

Actividades para divertirse en casa para peques de 1 a 2 años

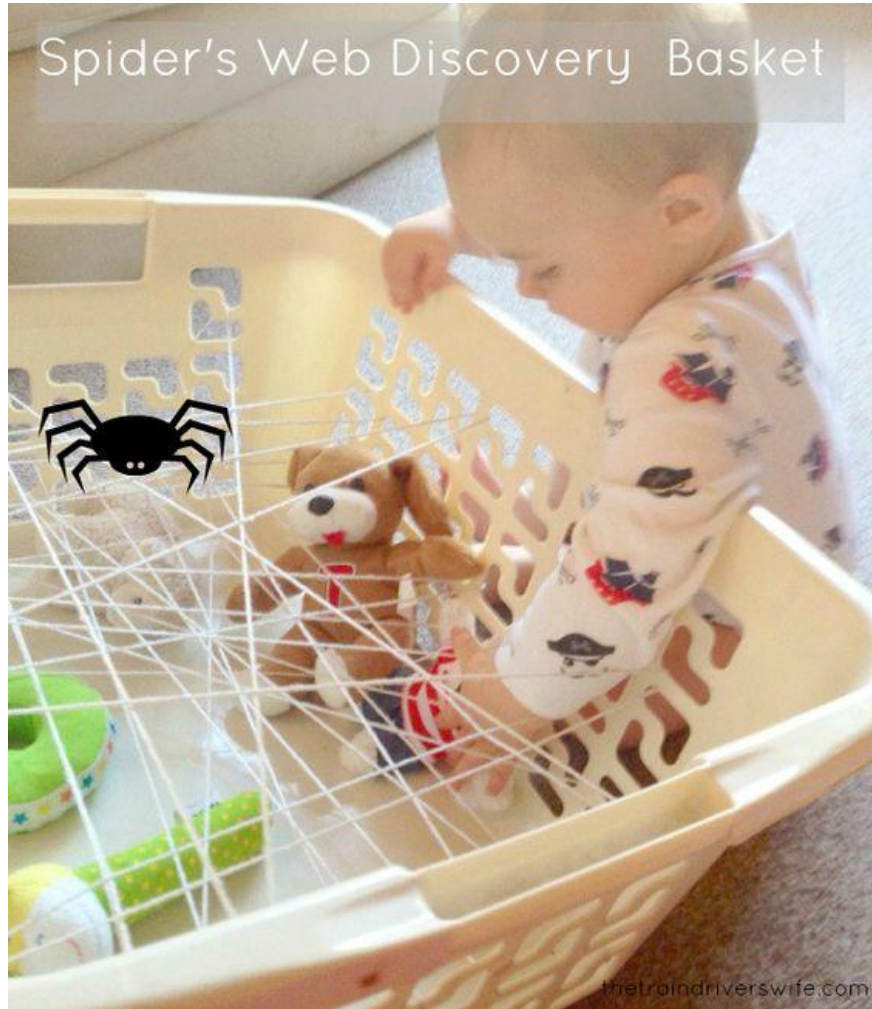


LA TELA DE ARAÑA

¿Qué favorecemos? Motricidad; coordinación óculo-manual; conocimiento del cuerpo y praxias; exploración, atención e interés...

¿Qué necesitamos?

- Cinta de carroceros
- Pelotas de plástico, globos, objetos pequeños... (que se puedan quedar pegados en la cinta de carroceros)



LA CASA DE LA ARAÑA

¿Qué favorecemos? Motricidad; coordinación óculo-manual; conocimiento del cuerpo y praxias; exploración, atención e interés...

¿Qué necesitamos?

- Cesto de tender, caja con agujeros;
- Juguetes pequeños y medianos, que le gusten;
- Lana, cordel, cinta...

Meter los juguetes en el cesto. Se pasa de un lado al otro el cordel o la lana, haciendo una tela de araña.

Utilizar objetos o juguetes que le gusten favorecerá que el niño tenga más interés en la actividad y permanezca más en ella.

LOS TÚNELES DE PARED

¿Qué favorecemos? Motricidad; coordinación óculo-manual; conocimiento del cuerpo y praxias; exploración, atención e interés... ..

