le cambias la ropa o el pañal.

Recuerda que es importante enseñar a tu bebé las partes del cuerpo y su función porque en la medida que las conozca aprenderá a cuidarlas.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
A CAMINAR

A moverse



Vamos a sentarnos
y mover nuestras
piernas arriba y
abajo

a-biba





EMPEZANDO A
A CAMINAR

A moverse



Diviértanse jugando al mismo tiempo que repasan el nombre y la ubicación de las partes del cuerpo.

Mira a tu bebé a los ojos e invítale a jugar.

Colócate frente a tu bebé de manera que pueda ver todos tus movimientos.

Elige y modela un movimiento que él o ella deberá imitar.

Por ejemplo, dile: “Vamos a estirar los brazos y aplaudir arriba de nuestra cabeza”, o “vamos a sentarnos y mover nuestras piernas arriba y abajo”.

Ahora invítale a elegir y modelar un movimiento. Dile: “Es tu turno ¿qué parte de nuestro cuerpo movemos?”

Continúen tomando turnos.

Cuando notes que ha perdido el interés da por terminado el juego.

 Pueden jugar *A moverse* antes de bañarse, de comer o de irse a dormir. Incluso pueden tener una secuencia diferente de movimientos para cada ocasión.

Recuerda que es importante enseñar a tu bebé las partes del cuerpo y su función porque en la medida que las conozca aprenderá a cuidarlas.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
A CAMINAR

¿Qué dice mi cara?



¿Qué cara estoy
haciendo?

Tiste

Ahora tú, haz
una cara



EMPEZANDO A
A CAMINAR

¿Qué dice mi cara?



Diviértanse aprendiendo a identificar y a nombrar diferentes emociones.

Invita a tu bebé a jugar.

Colócate de manera que pueda ver tu cara y tú la suya, o frente a un espejo.

Elige una emoción e invita a tu bebé a hacer un gesto, por ejemplo, dile: “Haz cara feliz”, “haz cara triste”, “haz cara de sorpresa” o “haz cara enojada”. Si no quiere, inicia tú.

Si tu bebé inició haciendo el gesto, respóndele imitando y nombrando la emoción que ese gesto representa.

Si fuiste tú quien hizo el gesto primero, invita a tu bebé a que te imite y diga cómo se llama la emoción que muestra tu cara.

Continúen tomando turnos para hacer gestos y nombrarlos, cuando notes que ha perdido el interés da por terminado el juego.

Recuerda, jugando puedes enseñarle a identificar y nombrar sus emociones.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
CAMINAR

Adivina la emoción





EMPEZANDO A
A CAMINAR

Adivina la emoción



Aprender sobre las emociones es divertido.

Invita a tu bebé a jugar.

Busca algunas fotos familiares, imágenes de revistas o libros en las que los rostros de las personas muestren diferentes emociones, como: felicidad, tristeza, sorpresa o enojo.

Muéstrale una, señala a una persona o personaje y preguntale: “¿Cómo crees que se siente?”

Permite que te responda y aprovecha para explicarle por qué se siente así, por ejemplo: “Ella está muy feliz porque está celebrando su cumpleaños”, o “muy enojada porque derramó la leche”.

Pídele que señale otra persona o personaje y repitan.

Continúen tomando turnos para señalar personas, identificar emociones y sus causas.

Cuando notes que ha perdido el interés da por terminado el juego.

Recuerda, jugando puedes enseñarle a identificar y nombrar sus emociones.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
A CAMINAR

¿Cómo me siento?



¿Cómo te sentiste
cuando no podías
alcanzar a tu oso?



ite

Gritaste, creo
que te sentías
frustrado



EMPEZANDO A
A CAMINAR

¿Cómo me siento?



Identifiquen y nombren diferentes emociones.

Conversa con tu bebé.

Recuérdale alguna situación que haya sucedido durante el día y que le haya provocado alguna emoción.

Pregúntale cómo se sintió, por ejemplo: “¿Recuerdas cómo te sentiste cuando no podías alcanzar un juguete?”

Permite que te responda.

Describe cómo se veía, por ejemplo: “Gritaste, creo que te sentías frustrado”.



Un buen momento para jugar *¿Cómo me siento?* es por la noche cuando se preparan para ir a dormir.

Recuerda, jugando puedes enseñarle a identificar y nombrar sus emociones.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
A CAMINAR

¿En dónde está?



¿En dónde
está?

¡Aquí!

¡Sí, está
adentro de
la caja!





EMPEZANDO A
A CAMINAR

¿En dónde está?



Diviértanse jugando mientras le ayudas a aprender la ubicación de las personas y cosas.

Mira a tu bebé a los ojos e invítale a jugar.

Elige un objeto que llame su atención, escóndelo y preguntale: “¿En dónde está?”

Espera a que responda con un movimiento, gesto o balbuceo.

Enséñale dónde lo escondiste y dile: “¡Mira está aquí debajo de mi mano!”

Ahora invítale a que sea él o ella quien esconda el objeto, anímale a que te pregunte “¿en dónde está?” y a que te indique dónde lo escondió.

Continúen tomando turnos, cuando notes que ha perdido el interés da por terminado el juego.



Pueden jugar *¿En dónde está?* mientras se bañan o están comiendo.

Recuerda, cuando le enseñas a identificar en dónde están las personas y las cosas, estás ayudándole a aprender matemáticas.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
A CAMINAR

Adentro y afuera



Pon tus
juguetes
adentro de la
canasta

Adentro





EMPEZANDO A
A CAMINAR

Adentro y afuera



¡Diviértanse encontrando objetos!

Mira a tu bebé a los ojos e invítale a jugar.

Identifica un par de objetos, uno debe caber dentro del otro, por ejemplo, un recipiente plástico y la tapa de un biberón.

