



# Powerful Playtimes

El poder de los juegos



*Powerful Playtimes (El poder de los juegos)*  
cuenta con el apoyo de Eastern Bank.

# El poder de los juegos

El juego es la mejor manera para fomentar el crecimiento y el desarrollo de los bebés y los niños pequeños. Y jugar con su hijo/a ayuda a que se conecten para formar un vínculo sólido y positivo. Pero es difícil para los adultos saber cómo jugar. A continuación les brindamos algunas ideas para jugar.

## Para empezar

**Saca tiempo.** Los juguetes son un material fantástico, pero tú eres lo más importante para tu hijo/a. Dedicar un momento especial para jugar juntos, aunque se trate de solo 5 minutos. El tiempo que pasan juntos es importante.



**Empieza con calma.** Di el nombre de tu hijo/a en voz baja. Toca suavemente su nariz, mejilla, hombro o brazo para llamar su atención. Tu hijo/a sentirá que tú estás listo/a para conectarte con él/ella.

## Ofrece solo la cantidad suficiente.

Demasiados juguetes pueden abrumarlo/a. Ofrece uno o dos objetos para empezar.



## Apoya los intereses de tu hijo/a

**“Hazlo otra vez”.** Quizás tu hijo/a haga lo mismo una y otra vez. A ti puede resultarte aburrido, y eso es normal. La actividad representa un reto para tu hijo/a, y se está divirtiendo. Aliéntalo/a para que lo siga intentando, y céntrate en sentirte orgulloso/a por las cosas nuevas que está aprendiendo.

**“Realmente te gusta hacer esto”.** Tu hijo/a puede jugar más tiempo con un muñeco de peluche que con una pelota. O es posible que ni siquiera quiera jugar con la pelota. Como a ti, a tu hijo/a le gustan ciertas cosas y otras, no. Y estas cosas pueden cambiar con el tiempo. Observa qué cosas le interesan. ¡Y luego busquen cosas que les guste hacer juntos!



**“¡Puedes hacerlo!”** Observa y espera. Todo es nuevo para tu hijo/a, y está aprendiendo cómo funcionan las cosas. Quizás les cueste hacer algo que para ti es muy sencillo. Aliéntalo/a para que lo haga a su manera. Ofrece ayuda o una idea nueva solo después de que lo haya intentado varias veces.



## Diviértete tú también

**Conoce algo nuevo acerca de tu hijo/a.** Aunque tu hijo/a esté haciendo algo sencillo, observa con atención. ¿Lanzó el balón hacia adelante en lugar de hacia atrás? ¿Está haciendo un sonido diferente? Mira su rostro y observa cómo se siente. Cada vez que juegan, tú puedes conocer algo nuevo de tu hijo/a.

**¡Juega tú también!** Mientras tu hijo/a está jugando, juega tú también a su lado. Busca maneras para desafiarse con los juguetes. ¿Puede hacer malabares? ¿O mantener una pelota en equilibrio en la cima de una torre? Tu hijo/a puede mantenerse concentrado/a en lo que está haciendo. ¡O quizás te observe a ti y se entusiasme con tus habilidades!

**Ríanse juntos.** Los niños pequeños hacen cosas graciosas. Los bebés hacen sonidos chistosos. Los niños que recién empiezan a caminar quizás se muevan de forma graciosa. Los preescolares pueden contar una historia que no tiene mucho sentido. Ríete y di: "¡Eso es muy gracioso!" ¡A tu hijo/a podría causarle risa también! La risa es una forma excelente de sentirse bien y crear un vínculo positivo.



**Todo juego estimula el aprendizaje.** Cuando tu hijo/a juega, aprende palabras nuevas, descubre cómo funcionan las cosas, explora maneras de usar el cuerpo y desarrolla la confianza en sí mismo/a. Pero no te preocupes demasiado por lo que está haciendo y aprendiendo. Solo disfruta de jugar con tu hijo/a, porque el tiempo que pasan juntos los ayuda a crecer y desarrollarse.

## Juegos con la pelota

**Preparación.** Siéntate en el piso. Sosten una pelota a la altura de la cara de tu bebé. Sonría y diga: “¡Pelota!” Cuando tu bebé mire la pelota o a ti, ¡Es hora de jugar!

### ¡Trata esto!

**Encuentra la pelota.** Cubre la pelota con la tela. Di: “¿Dónde está la pelota?” Luego, quita la tela y di “¡Pelota!” o “¡Aquí está!” ¿Tu hijo/a busca la pelota? ¡Hazlo otra vez!

**¡Trata de agarrarlo!** Coloca a tu bebé sobre su estómago para que esté boca abajo. Coloca una pelota a una corta distancia de tu bebé para que la vea y trate de tomarla. Señala la pelota y di: “Pelota”. A medida que tu bebé crezca, puede rodar o lanzarse rápidamente para tomar la pelota.



**Ida y vuelta.** Dale una pelota a tu bebé. Deja que la tome de sus manos o póngasela sobre las piernas. Para devolverle la pelota, su bebé podría dársela con las manos, hacerla rodar o dejarla caer. Di: “¿Para mí? ¡Gracias!”. Luego, devuélvele la pelota. “Para ti”. Jueguen a pasarse la pelota una y otra vez.



Si se pierde la pelota, haga una nueva con objetos cotidianos. Estruja un trozo de papel o enrolla una media.



**¡Consejo de seguridad!**  
Coloca a tu bebé sobre su estómago solo cuando esté despierto/a y tu estés vigilando.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

¿Tu bebé mira la pelota? Si la mira,  
¡Dale la pelota para que juegue con ella!  
¿Muestra fastidio, hambre o cansancio?  
Dale a tu hijo/a lo que necesita y  
jueguen en otro momento.



## Practiquen juntos.

Aunque tu bebé todavía no diga palabras claras, sí hace muchos sonidos. Cuando tu bebé diga “ba”, tú repite “ba”. Haz el mismo sonido que tu bebé, ¡Como si estuvieran teniendo una conversación!