¿Qué necesitamos?

- Rollo de papel higiénico o de cocina;
- Bolitas, cuentas, pompones....



BOTES DE GUARDAR



¿Qué favorecemos? Motricidad; coordinación óculo-manual; conocimiento del cuerpo y praxias; exploración, atención e interés, experimentación con diferentes texturas, temperaturas y sonidos, ...

¿Qué necesitamos?

- botes con tapa, donde podamos hacer diferentes aperturas para diferentes objetos.
- corchos, palos del médico, tarjetas o cartas, tapas, conchas pompones, llaves, piedras, pinzas de la ropa, aros de cortina, etc. Utilizad objetos que produzcan diferentes sonidos ya que, el juego se enriquece mucho cuando agitan los botes.

Si vemos que nuestro hijo no es capaz de meter los objetos por los agujeros podemos quitar las tapas y dejarlos abiertos para que juegue a meter y sacar objetos y agitar los botes sin la dificultad de la tapa.



POR EL AGUJERO

¿Qué favorecemos? Coordinación óculo-manual, concentración, atención, motricidad fina, ...

¿Qué necesitamos?

- Un bote de leche/caja que agujerearemos y pajitas.
- Un escurridor y espaguetis.
- Rollos de papel higiénico agujereados y pajitas.

Si domina los colores podemos pintar cada agujero de un color para que clasifique las pajitas por colores.



BOTE SENSORIAL

¿Qué favorecemos? Motricidad; exploración y descubrimiento, relajación, atención e interés...

¿Qué necesitamos?

- Bote con tapa (tipo nesquick, leche o café), que agujerearemos para pasar las cintas. Las cintas tienen que pasar por dos agujeros del bote para que el niño pueda tirar de los extremos y mover las cintas.
- Cintas de colores.
- Cascabeles o pequeñas pelotas para que haga ruido.



La casa Montessori de Julia



CAJAS SENSORIALES

¿Qué favorecemos? Motricidad fina, coordinación óculo-manual, experimentación de diferentes texturas y materiales, descubrimiento de las posibilidades y cualidades de los diferentes tipos de materiales.

¿Qué necesitamos?

Objetos naturales (tronquitos, conchas, piedra, paja, piedras), pompones, depresores, judías, garbanzos, macarrones, hueveras, cucharas, vasos de plástico, moldes de silicona o botellas.

Podemos ver ejemplos en el siguiente tutorial:
<https://www.youtube.com/watch?v=3eeZ2Tw7gbw>

PESCA EN CASA

¿Qué favorecemos? Motricidad; coordinación óculo-manual; conocimiento del cuerpo y praxias; exploración, atención e interés...

¿Qué necesitamos?

- Espumadera, cuchara de cocina, colador, ...
- Pelotas de plástico, piezas de lego o construcciones (que floten o no, da igual)
- Recipientes para dejar lo que va pescando (tuppers, cuencos,...). No es necesario que clasifique por colores.
- Bañera, barreño, recipiente grande, bidé o pila de lavar, con agua...



TIRA-BOLAS

¿Qué favorecemos? Motricidad; coordinación óculo-manual; conocimiento del cuerpo y praxias; exploración, atención e interés...

¿Qué necesitamos?

- Rollo de papel higiénico o de cocina;
- Pelotas de plástico, globos;
- Pulverizador con agua.
- Una tela para cubrir el suelo y evitar resbalones.



LA BOTELLA DE LOS TESOROS

¿Qué favorecemos? Motricidad; coordinación óculo-manual; conocimiento del cuerpo y praxias; exploración, atención e interés...

¿Qué necesitamos?

- Botella de plástico o recipiente con abertura,...;
- Pelotas de plástico, pompones, corchos, piedras, conchas, macarrones,... (que entren por la abertura de la botella)

CUIDADO: Hay que vigilar si los objetos son pequeños y hay riesgo de atragantamiento.



CUADRO DE TEXTURAS

¿Qué favorecemos? Motricidad; coordinación óculo-manual; conocimiento del cuerpo y praxias; exploración, atención e interés.

¿Qué necesitamos?

