

Los intereses de un niño son

## Ventanas Abiertas a las Oportunidades

para lograr un aprendizaje  
divertido y agradable

# Hamacarse es una actividad de aprendizaje eficaz para muchos niños pequeños



## Lugares para aprender y actividades para disfrutar **EN CASA**

### Adentro de la casa

- A un bebé o a un pequeño que le gusta columpiarse puede ser que responda felizmente al movimiento de mecerlo de acá para allá. Por ejemplo: Mece suavemente a tu bebé en tus brazos, arrúllalo mientras le cantas para se duerma cuando está en la cuna mecedora o en la silla mecedora. Mira si sonríe cuando está sentado en la hamaca automática para bebés.

- Fíjate si a tu pequeño le gusta ver que las cosas se muevan o hacerlas mover. Usa un lazo o un elástico (por lo menos de 1 3/4 pulgadas de ancho) para colgar por encima de la cuna del bebé, o del área de juego o de la sillita alta, una variedad de



objetos o juguetes que no lo vayan a lastimar. Deja que el pequeño descubra por sí mismo cómo hacer para alcanzarlos con las manos o con los pies para que se muevan. Felicítalo

por sus intentos. Dale tiempo para que se dé cuenta que es él el que causa el movimiento de las cosas.

- Si al bebé también le gusta la música, escuchen música juntos o toca un instrumento musical mientras se mece. Trata de escoger una melodía que concuerde con el ritmo del vaivén del columpio.
- Deja que tu pequeño te imite. Que empuje a sus muñecos o juguetes de peluche en su columpio.

### Al aire libre

- Sienta a tu niño en tu regazo o siéntense juntos en el columpio o en una mecedora para leerle cuentos en voz alta.
- Cuelga afuera de tu casa, de forma segura, un columpio para bebés. Por ejemplo: Del techo del porche, de una rama fuerte de un árbol, o de una estructura del patio de juego. Mientras empujas a tu pequeño/a disfruten de las siguientes actividades:
  - Empuja el columpio por adelante para que tu bebé pueda verte e interactuar contigo.
  - Charla, canta, recita poesías y rimas, canta "rap", etc., al ritmo del vaivén del columpio.
  - Cada vez que el columpio viene hacia ti, hazle cosquillitas en los dedos de los pies (o cualquier otra cosa que le guste).
  - Déjalo que te toque con sus pies (o que agarre con las manos un pañuelo o un juguete) cuando el columpio viene hacia ti.

# Lugares para aprender y actividades para disfrutar **FUERA DE LA CASA**

## En el parque o en la plaza

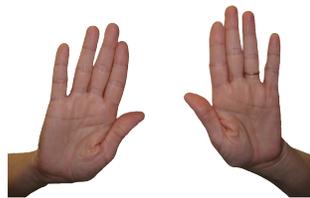
- Mientras tu bebé juega en el columpio/hamaca, usa “conceptos opuestos” para describir sus movimientos en el columpio. Como por ejemplo: *alto/bajo, rápido/lento, arriba/abajo y para adelante/para atrás.*
- Mientras le hablas a tu bebé sobre cómo es hamacarse/columpiarse, puedes usar el lenguaje de señas con las manos (*American Sign Language, en inglés*). Felicítalo/a por imitar las señas y usarlas para comunicarte lo que él/ella quiere que hagas cuando está en el columpio. Algunas señas fáciles de aprender son:

- **Columpio/hamaca**—Junta el dedo “corazón” y el dedo “índice” de la mano izquierda extendidos horizontalmente como si fueran el asiento de un columpio. Dobla el dedo “corazón” y “el índice” de la mano derecha sobre los de la mano



izquierda como si fueran “las piernas” sobre “el asiento”. Mece las manos como si fueran un columpio mientras dices “columpio”.

- **Empujar**— Pon ambas manos hacia adelante con las palmas hacia afuera. Muévelas



como si empujaras un columpio mientras dices la palabra “empujar”.

- **Arriba**—Con el dedo “índice” de la mano derecha, señala hacia arriba y di “arriba”.



- **Abajo**—Con el dedo “índice” de la mano derecha, señala hacia abajo y di “abajo”.



- **Más**—Curvando los dedos de ambas manos haz que las puntas de los dedos de cada mano se toquen suavemente, luego apártalas y vuelve a juntar las manos hasta que los dedos se vuelvan a tocar, mientras dices “más”.



- Hamáquense juntos. Prueba distintas posiciones para macarte. Ej.: Sienta a tu pequeño/a en tu regazo cara a cara o mirando hacia adelante mientras se columpian.
- Deja que tu pequeño/a tenga la oportunidad de ser hamacado/a por otro niño u otra persona mayor mientras tú los vigilas. De este modo, podrá interactuar con otra persona, escucharla hablar y hasta tal vez oír unas canciones o rimas nuevas.
- Mientras están juntos en el columpio/hamaca jueguen juegos fáciles de jugar, como por ejemplo:
  - Jueguen a “Las palmitas” mientras tu pequeño se mece. Recita cada verso y cada vez que tu pequeño se mece hacia ti, golpéense las palmas (las tuyas con las de él).
  - Jueguen a “¿A ver cuán alto puedes volar?” mientras tu pequeño/a “vuela” hacia ti en el columpio, extiende tus manos hacia adelante y que tu pequeño/a las toque con los deditos de sus pies. “¿Puedes volar así de alto? ¡Bravo! ¡Mira que alto que vuelas!

## Durante los viajes

- Cuando salgan de viaje presta atención haber si ves diferentes lugares donde tu pequeño puede columpiarse/hamacarse.
- He aquí algunas posibilidades: descansar contigo en una hamaca de tela; jugar con otros niños en el parque en un columpio hecho con una llanta de un auto; o que lo cargues en brazos o lo ayudes a caminar sobre un puente colgante que se mueve con cada paso que da.