## Alienae con un “¡Viva!”

¿Tu bebé hizo rodar la pelota? ¿La levantó y la dejó caer al piso?  
Cuando tu bebé haga algo con la pelota, aplauda y diga “¡Viva!” o “¡Guau!”. ¡Hasta las cosas más pequeñas son logros para tu bebé!



## ¿Por qué hacer esta actividad?

Se necesitan dos personas para pasar y devolver una pelota. Y es una forma fantástica de conectarse con tu bebé. Aunque tu bebé no hable todavía, ¡Esa ida y vuelta con la pelota es una forma de comunicarse entre ustedes!



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS

## Juegos con la pelota

**Preparación.** Haz un poco de espacio en el piso. Mira a tu alrededor y guarda cualquier cosa que podría romperse si la golpea una pelota. Siéntate con tu hijo/a y dile: "¡Vamos a jugar!".

### ¡Trata esto!

**Pasemos la pelota.** Siéntate en el piso enfrente de tu hijo/a. Abre las piernas en forma de "V" y pídele a tu hijo/a que haga lo mismo. Toca los pies de tu hijo/a con los tuyos para que las piernas formen un diamante. Haz rodar la pelota lentamente hacia tu hijo/a. Di: "Te paso la pelota a ti. Ahora, tú me la pasas a mí". Ahora, más rápido.



**Lancemos una pelota.** Coloca un recipiente vacío, como una caja de cartón o un cesto para la ropa, en el piso. Dale a tu hijo/a distintos tipos de balones para que los ponga o los lance dentro del recipiente. "¡Lanza la pelota dentro del cesto!" Lanzar pelotas para que entren en un recipiente es difícil para los niños pequeños. Cuando falle, diga: "¡Caramba! ¡Inténtalo de nuevo!".



**Juguemos a atrapar la pelota.** Propónle a tu hijo/a que intente atrapar la pelota. Lánzale la pelota despacito y di: "¡Atrapa la pelota!". Es muy probable que no logre atraparla porque es algo que necesita mucha práctica. Anímalos a tomar la pelota y que te la lance a ti.



Fabriquen más pelotas con trozos de papel, papel de aluminio y medias. ¡Cuántas más pelotas diferentes tengan, más divertido será el juego!



**¡Consejo de seguridad!** Pueden hacer todas estas actividades al aire libre. Asegúrate de buscar un lugar seguro donde las pelotas no puedan rodar hasta la carretera.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

Cuando tu hijo/a no atrapa la pelota, ¿Qué hace? ¿Se ríe o se molesta? Aprender nuevas habilidades, como atrapar una pelota, puede ser emocionante y frustrante. Es normal que tu hijo/a experimente esas dos emociones.

## Practiquen juntos.

Cuando tu hijo/a no logra atrapar la pelota o la lanza muy lejos de ti, ¿Cuál es tu reacción? ¿Tú te molestas? Tu hijo/a aprende observándote a ti. Respira profundo y sonríe: los errores sirven para que tanto tú como tu hijo/a aprendan.



## Alienta con un "¡Viva!"

Pon la atención en divertirse juntos. ¿Tu hijo/a logró encestar la mayoría de las pelotas en la caja? ¿Casi logra atrapar la pelota? "¡Te felicito! ¡Lo estás haciendo muy bien! Volvamos a intentarlo juntos".



## ¿Por qué hacer esta actividad?

Para jugar a atrapar la pelota se necesitan dos (o más) personas. Y una de las mejores maneras de formar un vínculo con tu hijo/a es jugar juntos. Tú y tu hijo/a pueden aprender mucho cuando pasan tiempo juntos.



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS



## Juegos con la pelota

**Preparación.** Haz un poco de espacio en el piso o salgan al exterior. Pídele a tu hijo/a que ayude a mover las cosas que puedan romperse o estorbar el paso. Haz rodar una pelota hacia tu hijo/a y dile: “¡Juguemos a la pelota!”

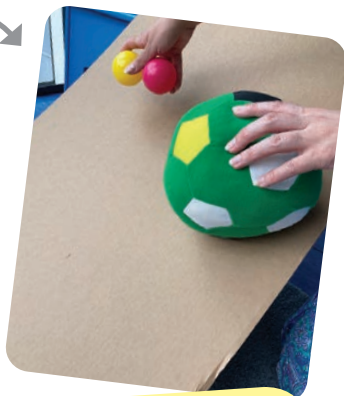
### ¡Trata esto!

**Rodemos, lancemos y pateemos una pelota.** Prueben pelotas de distintas formas y tamaños para ver cómo se mueve cada uno. ¿Qué pelota alcanza la distancia más corta? ¿Cuál rueda mejor? ¿Cuál es la mejor para patear? Haz preguntas como: “¿Qué pelota crees que llegará más lejos?”. Ahora inténtelo juntos.

**Atrapemos y contemos.** Juega a atrapar la pelota con tu hijo/a. ¿Cuántas veces puedes lanzar o patear una pelota ida y vuelta sin error? “¡Contemos juntos!” Puede ser ninguna vez ó 10 veces: ¡No importa! Ríanse cuando pierden una pelota y diviértanse al hacerlo.



**Pelotas y rampas.** Apoyen un objeto plano sobre una silla o sobre el costado de la cama para armar una rampa. Inténtelo con un libro grande, un trozo de cartón o una bandeja de horno. Di: “¿Puedes hacer rodar una pelota por la rampa?” Cambia la altura de la rampa. ¿Qué pueden observar tú y tu hijo/a?



**¡Consejo de seguridad!** Pueden hacer todas estas actividades al aire libre. Asegúrese de buscar un lugar seguro donde los balones no puedan rodar hasta la calzada.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

A tu hijo/a le gusta hacer cosas distintas en distintos momentos. Deja que te muestre cómo quiere jugar. ¿Quiere probar cosas, como experimentar con las pelotas y las rampas? ¿O está preparado/a para un juego con reglas?

