

# JUEGA CONMIGO

ACTIVIDADES PARA  
APRENDER Y COMUNICARSE



DE **1** A **2** AÑOS

## **JUEGA CONMIGO: ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE CON TU HIJO DE 1 A 2 AÑOS**

© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF),  
oficina del país de la República Dominicana, junio 2019.

Instituto Nacional de Atención a la Primera Infancia (INAIFI)  
Servicio Nacional de Salud (SNS)  
Ministerio de Salud Pública (MSP)  
Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD)

### **Autora**

Lourdes Pérez, consultora UNICEF

### **Ilustraciones**

Yatxel Sánchez

Para reproducir cualquier parte de esta publicación es necesario solicitar una autorización. Para obtener más información, diríjase a: UNICEF República Dominicana, Casa de las Naciones Unidas, Av. Anacaona 9, Mirador Sur, Santo Domingo, República Dominicana. Teléfono: (809) 473-7373.  
Correo: [santodomingo@unicef.org](mailto:santodomingo@unicef.org)  
[www.unicef.org/republicadominicana](http://www.unicef.org/republicadominicana)

Segundo año de vida  
DE 12 A 24 MESES

# JUEGA CONMIGO



ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE

# Las guías **JUEGA CONMIGO**

Los niños y niñas crecen muy rápido.

Mientras crecen, hay señales que te dicen cómo van progresando.

Si observas a tu hijo o hija, verás estas señales.

Cada uno crece y se desarrolla a su propio ritmo.

Para aprender, todos necesitan un buen cuidado. Algunos lo logran sin ayuda, otros necesitan un empujoncito.

Bríndale desde que nace el cuidado y atención que necesita, así le ayudas a tener el mejor comienzo en su vida.

Estas guías apoyan y orientan a la familia para que se organice en el hogar y ayude a su niña o niño a crecer y progresar.

Algunos pueden tener dificultades de salud y en su desarrollo. El cariño, el buen cuidado y alimentación y la protección en el hogar lo ayudarán a superarlas.

Es muy importante llevar a tu hija o hijo a todas sus citas médicas y a ponerle sus vacunas. El doctor también debe saber si se enferma, cómo progresa y cómo se alimenta.

Estas guías te explican cómo ayudarlo a crecer y progresar. Además, te enseñan a reconocer las señales de su progreso mientras crece.

Tu amor y cuidado son **muy** importantes para el progreso de tu hija o hijo.

## Cómo se organizan las guías

Hay 5 guías, cada una de diferente color. No tienes que leerlas todas de una vez. Ve leyendo la que va con su edad.

 Desde el embarazo hasta el nacimiento.

 Desde el nacimiento hasta 1 año.

 De 1 a 2 años.

 De 2 a 3 años.

 De 3 a 5 años.

Cada guía tiene juegos para jugar con tu niño o niña. Cuando aprende un juego, lo puede seguir jugando en los meses siguientes si lo necesita.

## Tu niña o niño aprende en casa desde sus primeros días

Los juegos que juegas a diario con él o ella le ayudan a crecer, aprender, progresar y divertirse. Estas guías te enseñan a jugarlos.

Si no logra hacer algunas de las cosas que dicen las guías, recuerda que cada niño es diferente. Continúa intentando y habla con el doctor para que te oriente.