Muéstrale cómo metes y sacas el objeto mientras le dices: “La tapa está adentro” o “la tapa está afuera”.

Ahora permítele explorar los objetos y pídele que ponga el objeto adentro o afuera.

Continúa, cuando notes que ha perdido el interés da por terminado el juego.



Pueden jugar *Adentro y afuera* al ordenar la casa, pídele que ponga sus juguetes dentro de la canasta.

Recuerda, cuando le enseñas a identificar en dónde están las personas y las cosas, estás ayudándole a aprender matemáticas.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
A CAMINAR

Cerca y Lejos





EMPEZANDO A
A CAMINAR

Cerca y Lejos



Jueguen mientras le ayudas a aprender la posición de distintos objetos.

Mira a tu bebé a los ojos e invítale a jugar.

Elige un objeto que llame su atención, acércalo a tu bebé y dile: “Está cerca”.

Permite que responda con un movimiento, gesto o balbuceo.

Aleja el objeto y dile: “Está lejos”.

Permite que responda con un movimiento, gesto o balbuceo.

Después permítele tomar el objeto y pídele que lo ponga cerca y lejos de algo o alguien.

Continúa, cuando notes que ha perdido el interés da por terminado el juego.



Pueden jugar *Cerca y lejos* con sus propios cuerpos, acercándolos y alejándolos.

Recuerda, cuando le enseñas a identificar en dónde están las personas y las cosas, estás ayudándole a aprender matemáticas.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
A CAMINAR

Descubriendo tus sentidos



¿Cómo
sabe?

i-co

Sabe rico

NRC

CONSEJO NORUEGO
PARA REFUGIADOS

The LEGO Foundation

SESAME WORKSHOP

Financiación original de The LEGO Foundation



EMPEZANDO A
A CAMINAR

Descubriendo tus sentidos



¡Jugar es sencillo y divertido!

Mira a tu bebé a los ojos e invítale a jugar.

Identifica algo que llame su atención, acércalo y permítele que lo explore.

Nombra lo que llama su atención e invítale a que lo nombre.

Hazle alguna pregunta que lo invite a explorar el objeto con sus sentidos, por ejemplo: “¿Qué temperatura tiene?”, “¿de qué color es?”, “¿a qué huele?”, “¿cómo suena?” o “¿a qué sabe?”

Permite que responda.

Continúa haciendo preguntas y esperando su respuesta, cuando notes que ha perdido el interés da por terminado el juego.

 Pueden jugar *Descubriendo tus sentidos* mientras le das de comer.

Recuerda, al hacerle preguntas y permitirle explorar le ayudas a comprender el mundo a su alrededor y a desarrollar sus habilidades científicas.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
A CAMINAR

El juego de los animales



Pío-pío

Las aves
vuelan

Sí



EMPEZANDO A
A CAMINAR

El juego de los animales



Diviértanse aprendiendo sobre los animales.

Mira a tu bebé a los ojos e invítale a jugar.

Imita el sonido de un animal, por ejemplo: El ladrido de un perro, el maullido de un gato, el silbido de un ave o el canto del gallo.

Observa su reacción y pregúntale: “¿Qué animal hace así?”

Permite que te responda.

Dile un dato más sobre ese animal, por ejemplo: “Los gatos se bañan con su lengua”.

Elige otro animal, continúa haciendo sonidos y preguntas, cuando notes que ha perdido el interés da por terminado el juego.

 En la medida de lo posible salgan y observen animales. Si no es posible salir puedes mostrarle imágenes en libros o videos.

Mientras observan a los animales hazle preguntas, por ejemplo: “¿Puedes ver sus ojos?”, “¿de qué color es?” o “¿es pequeño o grande?”

Recuerda, al hacerle preguntas y permitirle explorar le ayudas a comprender el mundo a su alrededor y a desarrollar sus habilidades científicas.

© Sesame Workshop, 2021.



EMPEZANDO A
A CAMINAR

¿Cómo está el clima hoy?



Hace calor ¿qué
ropa crees que
debes ponerte?

No sé

Vamos a
ponerte algo
ligero



EMPEZANDO A
A CAMINAR

¿Cómo está el clima hoy?



Aprendan sobre el clima jugando

Mira a tu bebé a los ojos e invítale a jugar.

Mientras lo vistes, pregúntale: “¿Cómo está el clima?”

Permite que te responda.

Después, dependiendo de cómo esté el clima, dile:

“Hoy se siente frío, caliente o se siente húmedo porque está lloviendo”.

Pregúntale: “¿Qué ropa crees que debemos ponernos?”

Permite que te responda.

Después afirma o corrige su respuesta, “así es, vamos a ponernos un suéter o vamos a ponernos un short”.

Si es posible salgan de casa y disfruten del clima.



Pueden jugar *¿Cómo está el clima hoy?* cuando se preparan para salir de casa o puedes mostrarle imágenes en libros o videos y preguntarle: “¿Cómo crees que está el clima ahí?”, “¿qué ropa crees que debemos usar si vamos ahí?”

Recuerda, al hacerle preguntas y permitirle explorar le ayudas a comprender el mundo a su alrededor y a desarrollar sus habilidades científicas.

© Sesame Workshop, 2021.



Bienvenidas familias

Juega todos los días es un programa que fomenta el aprendizaje a través del juego en bebés de 0 a 2 años de edad.

Ponemos a tu disposición sencillas actividades de juego para que las integres a tu rutina, juegues con tu bebé y le ayudes a aprender.

Jugando ayudarás a tu bebé a aprender: las partes de su cuerpo, cómo ubicar en dónde están ciertos objetos, a explorar el mundo a su alrededor usando sus sentidos y a identificar emociones.

Gracias por ser parte de *Juega todos los días*.



© Sesame Workshop, 2021.