## Practiquen juntos.

Hay que practicar mucho para patear, lanzar y atrapar una pelota. Si su hijo/a se molesta cuando no lo logra, ayúdalo/a a encontrar una manera de controlar sus emociones. “Es normal que te enojés. Respira profundo e intentemos de nuevo”.



## Alienta con un “¡Viva!”

¿Tu hijo/a está verdaderamente concentrado/a en lo que intenta hacer? ¡Debes estar muy orgulloso/a! Aliéntalo/a con frases como: “Me encanta ver cómo tratas de hacer funcionar la rampa”.



## ¿Por qué hacer esta actividad?

Saber qué cosas le gustan o no le gustan a tu hijo/a es una parte importante de tu relación. A tu hijo/a puede gustarle el soccer o el básquetbol. O quizás le guste inventar sus propios juegos. A lo mejor le gustan otras cosas que a ti no. Traten de buscar algo que a los dos les guste jugar.



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS

## Juegos con vasos

**Preparación.** Siéntate en el piso y coloca unos vasos delante de tu bebé. Sosten un vaso a la altura de la cara de tu bebé. Sonríe y di: “¡Vaso!” Te darás cuenta de que tu bebé está listo/a para jugar cuando mire los vasos o a ti.

### ¡Trata esto!

**Experimentemos con vasos.** Dale un vaso a tu bebé y di: “vaso”. Observa lo que hace. ¿Lo sostiene o lo agita? Muéstrale cómo colocar dos vasos juntos. Di “adentro” mientras colocas un vaso más pequeño dentro de uno más grande. Di: “afuera” mientras sacas el vaso pequeño. Házlo varias veces. ¿Tu bebé trata de hacerlo?



**¡Hagamos un poco de ruido!** Coloca a tu bebé sobre su estómago para que esté boca abajo. O siéntalo/a entre tus piernas. Golpea un vaso contra el piso para llamar su atención. Luego coloca algunos cerca de él/ella para que pueda alcanzarlos. “¡Pum, pum, pum!” “¡Tac, tac, tac!” Imita los sonidos que hacen los vasos cuando tu bebé los golpea entre sí o contra el piso.



**Vistámonos con un vaso.** Pónte un vaso en la cabeza a modo de sombrero. Mueve la cabeza para hacer caer el vaso: ¡A tu bebé le parecerá chistoso y divertido! Di: “cabeza” y pónle el vaso a tu bebé en la cabeza. Luego di: “pies” y pónle el vaso en los dedos de los pies. Pon el vaso en distintas partes del cuerpo y diga los nombres de las partes.



Si necesitas más vasos, usa cosas que ya tienes. La mayoría de los vasos para beber o recipientes de plástico pueden ser juguetes fantásticos. Asegúrate de que el plástico no sea filoso en caso de que se rompa.



**¡Consejo de seguridad!** Coloca a tu bebé sobre su estómago solo cuando esté despierto/a y tú estés vigilando.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

¿Qué hace tu bebé con los vasos?  
¿Los observa? ¿Los agarra? ¿Pone un  
vaso encima del otro? ¿Qué le interesa  
hacer con los vasos hoy?



## Practiquen juntos.

Si tu bebé toca un vaso con la mano, tú  
tocas el vaso con la mano. Luego, tú haz  
algo con el vaso, como hacerlo rodar.  
Observa si tu bebé hace lo mismo. Es  
normal si no lo hace. Sigue haciendo  
rodar el vaso ¡Y es probable que  
finalmente decida intentarlo!



## Alienta con un "¡Viva!"

Pon la atención en divertirse juntos.  
¿Tu bebé apiló dos vasos? Dale un  
aplauzo. Señala y cuenta: "Un vaso.  
Dos vasos". ¿Se le cayeron los vasos?  
Sin dejar de sonreír, di: "¡Oh, no!"



## ¿Por qué hacer esta actividad?

Tú eres el primer maestro o maestra de tu bebé. Tu bebé hace sonidos con los vasos y te mira. Cuando te mira, te está diciendo: "¡Mira lo que hice!". También te observa para tener ideas nuevas, por ejemplo, cómo poner un vaso encima de otro.



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS

## Juegos con vasos

**Preparación.** Haz un poco de espacio en el piso y siéntate. Sonríele a tu hijo/a. Toma los vasos y di: "¿Qué podemos hacer con estos vasos?".

### ¡Trata esto!

#### Simplemente experimentemos.

Dale los vasos a tu hijo/a todos apilados. ¿Qué hace con los vasos? Podría tratar de separarlos. Y luego volver a apilarlos. "Afuera y adentro. Adentro y afuera". También podría alinear los vasos en fila. Señala y cuenta: "¡Un vaso, dos vasos, tres vasos, cuatro!".



**Creemos sonidos.** Golpea un vaso contra otro. Dale golpecitos con las manos o con unas cucharas. Canta dentro de un vaso pequeño. Ríete dentro de un vaso grande. Coloca un vaso más pequeño dentro de uno más grande y agítalos. ¿Cuántos sonidos pueden crear tú y tu hijo/a?



**Construyamos juntos.** Por turnos, agreguen un vaso a la vez para construir una torre. "Tu turno. Pon este vaso arriba de todo". "Ahora me toca a mí". "Y ahora te toca a ti otra vez". Cuando hayan terminado la torre, propónle a tu hijo/a que la derribe con un "¡Buuu!" y ríanse mucho.



**¡Consejo de seguridad!** La mayoría de los vasos para beber o recipientes de plástico o papel pueden ser juguetes fantásticos. Asegúrate de que el plástico no sea filoso en caso de que se rompa.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

Deja que tu hijo/a te muestre cómo quiere jugar. Quizás mueva los vasos o los cargue. O ponga cosas dentro. O los apile y los tumbe luego. Di: "¡Qué interesante!". No hay una manera "correcta" de jugar con los vasos.