# Observa a tu hijo o hija de 1 año a 1 año y medio

- ▶ Gatea para moverse y para investigarlo todo. Ya camina o trata de caminar solito y sin sujetarse.
- ▶ Cuando encuentra obstáculos o muebles en su camino, se arrastra pasando entre ellos o por encima.
- ▶ Sube y baja escaleras con ayuda.
- ▶ Agarra cosas usando sus dedos índice y pulgar como si fueran una pinza. Así, entra cositas pequeñas en una botella.
- ▶ Todo lo investiga para descubrir cómo es y cómo funciona. Usa las cosas como palanca, las mete, saca, enrosca, golpea, pateo, tira y agita para que suenen.
- ▶ Sigue instrucciones sencillas, por ejemplo: **busca tu zapato, llévale esto a papá, sube los brazos para quitarte la blusa**. Para comunicarse, usa más de 5 palabras.
- ▶ Hace señas o dice una palabra cuando desea o necesita algo. Por ejemplo, extiende la mano para pedir o para que le hagan caso. Dice **agua** o **leche** cuando las quiere.
- ▶ Dice **NO** cuando algo le disgusta, para que alguien se aleje de sus cosas o se vaya. Y también palabras como **mío, dame** y **adiós**.
- ▶ Hace garabatos con lápiz y papel. Hace torres con 3 o 4 cubos.
- ▶ Come solito algunas cosas. Bebe de una taza, come galletas y pedazos de fruta del plato. Usa la cuchara con dificultad.
- ▶ Te muestra claramente si está alegre, triste, enojado o con miedo.

1 AÑO  
A 1 AÑO  
Y MEDIO



## La caja de tesoros

Para que tu niña o niño practique usar sus ojos y manos al mismo tiempo.

### ¿Qué necesitas?

Envases de distintos tamaños, formas y colores. Por ejemplo: tazas plásticas, botellas de agua, champú o crema; pots de aceitunas, botellitas, tapas de cantinas, cajitas de fósforos y juguetes.

Todo debe estar muy limpio y ser de un tamaño que no se lo pueda entrar en la boca. Además, dos cajas para guardar, también pueden ser poncheras.



## ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE

- ▶ Siéntate en el piso con tu hija o hijo, con las cajas enfrente. Una vacía y la otra con todos los envases dentro.
- ▶ Comienza a pasar objetos a la caja vacía. Hazle caras y sonidos de sorpresa y de placer.
- ▶ Luego deja que el niño o niña lo haga. Observa cómo agarra cada uno de diferente forma.
- ▶ Puede pasar que cambie el juego y comience a tirar los envases o a golpearlos unos con otros.
- ▶ Observa como juega y cuida que no se golpee con los envases o tapas.
- ▶ Anímalo para que guarde todo en una sola caja. Cántale: ***A guardar, a guardar, los juguetes a guardar...***



Caja



Vaso



Plato



Jarro



Cuchara



Recipientes

## Juego de luz y sombras

Para que tu niña o niño ejercite su vista y pueda atender cada vez mejor. También lo ayuda a tener más seguridad.

### ¿Qué necesitas?

Un foco y una habitación a oscuras.



## ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE

- ▶ Recuéstate con tu hija o hijo en el piso o en la cama. Quédate muy cerca y háblale para que sienta tu presencia.
- ▶ Enciende el foco y dirige su luz al techo.
- ▶ Mueve la luz para hacer que la mire. Alumbra las cosas que están cerca para que las pueda ver con solo voltear la cabeza.
- ▶ Levanta tu mano y alúmbra la para que la sombra se vea en el techo.
- ▶ Sigue con este juego mientras tu hijo o hija va creciendo. Poco a poco le agregas pasos más difíciles. Por ejemplo:
  - ▶ que siga la luz gateando o caminando;
  - ▶ que diga los nombres de las cosas que iluminas;
  - ▶ recorta figuras de cartón para que juegue con las sombras que se forman.



## De paseo

Para que tu niña o niño ejercite sus sentidos de la vista, del oído, del olfato y del tacto y conozca mejor la naturaleza.

### ¿Qué necesitas?

Llevar a tu hija o hijo a un parque donde pueda moverse sin peligros. Háblale sobre las cosas que hay en el parque, trata de que se fije en ellas.



## ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE

- ▶ Ayúdale a trepar y bajar de rocas y troncos. Que se cuelgue con sus brazos de una rama y que brinque con las dos piernas desde una roca o banquito.
- ▶ Ayúdale a meterse debajo de ramas o de bancos. Cuida que no se haga daño, protege su cabeza o su cuerpo con tus manos.
- ▶ Primero, asegúrate de que no hay peligros en el lugar, ni nada que pueda hacerle daño en las manos o los pies. Luego, haz que persiga una pelota gateando. Si es posible, quítale los zapatos para que sienta la grama, el suelo, la arena o la tierra con sus manos y piernas.
- ▶ Muéstrale los animales y los insectos que hay. Haz que sienta el calor del sol, el fresco de la sombra, la caricia de la brisa.
- ▶ Si hay más niños y niñas jugando, deja que los mire y que juegue con ellos, si es posible. Deja que otros adultos le sonrían y le hablen. Son formas de compartir con los demás.
- ▶ Nunca lo dejes solo mientras comparte con otras personas en el parque.

## Jugando con palitos de ropa

Para que tu niña o niño pueda usar sus manos cada vez mejor y coordinar los movimientos de sus ojos y sus manos.

### ¿Qué necesitas?

Palitos de ropa de diferentes colores, una cantina y una botella plástica vacía y limpia. Este juego se juega dentro o fuera de la casa. Debes estar siempre muy pendiente para que no se entre los palitos en la boca, la nariz o los oídos.



## ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE

- ▶ Primero, sienta a tu niño o niña frente a ti.
- ▶ Coloca en medio la botella vacía y la cantina llena con los palitos.
- ▶ Haz que te atienda, coge un palito y échalo en la botella. Repite esto 3 o 4 veces.
- ▶ Luego deja que juegue como quiera con los palitos y la botella.
- ▶ Si no logra meter los palitos, ayúdale dirigiendo sus manos.
- ▶ Recuerda que es un juego. No lo regañes. Dile, por ejemplo: **otra vez, vamos a hacerlo juntos, ¡muy bien!** Apláudelo, dale besitos y dile palabras cariñosas.



Botella plástica



Recipiente



Pinzas de ropa

## Cantando y haciendo caras

Para que tu niña o niño se divierta cantando y practicando las emociones.

### ¿Qué necesitas?

Canciones infantiles. Puedes jugar este juego a la hora del baño o mientras tomas un descanso.



## ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE

- ▶ Sienta a tu hijo o hija frente a ti. Comienza a aplaudir con ritmo.
- ▶ Cántale una canción infantil y haz como si lloraras mientras cantas. Puedes estrujar tus ojos y continúa aplaudiendo para que tu niño o niña sepa que no lloras de verdad.
- ▶ Luego canta la misma canción como si estuvieras muy enojada y sigue aplaudiendo.
- ▶ Después, cántala otra vez moviendo tus ojos, abriendo grande tu boca, y riéndote muy duro mientras aplaudes.
- ▶ Haz lo mismo con otra canción y trata que él o ella lo haga contigo. Si conoce las canciones, posiblemente imite los sonidos y el ritmo.

# Observa a tu hijo o hija de 1 año y medio a 2 años

- ▶ Usa más de 10 palabras, sin que nadie le diga. Reconoce y nombra al menos 5 partes del cuerpo.
- ▶ Reconoce a todos los miembros de su familia y a personas de su comunidad. Y cuando los ve, se alegra o se disgusta.
- ▶ Come solito con más facilidad que antes y usa taza, vaso y cuchara.
- ▶ Comprende algunas emociones de los demás, como alegría, tristeza, enojo, sorpresa o miedo.
- ▶ Hace que pasen cosas. Por ejemplo, le echa leche a una galleta para ablandarla, o tira una pelota por la mesa para verla rodar.
- ▶ Tira y pateo la pelota. Pasa objetos de un envase a otro. Se sube a una silla.
- ▶ Va de un lugar a otro haciendo distintos movimientos. Por ejemplo, le pasa por el lado a algo que está en su camino, sube y baja escaleras, camina o corre rápido o despacio, trepa, se mete debajo de los muebles o en huecos.

