



¿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





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.



CAMINANDO

Las partes del cuerpo



Saca la lengua

Cierra los ojos





CAMINANDO

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.

Explícale que tú le preguntarás por alguna parte de su cuerpo y él o ella tendrá que encontrarla. Por ejemplo: “¿En dónde están las piernas?”

Dale oportunidad de que las señale, si no recuerda cuáles son las piernas, tú señala las tuyas diciéndole: “Estas son mis piernas, enséñame en dónde están las tuyas”.

Continúa con otras partes del cuerpo, después permítele dar las instrucciones.

Continúen tomando turnos hasta que él o ella pierda el interés.



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

Pregúntale por alguna parte del cuerpo e indícale que la lave. Por ejemplo: “¿En dónde están tus pies?, recuerda que hay que lavarlos”.

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.



CAMINANDO

Visitando al doctor



Doctor, me duelen las piernas y no puedo caminar ¿me las puede revisar?

Sí señora





CAMINANDO

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 tú eres el paciente y tu bebé la doctora o el doctor.

Menciona alguna parte de tu cuerpo, su función y pídele que te revise.

Por ejemplo: “Doctora o doctor, me duelen las piernas y no puedo caminar, ¿me las puede revisar?” o “me duele los oídos y ahora no puedo escuchar muy bien, ¿me los puede revisar?”

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* usando alguna muñeca o un muñeco de peluche.

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.



CAMINANDO

A moverse



Movemos
la cabeza y
aplaudimos

Cabeza y
a-pauso





CAMINANDO

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.

Piensa en una combinación sencilla de dos movimientos e invítale a moverse contigo.

Nombra las partes del cuerpo y los movimientos que van a hacer.

Muestra la secuencia e invítale a que te imite.


Por ejemplo, dile: “Vamos a movernos”, “brincamos con dos piernas”, “movemos la cabeza de un lado al otro”.

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.



CAMINANDO

¿Qué dice mi cara?



¿Cuándo te sientes feliz?

Feliz

Cuando me abrazas



CAMINANDO

¿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, nombrando la emoción que ese gesto representa y pregúntale: “¿Cuándo te has sentido así?”.

Si fuiste tú quien inició, invita a tu bebé a que te imite y diga cómo se llama la emoción que muestra tu cara y cuéntale sobre un momento en el que te hayas sentido así.

Continúen tomando turnos para hacer gestos, nombrarlos y hablar de los momentos en los que se han sentido así.

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.



CAMINANDO

Adivina la emoción



¿Cómo crees que se siente?

Asustado...

¿Qué lo asustó?



CAMINANDO

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 y señala a una persona o personaje. Pregúntale: “¿Cómo crees que se siente?”

Permite que responda, aprovecha su respuesta para preguntarle: “¿Por qué crees que se siente así?”

Ahora cambien de turno y pídele que señale una persona o personaje y tú dile cómo crees que se siente y por qué.

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.



CAMINANDO

¿Cómo me siento?



¿Qué pasó cuando despertaste de tu siesta y no me viste?

asusté



Sí, te asustaste y lloraste



CAMINANDO

¿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 despertaste de tu siesta y no me viste?”

Permite que te responda.

Describe cómo se veía, por ejemplo: “Lloraste, creo que sentiste miedo”.



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.



CAMINANDO

¿En dónde está?



¿En dónde está?

Abajo

Está abajo del cojín



CAMINANDO

¿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.

Explícale que van a jugar ¿En dónde está?

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

Espera a que responda.

Dile en donde lo escondiste, por ejemplo: “Está debajo de mi mano”.

Después explícale que es su turno y debe esconderlo.

Cuando lo haya escondido, pregúntale: “¿En dónde está?” y permítele que te responda.

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.



CAMINANDO

¿Cómo está el clima hoy?



¿Cómo está el clima?

¡Está lloviendo!

¿Qué ropa crees que debes ponerte?



CAMINANDO

¿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”.

Por último, anímale a imaginar que hay un clima diferente y pregúntale: “¿qué ropa crees que deberíamos usar, por ejemplo, si estuviera lloviendo?”

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 esté 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.