## Practiquen juntos.

Cuando tu hijo/a está construyendo, una torre podría caerse. O tu hijo/a podría derribar una torre que tú estás construyendo; y hacer que tú te frustres. Di: "¡Oh, no!". Luego, respira profundo y di: "No hay problema. La construiré de nuevo".

## Alienta con un "¡Viva!"

Díle a tu hijo/a qué te gusta de lo que está haciendo. "¡Guau! Me gusta el sonido que haces con esos vasos!". Tanto si se trata de la primera vez o la quinta que prueba algo, demuéstrale a tu hijo/a el orgullo que sientes por él/ella.



## ¿Por qué hacer esta actividad?

Los niños pueden hacer muchas cosas diferentes con los vasos. Una excelente manera de conectarte con tu hijo/a es prestarle atención a lo que él/ella hacen y lo que le interesa. Observa su juego. Señala lo que está haciendo. Y conversa con él/ella, aun cuando todavía no maneje muchas palabras.



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS

## Juegos con vasos

**Preparación.** Haz un poco de espacio en el piso o sobre la mesa. Siéntate con tu hijo/a y coloca los vasos delante de ti. Sonríele y di: "¿Qué podemos hacer con esto?"

### ¡Trata esto!

**¡Construye algo!** Dale los vasos a tu hijo/a. Agrega algunos objetos limpios del contenedor de reciclaje, como envases de yogur, tubos de papel higiénico o cajas de cereales. Deja que construya lo que se le ocurra. "Cuéntame qué estás construyendo".



**Hagamos algo de música.** Toma unos palillos o cucharas. Di: "¡Convirtamos los vasos en tambores!". Golpetea la base de los vasos. Usen vasos más grandes y más pequeños para hacer distintos sonidos. Pon música en tu teléfono y únanse a la banda.

### Usemos los vasos como herramientas.

Lleva los vasos al baño o cuando salgan de la casa. Pregunta: "¿Qué puedes hacer con los vasos?". Quizás puedes recoger agua y volcarla. O hacer un castillo de arena. O recoger cosas como hojas y bellotas, y luego colocarlas en distintos vasos para clasificarlas.



**¡Consejo de seguridad!** La mayoría de los vasos para beber de plástico o papel pueden ser juguetes fantásticos. Asegúrate de que el plástico no sea filoso en caso de que se rompa.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

Los vasos tienen muchos usos diferentes. Observa qué hace tu hijo/a con ellos. ¿Los usa para construir algo? ¿Para simular que es otra cosa? ¿Para hacer música? ¿O para algo que a ti no se te había ocurrido?

## Practiquen juntos.

¡Juega a construir con tu hijo/a! O construye algo a su lado. Si se cae lo que construyó, sonríe y diga: "¡Uuuy! No funcionó como había pensado. ¿Se te ocurre qué podría probar para que funcione?"



## Alienta con un "¡Viva!"

Demuéstrale a tu hijo/a que puedes enorgullecerte de ti mismo/a. "¡Vaya! Lo logré. Qué bueno que no me rendí". Es importante que tu hijo/a vea que tu te sientes feliz por tu propio trabajo. Luego, dale las gracias por su ayuda. "¡Gracias por haberme dado una idea tan buena!".



## ¿Por qué hacer esta actividad?

A medida que los niños crecen, los vasos pueden seguir siendo un juguete excelente. Usa la hora de jugar para conversar. Pregúntale a tu hijo/a qué está haciendo. Hazle más preguntas. ¡A tu hijo/a le encantará que tú le muestres interés!



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS

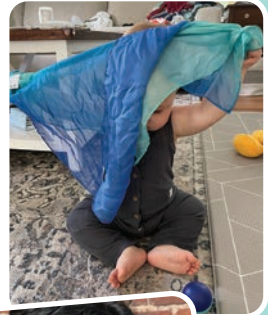


## Juegos con pañuelos

**Preparación.** Siéntate en el piso y sonríe. Agita un pañuelo con delicadeza delante de tu bebé y di: “¡Pañuelo!”. Deja caer el pañuelo al piso para empezar a jugar. Cuando tu bebé mire el pañuelo o a ti, ¡Es hora de jugar!

### ¡Trata esto!

**Lancemos pañuelos al aire.** Arroja un pañuelo al aire. Di: “¡Qué alto!”. Míralo mientras cae flotando al piso. “Abajo, abajo, abajo”. Lánzalo de nuevo al aire. Si el pañuelo cae sobre tu cabeza o la de tu bebé, toma el pañuelo y sonríe. “¡Qué chistoso!”.



**¡Aquí tá!** Sosten un pañuelo delante de tu cara. Luego, descúbrete la cara o deja que tu hijo/a te quite el pañuelo. Muestra sorpresa y di: “¡Aquí tá!”. Házlo de nuevo, pero esta vez, asómate por el costado del pañuelo. A medida que tu bebé crezca, jueguen a que se esconda de ti.



**Baile de los pañuelos.** Canta una canción o pon música en tu teléfono. Agita o haz girar un pañuelo delante de tu bebé al ritmo de la música. Dale otro pañuelo a tu bebé. ¿Lo agarra y agita los brazos, como si estuviera bailando? ¿Alza a tu bebé y bailen juntos con los pañuelos!



¿Quieres usar más pañuelos? Usa servilletas de papel, fundas de almohadas o toallas de mano pequeñas.



**¡Consejo de seguridad!** El juego con los pañuelos únicamente puede hacerse cuando tú estés presente para jugar con tu bebé.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

¿Qué le gusta mirar o hacer a tu bebé?  
¿Quizás disfruta mirar cómo el pañuelo cae flotando al suelo? ¿O quizás le gusta frotarlo suavemente contra su mejilla?  
¿Qué le causa gracia o risa?