- Papel transparente de envolver libros dado la vuelta (el lado que tiene pegamento hacia el niño). Si no tenemos este papel podemos poner pegamento en un plástico.
- Papeles de colores, cartulinas, plumas, trozos de goma eva, pompones, hojas de los árboles, palos, pasta, legumbres,... para pegarlo.

Si lo ponemos en una ventana podemos hacer una vidriera y ver las diferentes sombras que forman lo que hemos pegado.



BOTELLAS SENSORIALES

¿Qué favorecemos? Motricidad; exploración y descubrimiento, relajación, atención e interés...

¿Qué necesitamos?

- Botella del mar, tendremos que rellenar primero con agua coloreada (con pintura de témpera o con colorante alimentario), echar los pequeños objetos que queramos, y después se rellena con aceite corporal (tipo Johnson o similar). Cerrar el tapón con pegamento fuerte.
- Botella de colores, se rellena con agua coloreada. Cerrar el tapón con pegamento fuerte.
- Botella de texturas o sonidos, se introducen pequeñas piedras, objetos, cascabeles, pompones... Cerrar el tapón con pegamento fuerte (silicona).



PLASTILINA CASERA COMESTIBLE (MASA DE SAL)

¿Qué favorecemos? Motricidad; coordinación óculo-manual; conocimiento del cuerpo y praxias; exploración, atención e interés, relajación, creatividad,...

¿Qué necesitamos?

- 2 cucharadas de zumo de limón, ½ taza de maicena, 1 taza de agua hirviendo, ½ taza de sal fina, 2 tazas de harina, 2 cucharadas de aceite y colorante alimenticio. (podemos hacerlo sin colorante y disfrutar de la experiencia sensorial igualmente).
- Mezclamos la maizena, la sal y la harina. Le agregamos el agua hirviendo, el aceite y el limón y vamos amasando (cuidado que quema. Podéis esperar unos minutos si hace falta) hasta obtener una masa homogénea. Si os parece pegajosa, dejadla enfriar un poco y veréis que toma mayor consistencia. En este punto, podéis añadir colorante y amasar hasta que se distribuya bien el color.

Se puede guardar en nevera envuelta en papel transparente para jugar más días. Si queremos guardar las figuras, las calentamos al horno y se quedan secas.





PINTURA COMESTIBLE

¿Qué favorecemos? Motricidad fina, coordinación óculo-manual, experimentación de diferentes texturas y sabores, cambios de posición del cuerpo, descubrimiento.

¿Qué necesitamos?

Hay diferentes opciones. Os recomendamos estas dos:

- Agua, maizena y colorante o
- Yogur y colorante
- Una superficie para pintar (también vale suelo o telas ya que es fácil de limpiar)

Si no tenemos colorante no importa, podemos hacer la actividad y disfrutar de la experiencia sensorial. También podemos hacerlo con puré o crema.



EXPERIMENTAR CON HIELO

¿Qué favorecemos? experimentación de diferentes temperaturas, sabores, cambios de posición del cuerpo, descubrimiento.

¿Qué necesitamos?

- Agua y colorante
- Una superficie para pintar como cartón o cartulina (también vale suelo o telas ya que es fácil de limpiar)





EXPERIMENTAR CON GELATINA

¿Qué favorecemos? exploración y experimentación de diferentes texturas, temperaturas y sabores, cambios de posición del cuerpo.

¿Qué necesitamos?

- gelatina
- una superficie sobre la cual experimentar (papel continuo, cartón) y recipientes de distintos tamaños o bandeja

INTERACCIONA CON TU HIJO/A: HÁBLALE RESPONDIENDO A SUS INTERESES

Para favorecer la comunicación afectiva y su aprendizaje del lenguaje observa que le interesa a tu hijo y responde a sus intereses, poniendo palabra a lo que mira, señala, o hace.

¿Cómo lo favorecemos?

- ★ *Mírale cara a cara.* Dirígete a él a menudo y háblale sobre aquello que le interesa o que le llama la atención.
- ★ *Háblale de manera variada y expresiva* con diferente entonación para dar relevancia a las palabras de su interés, usando caras expresivas y gestos con las manos.
- ★ *Imita sus gestos y vocalizaciones* ayudándole a que se dé cuenta de que los sonidos producen un efecto comunicativo a su alrededor.
- ★ *Responde al gesto de señalar de tu hijo/a.* Realiza comentarios sobre el objeto, acción o situación que le llame la atención.
- ★ *Observa las reacciones del niño,* cuando interactuamos debemos dar tiempo a sus reacciones y respuestas, adaptándonos a ellas, estableciendo turnos.



