

# CALENDARIO DE CONSEJOS #HABLARENSEÑAR



¡Hable, lea y cante con sus niños todos los días! Las interacciones simples, como las que están debajo, pueden ayudar a estimular el desarrollo cerebral y de lenguaje de los niños, preparándolos para el éxito en la escuela y más allá. Por favor, comparta las fotografías de su familia hablando, leyendo y cantando usando la etiqueta #ConsejosHablaresEnseñar.

1

Todos nos preocupamos a veces. Hablar con sus niños sobre sus sentimientos es una buena manera de ayudarles a entender y procesar sus sentimientos.

2

Alejen sus preocupaciones con una fiesta de baile. Bailar reduce el nivel de estrés y mejora la capacidad cognitiva.

3

Acurrucarse ayuda a calmar la mente y el cuerpo cuando uno se siente estresado. Escoja un libro y acurrúquese con sus niños para leer juntos.

4

Practique con sus niños a hacer de caritas. "Hagan una cara feliz. Una cara triste". Reconocer las expresiones faciales puede ayudar a mejorar las destrezas socio-emocionales de sus niños.

5

¡A divertirnos! Una canción divertida o un juego absurdo pueden ayudar a que las preocupaciones desaparezcan.

6

Si sus niños están preocupados, valide sus sentimientos. "Parece que están nerviosos por esa cita de juego. ¿Qué creen que los ayudaría a sentirse menos preocupados?"

7

Elogie a sus niños por sus momentos de valentía. "Han sido muy valiente al dormir con la luz apagada".

8

Cuando sus niños estén preocupados por algo, no lo evite. Con su apoyo, podrán enfrentarse a sus miedos y sentirse menos nerviosos la próxima vez.

9

Practiquen juntos las respiraciones profundas del vientre para calmarse cuando las cosas se pongan estresantes.

10

Hable con su niño sobre el clima todos los días. ¿Qué ve en el cielo cuando está soleado, nublado o lluvioso?

11

Diviértanse imaginando que se mueven y suenan como distintos animales. "Croa y salta como un sapo" o "canta o mueve tus alas como un ave".

12

Mientras lavan la ropa, haga un juego de encontrar los pares de calcetines que corresponden con su bebé.

13

Hablen de las figuras a medida que coman meriendas deliciosas y saludables. Comparen la forma de una galleta salada cuadrada o un tomate redondo.

14

Hablen de los colores y la ropa. Diga: "Noté que llevas puesto una camisa roja y un pantalón azul. ¿Qué colores llevo puesto yo?"

15

¡Vayan en una búsqueda de números! Tomen turnos para señalar y nombrar los números que vean en los letreros, en los libros o en la tienda.

16

Jueguen al "Veo, veo..." y tomen turnos nombrando y describiendo las cosas que cada uno de ustedes vean. Diga: "Veo, veo con mis ojitos... un camión rojo grande. ¿Y tú?"

17

Aumente el vocabulario de su bebé usando palabras grandes, como "gigantesco" o "enorme" en lugar de "grande".

18

Dele a su bebé materiales de arte apropiado para la edad, como crayones gruesos y papel para crear arte juntos.

19

¡Reirse es una parte importante de aprender! Hagan juegos divertidos, como "¿Dónde está mi bebé?", o canten canciones infantiles graciosas.

20

Establezca una rutina familiar consistente, como comer juntos tan a menudo como sea posible. Esto fortalece los lazos de afectión y puede estimular el desarrollo socio-emocional de su bebé.

21

¡Diviértase jugando al aire libre con su bebé y hablen sobre lo que ven juntos!

22

Hablen del agua durante un día lluvioso o nevado. ¿Cómo se siente el agua? ¿A qué sabe? ¿A qué suena?

23

Usen sus sentidos para explorar el entorno a su alrededor. ¿Qué ven? ¿Oyen? ¿Huelen?

24

Hable con su bebé sobre su día. ¡Pregúntele qué hizo, cómo se sintió y qué quiere hacer mañana!

25

Pasar tiempo pintando y coloreando con su niño puede desarrollar sus destrezas creativas, motrices y de lenguaje. ¡Pídale que dibuje su alimento o animal favorito!

26

Hable con su niño sobre el clima todos los días. ¿Qué ve en el cielo cuando está soleado, nublado o lluvioso?

27

Hable sobre la ropa y el clima. "¿Qué nos ponemos cuando está frío? ¿Y cuando está caliente?".

28

A su bebé le encanta escuchar su voz. Hablen, lean y canten juntos todos los días.

29

Use colores para expresar los sentimientos. Anime a su niño a que garabatee o que haga un dibujo usando los colores que muestren como se siente. Hablen sobre los colores y los sentimientos.

30

Haga preguntas sobre el arte de su niño. Puede decir: "Noté que usaste el color azul. ¿Por qué?".