## Practiquen juntos.

Tu bebé puede mover el pañuelo de distintas formas. Di "arriba" cuando lo agita hacia arriba. Diga "abajo" cuando lo mueve hacia abajo. Describe en voz alta lo que está haciendo tu bebé para que escuche las palabras que tú le dices.



## Alienta con un "¡Viva!"

¿Tu bebé se sorprende cuando juegan a "Aquí tá"? Entusiásmate con él/ella. Di: "¡Me encontraste!".  
¿Tu bebé agarró el pañuelo que cayó encima de él/ella? Di: "¡Viva! ¡Lo lograste!" para compartir su alegría.

## ¿Por qué hacer esta actividad?

La hora del juego puede generar mucho entusiasmo, pero es importante jugar también con más tranquilidad. Pueden usar los pañuelos para jugar de las dos maneras. Si tu bebé tiene mucha energía, incorpora muchos movimientos para jugar con los pañuelos. Si tu bebé recién se despierta o siente cansancio, hagan juegos más suaves con los pañuelos.



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS

## Juegos con pañuelos

**Preparación.** Haz un poco de espacio en el piso o salgan al exterior. Mueve las cosas que puedan estorbar el paso mientras juegan. Agita un pañuelo delante de tu hijo/a y di: "¡Vamos a jugar!"

### ¡Trata esto!

**Imítame.** Agita un pañuelo por encima de tu cabeza. Alienta a tu hijo/a para que haga lo mismo con otro pañuelo. Di: "¡Agita el pañuelo bien alto!". Ponte el pañuelo en la cabeza a modo de sombrero. Haz que copie tus movimientos otra vez. Haz un movimiento a la vez. Ahora, deja que tu hijo/a proponga los movimientos, ¡Y tú imítalo/a!



### Baile de las estatuas.

Di: "¡Bailemos!". Canta una canción o pon música en tu teléfono. Ahora para la música y di: "¡Estatua! ¡Deja de bailar y no te muevas!". Inténtalo de nuevo. Puede tomarle algunos intentos a tu hijo entender cómo funciona el juego.



**¡Agarra el pañuelo!** Sostén un pañuelo en una mano. Mientras mueves el pañuelo de un lado a otro, di: "¿Puedes agarrarlo?" Agita el pañuelo hacia arriba y hacia abajo. Sacúdolo de adelante para atrás. Muévelo rápido. Luego más lento. Deja que tu hijo/a atrape el pañuelo alguna vez. Otras veces, agítalo a una distancia que no pueda agarrarlo.

En ocasiones puede ser necesario establecer reglas claras cuando juegan juntos. "¡Aaay! Eso duele. No jales de mi pañuelo". Quizás debe recordárselo a tu hijo/a varias veces.



**¡Consejo de seguridad!** No enrosques ni anudes los pañuelos muy ajustados en el cuerpo de las personas. ¡Puede lastimarlas!

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

¿Cómo mueve los pañuelos tu hijo/a? ¿Baila rápida o lentamente? ¿Limita tus movimientos? ¿O trata de crear sus propios movimientos? Tu hijo/a aprende mucho observándote a ti; ¡Y tú también puedes aprender de él/ella!



## Practiquen juntos.

Ser un buen líder es una parte importante del juego y las actividades en conjunto. Alienta a tu hijo/a para que lidere la actividad. Durante el baile de las estatuas, di: "Ahora tú detén la música. Y los dos nos quedaremos quietos". Y deja que controle la música.

## Alienta con un "¡Viva!"

¿Qué te gustó de lo que hizo tu hijo/a? Cuéntale. "Me gustó cuando saltaste con el pañuelo". "¡También me encantó cómo esperaste tu turno para bailar!".



## ¿Por qué hacer esta actividad?

Cuando pasan un buen momento juntos, el vínculo con tu hijo/a se fortalece. Hagan tonterías: usen el pañuelo de sombrero o hagan bailes chistosos. Turnense. Cometan errores juntos. ¡Y ríanse mucho!



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS

## Juegos con pañuelos

**Preparación.** Haz un poco de espacio o salgan al exterior. Pídele a tu hijo/a que ayude a mover las cosas que puedan romperse o estorbar el paso. Lanza los pañuelos al aire y di: “¡Vamos a jugar!”.

### ¡Trata esto!

**Haz como yo.** Párate de modo de quedar frente a frente con tu hijo/a. Sostén un pañuelo en la mano y dale otro a tu hijo/a. Di: “Haz lo mismo que yo”. Luego, haz un movimiento. Agita el pañuelo hacia arriba y hacia abajo. Muévelo en zig zag delante de ti. Alienta a tu hijo/a para que imite tus movimientos. Luego, deja que él/ella proponga el movimiento.



**¡Vistámonos con pañuelos!** Convierte el pañuelo en un disfraz. Póntelo en la cabeza y di: “¡Este es mi sombrero de fiesta!”. O cuélgalo del pantalón de tu hijo/a como si fuera la cola de un animal. Deja que tu hijo/a imagine qué podría ser el pañuelo y jueguen juntos con su creación.



**A la caza con pañuelos.** Busca un espacio abierto para jugar. Persíganse entre ustedes y traten de tocar al otro o “atraparlo” con el pañuelo. O coloca una punta del pañuelo dentro de su bolsillo. Luego, anima al niño/a a perseguirte. Di: “¡Trata de sacarme el pañuelo del bolsillo!”.



**¡Consejo de seguridad!** No enrosques ni anudes los pañuelos muy ajustados en el cuerpo de las personas. ¡Puedes lastimarlas! Supervisa a tu hijo/a para que anude y desanude los pañuelos de manera segura.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

¿Qué tipo de juegos prefiere tu hijo/a? ¿Le gusta el juego imaginativo o los juegos con reglas, como las escondidas? ¿Le gusta jugar haciendo ruido o en silencio? Al observar cómo juega tu hijo/a, te darás cuenta de qué le gusta y qué no.