INTERACCIONA CON TU HIJO/A: HÁBLALE A RESPONDIENDO A SUS INTERESES

¿Cómo lo favorecemos?

- ★ *Aprovecha las rutinas diarias (baño, comida...)* para interactuar: tu hijo/a, comenzará a entender lo que va a suceder, aprendiendo a anticipar tus acciones.
- ★ *Intenta generar situaciones comunicativa.* Compartimos con el niño el interés sobre algo que ha pasado o sobre algún objeto. Ejemplos: reaccionar con expectación hacia un imprevisto, pondremos un objeto de su interés en un lugar inesperado; esconderse detrás de una tela para hacer el juego de aparecer y desaparecer.
- ★ *Cántale canciones:*
 - Canciones tradicionales:
<https://www.guiadelnino.com/juegos-y-fiestas/juegos-para-bebes/retahilas-y-canciones-para-jugar-con-las-manos-del-bebe>
 - Canciones con rima y movimiento
https://www.youtube.com/results?search_query=tamara+chubarovsky+canciones
 - Canciones animadas con gestos
<https://www.youtube.com/channel/UCP6YCSvxq2HEX33Sd-iC4zw>



INTERACCIONA CON TU HIJO/A: HÁBLALE A RESPONDIENDO A SUS INTERESES



¿Cómo lo favorecemos?

- ★ *Interacciona con el niño/a a través de los cuentos.* Comenta las imágenes, haz las voces de los personajes, añade canciones, reforzando aquello que le interesa al niño. Algunos cuentos interesantes para la edad son:
 - Cuentos “de la Cuna a la luna” de la editorial Kalandracca: https://www.youtube.com/watch?v=48wFu_Zzxa8
 - Cuentos” Veo veo” de la editorial Edelvives <https://www.youtube.com/watch?v=NTYSOXnTREM>,
 - Cuentos de “Cucú-Tras” de la editorial SM
 - https://www.youtube.com/watch?v=UXBZlsy_4dw&list=TLPQMTgwMzlwMjAIXZhWwDhSDg&index=2

Para ampliar el contenido podéis vistar esta página: <http://antesprimeraspalabras.upf.edu/consejos-para-padres-y-educadores/>

También puede resultaros interesante los vídeos de **Tamara Chubarovsky** sobre comunicación que podéis encontrar en su canal de you tube <https://www.youtube.com/user/TamaraChubarovsky>. Entre ellos, es muy interesante el vídeo de:

“Comunicación efectiva y respetuosa: hablar desde el corazón”: <https://www.youtube.com/watch?v=zaOnDg1rhYc&t=1s>

DESCUBRIENDO EL ESPACIO Y LAS POSIBILIDADES DE MI CUERPO

¿Qué favorecemos? conciencia de las posibilidades motrices de su cuerpo, sus dimensiones, motricidad gruesa.

¿Qué necesitamos? En cuanto empiece a andar, se puede preparar el espacio con materiales que ayude a vuestro hijo/a a explorarlo con su cuerpo.

- Una caja de cartón vacía y tumbada para que pueda entrar y salir. También la pueden convertir en un túnel.
- Un colchón de minicuna para que suba y baje como si fuera un escalón o si pasáis de cuna a cama, podéis empezar por un colchón en el suelo para que pueda tumbarse cuando el niño/a quiera descansar.
- Una cesta grande o caja baja para que pueda entrar y salir levantando un pie.
- Objetos que puedan arrastrar (carritos de bebé, cestas, cajas, sillas).
- Dejar alguna caja vacía a su alcance, a esta edad les gusta sacar cosas de un lugar y llevarlas a otro e incluso, meterse dentro!!!
- Poned unos pocos objetos en el suelo como propuesta de actividad, en cuestión de un momento estarán dispersos por todo el salón, no os preocupéis, ya habrá tiempo para ordenar, esa es otra actividad con ellos. Cuando pierda el interés por esos objetos, guardarlos y ofreced otros. Mucha oferta confunde y desorganiza.