## Practiquen juntos.

Aprender algo nuevo, como anudar y desanudar un pañuelo no es sencillo. Y tu hijo/a puede frustrarse. Háganlo juntos. Afloja un nudo solo un poquito. O empieza a hacer un lazo para un nudo. "Bueno, yo lo empecé. Ahora térmalo tú".

## Alienta con un "¡Viva!"

Demuéstrale a tu hijo/a que a ti te gusta lo creativo/a que es. Ríanse juntos cuando lleva el pañuelo como si fuera una cola. "¡Qué gran idea! ¡Pareces un gato de verdad!". Tú también puedes llevar el pañuelo como si fuera una cola; ¡Está bien hacer tonterías!



## ¿Por qué hacer esta actividad?

A veces, tú y tu hijo/a pueden tener ganas de correr. En otras ocasiones, pueden querer compartir momentos de más tranquilidad. Los pañuelos son fantásticos para jugar de las dos maneras. Cuando pasan un buen momento juntos, el vínculo con tu hijo/a se fortalece.



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS

## Juegos con muñecos de peluche

**Preparación.** Siéntate en el piso y coloca un muñeco de peluche delante de tu bebé. Sonríe, mueve el brazo del muñeco de peluche y di: "¡Hola!". Cuando tu bebé mire el muñeco o a ti, ¡Es hora de jugar!

### ¡Trata esto!

**De la cabeza a los pies.** Toca la cabeza del muñeco de peluche. Luego, toca la cabeza de tu bebé y di "cabeza". Haz que tu bebé toque el muñeco de peluche. Si le toca los dedos del pie, diga: "dedos". Tócale los dedos del pie a tu bebé y di: "¡Tus dedos!". Di los nombres de otras partes del cuerpo.



**Sonidos de animales.** Haz que tu bebé sostenga el muñeco de peluche. Puedes probar esto cuando el bebé juega boca abajo, cuando está acostado/a boca arriba o cuando está sentado/a sobre sus piernas. Habla con tu bebé. "¿Cómo hace el oso? ¡Grrr!". "¿Qué ruidos puedes hacer tú?".



**Lean juntos.** Siéntate con tu bebé y el animal de peluche sobre tus piernas. Lean un cuento juntos. Usa la patita del muñeco para señalar una imagen. Di: "sol" mientras el osito señala el sol. Cuando tu bebé señale algo, di el nombre de lo que está señalando.



**¡Consejo de seguridad!** Los muñecos de peluche deben usarse durante la hora de juego con el bebé. No los deje junto al bebé cuando se está por dormir o cuando ya está durmiendo.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

¿Tu bebé apunta a la nariz del animal de peluche con cuidado? ¿O lo aprieta y le clava el dedo? Cualquiera de las dos cosas está bien. Recién está aprendiendo a ser cuidadoso/a. Di lo que observas: “¡La nariz del oso!” o “¡Apriétalo!”.



## Practiquen juntos.

Si tu bebé le clavó el dedo en el ojo al animal de peluche, tú puedes quejarte por el peluche: “¡Auch!”. Puedes acariciar el peluche y decir: “Despacito, por favor”. Tu bebé quizá no pueda hablar todavía, pero el peluche puede hablarle.

## Alienta con un “¡Viva!”

¿Tu bebé se entusiasmó con algo que hizo? Di: “¡Viva!” y haz saltar al animal de peluche de alegría. Si tu bebé aplaudió, haz aplaudir también al peluche, y súmate tú también al aplauso. ¡Todos pueden alegrarse juntos!



## ¿Por qué es importante?

Tú eres la primera persona con la que se vincula tu bebé. A algunos bebés les toma un tiempo sentirse a gusto con otras personas. Un muñeco de peluche puede ser un buen primer amigo con el que pueden jugar juntos tú y su bebé.



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS



## Juegos con muñecos de peluche

**Preparación.** Haz un poco de espacio en el piso y siéntate con un animal de peluche. Sonríele a tu hijo/a. Mueve el animal de peluche y di: "¡El oso quiere jugar!".

### ¡Trata esto!

**Emociones de animales.** Pregúntale al animal de peluche cómo se siente. "¡El oso está feliz porque vamos a ir al patio de juegos!". Actúen distintas emociones con tu hijo y el animal de peluche. "¡Mostrémonos felices! Aplaudamos con el oso". Prueben demostrar otra emoción, como la tristeza o el miedo.



**Juego imaginativo.** Propónle a tu hijo/a que representen una rutina familiar con el peluche, como el almuerzo o la hora de la siesta. "El oso tiene mucho sueño. Puedes ayudarlo a prepararse para ir a dormir?". Juntos, tú y tu hijo/a pueden hacer de cuenta que le dan un biberón, le leen un cuento y lo arropan en la cama.

### Juguemos a las escondidas.

Pídele a tu hijo/a que se cubra los ojos con las manos (no importa si espían). Esconde un peluche con la cabeza un poco a la vista para darle una pista. "¿Dónde se fue el oso?". Cuando lo encuentre, vuelve a esconderlo. ¡O deja que lo esconda su hijo/a para que tú lo busques!



En ocasiones, tu hijo/a puede ser un poco brusco/a al jugar con el peluche. Quizás lo arrojen o lo golpeen. Siempre y cuando tu hijo/a no se lastime a sí mismo/a o a otras personas, está bien que expresen sus emociones.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

¿Tu hijo/a le da un abrazo al muñeco de peluche? Quizás él/ella se sienta un poco triste. ¿Juega de manera un poco brusca? Es posible que esté disgustado/a por algo. Observa y pregunta: “¿Estás triste? ¿Necesitas un abrazo?”.



## Practiquen juntos.

Tu hijo/a experimenta muchas emociones distintas. Ayúdalo/a a poner en palabras y en acciones esas emociones. “El oso no para de saltar. ¿Está emocionado porque va a ver al abuelo?”.



## Alienta con un “¡Viva!”

“¡Me gusta cómo ayudas al peluche a cepillarse los dientes!” Felicita a tu hijo/a cuando ayuda o demuestra afecto a los demás, ¡incluso a sus peluches!



## ¿Por qué hacer esta actividad?

Tú le demuestras afecto a tu hijo/a cuando juegan juntos, cuando le prepara el almuerzo, cuando le pone una bandita adhesiva y cuando le dice “Te amo”. Tu hijo/a percibe su demostración de afecto y también lo pone en práctica.

## Juegos con muñecos de peluche

**Preparación.** Haz un poco de espacio en el piso y siéntate con un animal de peluche. Haz saltar al peluche hacia tu hijo/a y di: "¡Vamos a jugar!".

### ¡Trata esto!

**Leamos un cuento.** Propónle a tu hijo/a que les lea un cuento a ti y al peluche. Aliéntalo/a a dar vuelta a las páginas y a contar partes de la historia. Di: "¡El oso quiere saber qué va a pasar ahora!". Es posible que tu bebé aún no sepa leer, pero puede contar la historia observando las imágenes.



**Juguemos a la escuela.** Anima a tu hijo/a a jugar a la escuela. Quizás quiera hacer de maestro/a. Y tú y el peluche pueden ser los estudiantes. "El oso y yo tenemos hambre. ¿Ya es hora de la merienda?". Ayuda a que tu hijo/a los guíe durante el día.

**¡Hora de bailar!** Canta una canción o pon música en tu teléfono. Baila con tu hijo/a y el animal de peluche. Elige una canción más lenta y cambien el ritmo del baile. Ahora escojan una canción más movida. ¿Qué movimientos de baile son buenos para las canciones movidas? What dance moves are good for fast songs?



En ocasiones, tu hijo/a puede ser un poco brusco/a con el animal de peluche. Es normal. A medida que crece, ayúdalo a pensar por qué juega de esa manera. "No estás tratando al oso con mucho cariño en este momento. ¿Estás molesto/a por algo?".

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

¿El animal de peluche está entusiasmado o preocupado por la escuela? ¿Tiene miedo de ir a dormir solo? El juego de tu hijo/a puede darte muchos indicios de lo que puede estar pensando o sintiendo.

## Practiquen juntos.

Un animal de peluche puede ser un gran amigo para tu hijo/a. Si tu hijo/a está disgustado/a, dale un abrazo al peluche. "Ese abrazo me hizo sentir mejor. ¡Gracias, Oso!" Dale el peluche a tu hijo/a. Quizás también quiera darle un abrazo.



## Alienta con un "¡Viva!"

Observa cuando tu hijo/a hace o le dice algo lindo a su animal de peluche. "Le dijiste 'Te quiero' a tu peluche. ¡Eso es algo muy afectuoso!".



## ¿Por qué hacer esta actividad?

Darle tiempo al niño/a para que juegue por su cuenta es muy importante para ambos. Tu hijo/a quizás quiera jugar o hablar con su muñeco de peluche, y no contigo. ¡Eso es normal! Observa, espera y escucha. Está listo/a para cuando sea tu turno de jugar otra vez.

## Juegos con muchos juguetes

**Preparación.** Siéntate en el piso. Coloca dos juguetes delante de tu bebé. Señala cada juguete y di su nombre, como “vaso” o “pelota”. Te darás cuenta de que tu bebé está listo/a para jugar cuando mire los juguetes o a ti.

### ¡Trata esto!

**Encuentra el pañuelo.** Pon un pañuelo en un vaso y di: “adentro”. Saca el pañuelo y di: “afuera”. Ahora vuelve a poner el pañuelo dentro del vaso y dáselo a tu bebé. ¿Trata de sacar el pañuelo del vaso? ¿O trata de empujarlo más adentro? Coloca el vaso con el pañuelo boca abajo en el piso. ¿Tu bebé busca el pañuelo?



**Cosas que ruedan.** Haz rodar una pelota hacia tu bebé. Ahora haz rodar un vaso. Las pelotas y los vasos se mueven de forma diferente, y al hacerlo rodar, el vaso quizás se aleje de tu bebé. ¿Qué hace tu bebé? Prueba hacer esto cuando tu bebé está sentado/a o gateando. O si tu bebé todavía es muy pequeño/a, pruébalo cuando se encuentre boca abajo, sobre su estómago.



**¡Desenvuelve el paquete!** Envuelve una pelota o un vaso con un pañuelo. Deja los extremos del pañuelo con un nudo flojo alrededor del juguete. Dale el juguete envuelto a tu hijo/a. Deja que lo sacuda y tire de él. A medida que el pañuelo se afloje, ¡Descubrirán qué hay adentro! Dile a tu bebé lo que encontró, por ejemplo: “¡Pelota!”.



**¡Consejo de seguridad!** Pon a tu bebé sobre su estómago solo cuando esté despierto/a y tú estés vigilando.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

Dale a tu bebé uno o dos juguetes primero, luego agrega otro más. ¿Observa un tipo de juguete más que otro? ¿Juega más tiempo con uno que con otro?

## Practiquen juntos.

Quando tu bebé juega con distintos juguetes, quizás empuje o te de uno a ti. Di "¡Una pelota! ¿Para mí?". Ahora señala otro juguete diferente y di: "¿Puedes traerme el vaso?". Si tu bebé no lo hace, es algo normal. ¡Recién está aprendiendo y quizás está muy ocupado/a con su juego!



## Alienta con un "¡Viva!"

Quando tu bebé descubre algo, demuéstrale tu entusiasmo. Si encuentra un pañuelo en un vaso, di: "¡Guau! ¡Un pañuelo dentro de un vaso!". ¡Tú sabías dónde estaba el pañuelo, pero tu bebé, no!



## ¿Por qué hacer esta actividad?

Quando le ofreces a tu bebé distintos tipos de juguetes, tiene más maneras de jugar, ¡Y tú encuentras más maneras de conocer a tu bebé! Disfruta del tiempo que pasan juntos. ¡Siente orgullo de cómo está creciendo!