QUIERO HACER LO MISMO QUE TÚ

A esta edad los niños empiezan a mostrar interés por hacer las mismas cosas que hacen sus papás y hermanos, e incluso a veces, quieren hacerlo ellos solos. A esta edad ya son capaces de hacer muchas cosas, solo hace falta paciencia, tiempo y preparar el espacio para que así sea.

Os dejamos algunas ideas:

- ★ **Preparamos el espacio:** se pueden disponer de percheros a su altura, de una banqueta en el lavabo (o poner el jabón y el cepillo de dientes en el bidet). Si es posible, se puede colocar un espejo en el bidet para que el niño/a se pueda ver, dejar un vaso de agua a su altura para que beba cuando tenga sed, pasar de la cuna a un colchón en el suelo para que pueda tumbarse a descansar cuando lo desee.



QUIERO HACER LO MISMO QUE TÚ

- ★ **Colaborar en las tareas de autocuidado:** Los niños/a pueden y quieren colaborar en el lavado de manos, de dientes, el peinado, etc. Aprovecha para enseñarle, alentarle, este interés es fundamental para que no pierda la motivación por su autonomía. Recuerda que somos un gran ejemplo, lo que nos vean hacer valdrá mucho más que nuestras palabras.
- ★ **Colaborar en el desvestido y vestido:** Aprovecha para hablarle y pedirle la ropa, el pañal, que pase a mano por la manga, etc. Tened en cuenta que hacerlo de esta forma os llevará más tiempo hoy, pero mucho menos trabajo en el futuro. Merece la pena dedicarle tiempo.
- ★ **Colaborar en las tareas de la casa:** En casa hay muchas tareas cotidianas que hacer, por qué no incorporarlo en ellas invitándolo/a. Te sorprenderá todo lo que es capaz de hacer: llevar sus zapatos al zapatero, poner la ropa sucia en la cesta, sacar o meter la ropa de la lavadora, remover la masa que estáis cocinando, poner la pastilla del lavavajilla y darle al botón de encendido, ayudar a poner la mesa, pasáros las pinzas de la ropa, ayudaros a regar las plantas, etc.



RUTINA DE LA COMIDA

¿Qué favorecemos? la experimentación de olores, texturas, sabores a la vez que disfrutamos de un momento en familia, la coordinación óculo manual y la motricidad fina.

¿Qué necesitamos?

Un lugar cómodo en el que el bebé pueda comer sólidos (trona, silla con alza, regazo de sus padres).

¿Cómo lo hacemos?

- Le ofrecemos sobre la mesa o trona, alimentos sólidos que el niño pueda ir cogiendo y llevándolos a la boca.
- A esta edad los niños comienzan a ser capaces de agarrar trozos pequeños. Como les gusta mucho practicar, los cogerán con las manos. Dejadles, es un gran aprendizaje.
- También querrán practicar el uso de la cuchara. Ofrecedle los alimentos en un cuenco o plato hondo, de forma que sea más fácil coger la comida. Incluso el yogur lo podés pasar a este tipo de recipiente. Ellos estarán felices y orgullosos de descubrir sus habilidades. Veréis cómo rápidamente van siendo más ágiles y se van manchando menos.
- Cuando seamos nosotros quienes les ofrezcamos alimentos con cuchara, si el niño desea cogerla, dejársela. Y recordar: sonreír!!!



RUTINA DE LA COMIDA



Para que el niño coma solo con posterioridad, necesita mucha práctica, en ese proceso se manchará mucho. Tened paciencia, sonrían y disfruten con él. Igual que ningún niño aprende a caminar sin practicar y caerse, ningún niño aprenderá a comer solo sin mancharse y tirar comida al suelo.

Quizás os puede interesar la conferencia de este pediatra:
<https://www.youtube.com/watch?v=knNSogG4a3I>

Recuerden, la comida tiene que ser un momento agradable para ambos y sin distractores (tablet, móvil o juegos).

El niño tiene que ser plenamente consciente de que está comiendo.