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS

## Juegos con muchos juguetes

**Preparación.** Haz un poco de espacio en el piso y siéntate. Pon dos o más tipos de juguetes distintos delante de ti. Sonríele a tu hijo/a y di: "Hmm... ¿Qué vamos a hacer con esto?"

### ¡Trata esto!

**Simplemente juguemos.** Observa cómo juega tu hijo/a con los distintos tipos de juguetes. ¿Pon los pañuelos dentro de los vasos? ¿O cubre el muñeco de peluche con un pañuelo, como si fuera una manta? Describe lo que está haciendo el niño/a. "¡Pusiste el vaso sobre la cabeza del oso, como un sombrero!"



**Juguemos a derribar.** Juntos, apilen dos o más vasos uno sobre el otro. Hagan rodar un balón para derribar los vasos. "¡Crash!" Inténtenlo de nuevo. "¡Construyamos una torre más alta!"

**Hora del té.** Pon un pañuelo en el piso como si fuera un mantel para un picnic. Haz de cuenta que sirves un poco de té en los vasos. "¿Te gustaría tomar un té?" Ofrece una taza a tu hijo/a y otra al muñeco de peluche. ¿Qué tipo de sabroso bocadillo podrían ser las pelotas?



**¡Consejo de seguridad!** Antes de jugar con una pelota dentro de la casa, mira alrededor y guarda cualquier cosa que podría caerse o romperse si la golpea una pelota.

Deja que tu hijo/a escoja otros juguetes que desee agregar al juego, como bloques o autos. U ofrécele algunos objetos limpios del contenedor de reciclaje, como tubos de papel higiénico o cartones de huevos.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

¿Qué tipo de juegos escoge tu hijo/a? Sus elecciones le dirán mucho acerca de lo que le interesa. ¿Le gusta construir? ¿Le gusta el juego imaginativo? ¿O pasan de un tipo de juego a otro para probar de todo?



## Practiquen juntos.

A veces a tu hijo/a puede resultarle difícil hacer funcionar un juguete de la manera que él/ella quiere. Practiquen pensando juntos. "Me parece que esa pelota es muy grande para ese vaso. ¿Qué otra cosa podrías intentar?". Dale un poco de tiempo para pensar antes de ofrecerle una idea. "¿Quizás puedes probar con una pelota más pequeña?"



## Alienta con un "¡Viva!"

Algunas de las ideas de tu hijo/a quizás te resulten un poco graciosas a ti como adulto. Tú sabes que una pelota no es una manzana, ¡Y tu hijo/a también lo sabe! Pero juntos pueden simular que sí. "¡Buena idea! ¡Eso se ve muy sabroso!".

## ¿Por qué hacer esta actividad?

Es posible que a veces tú estés muy cansado/a u ocupado/a para jugar. En otras ocasiones, tu hijo/a quizás no quiera jugar contigo. Es normal. El solo hecho de estar juntos mientras cada uno hace lo suyo le muestra a tu hijo/a que tú te preocupas por él/ella. ¡Y hacer cosas por su cuenta es parte de crecer!



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS



## Juegos con muchos juguetes

**Preparación.** Haz un poco de espacio en el piso. Apoya dos o más juguetes en el piso y di: "Hmm... ¿Qué vamos a hacer con esto?".

### ¡Trata esto!

**Bolos con vasos.** Juntos, construyan una torre con una base ancha, como una pirámide. Dale una pelota a tu hijo/a. "¿Puedes hacer rodar la pelota para derrumbar nuestra torre?" Ahora construyan una torre alta y finita. Traten de derribarla. Túrnense para construir y derribar torres.



**Mundos imaginarios.** Usen los vasos, los pañuelos y algunos objetos limpios del contenedor de reciclaje para crear un mundo imaginario para un muñeco de peluche. "¿Dónde va a dormir el oso?" "¿Dónde va a buscar comida?" Una caja de pañuelos vacía podría ser una cueva. Un pañuelo podría ser un estanque. "¿Qué otra cosa necesita el oso?"



**¡Pónganse a prueba!** Inventen algunas pruebas físicas. Pon una pelota en equilibrio sobre un vaso y di: "¿Puedes llevarlo al otro lado de la habitación sin que se caiga la pelota?". O traten de saltar tres veces con un vaso sobre la cabeza. ¡Deja que tu hijo invente algunas pruebas para que las hagas tú!



**¡Consejo de seguridad!** Practiquen estas actividades fuera de la casa. Asegúrate de buscar un lugar seguro donde las pelotas no puedan rodar hasta la carretera.

# Mientras juegan...

## Observa atentamente.

¿Un pañuelo se convierte en una amisa para un animal de peluche?  
¿O quizás una piña de la calle se transforma en un árbol en el mundo imaginario de tu hijo/a? Observa las acciones de tu hijo/a y escucha lo que dice. ¡A medida que crecen, tienen muchas ideas nuevas!



## Practiquen juntos.

Usar los juguetes de maneras nuevas y distintas es un modo excelente de poner en práctica la creatividad. Anima a tu hijo/a a que te cuente sus ideas de cómo quiere jugar. "Esa idea parece muy emocionante. ¿Quieres mostrarme?"

## Alienta con un "¡Viva!"

Tu hijo/a tiene muchas ideas. Demuéstrale que a ti te interesan sus ideas. "¡Guau! ¡No se me había ocurrido jugar con la pelota y el pañuelo así! Probemos tu idea".



## ¿Por qué hacer esta actividad?

A veces es bueno jugar con el mismo objeto una y otra vez. Pero también es interesante probar algo nuevo. Mezclar distintos tipos de juguetes puede agregar emoción al juego tanto para ti como para tu hijo/a.



BOSTON  
CHILDREN'S  
MUSEUM



HORIZONS