1 AÑO Y  
MEDIO  
A 2 AÑOS

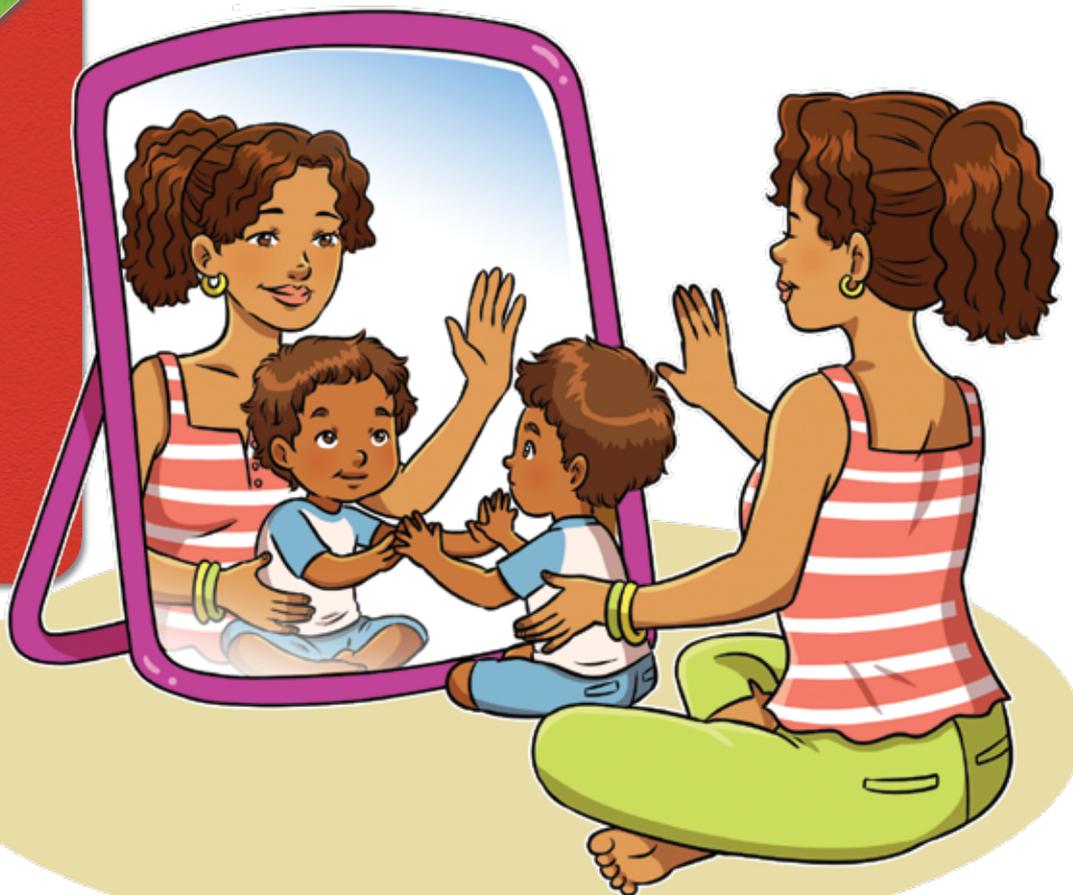


## A jugar con espejo

Para que tu niña o niño aprenda a reconocer las distintas caras y emociones. También, a aprender más nombres de las partes del cuerpo.

### ¿Qué necesitas?

Un espejo y música.



## ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE

- ▶ Ponte frente a un espejo con tu hijo o hija. Le fascina verse en el espejo, igual que verte a ti.
- ▶ Quédate cerca de él o ella para que quepan en el espejo. Hagan caras y ruidos con la boca; de risa, de llanto, de miedo, de sorpresa.
- ▶ Pon música o canta. Muevan los brazos, los pies, la cabeza y el cuerpo al ritmo de la música. Cuando la música se pare, ustedes se paran. Dile: **muéstrame tu nariz, ¿dónde está tu mano?, ¿y tu cabeza?, muéstrame tu brazo, ¿y tu pie?** Vuelve a poner la música o a cantar.
- ▶ Invita a otros miembros de la familia, para que pongan la música y se cambien contigo frente al espejo.



Espejo de plástico



Reproductor  
de música



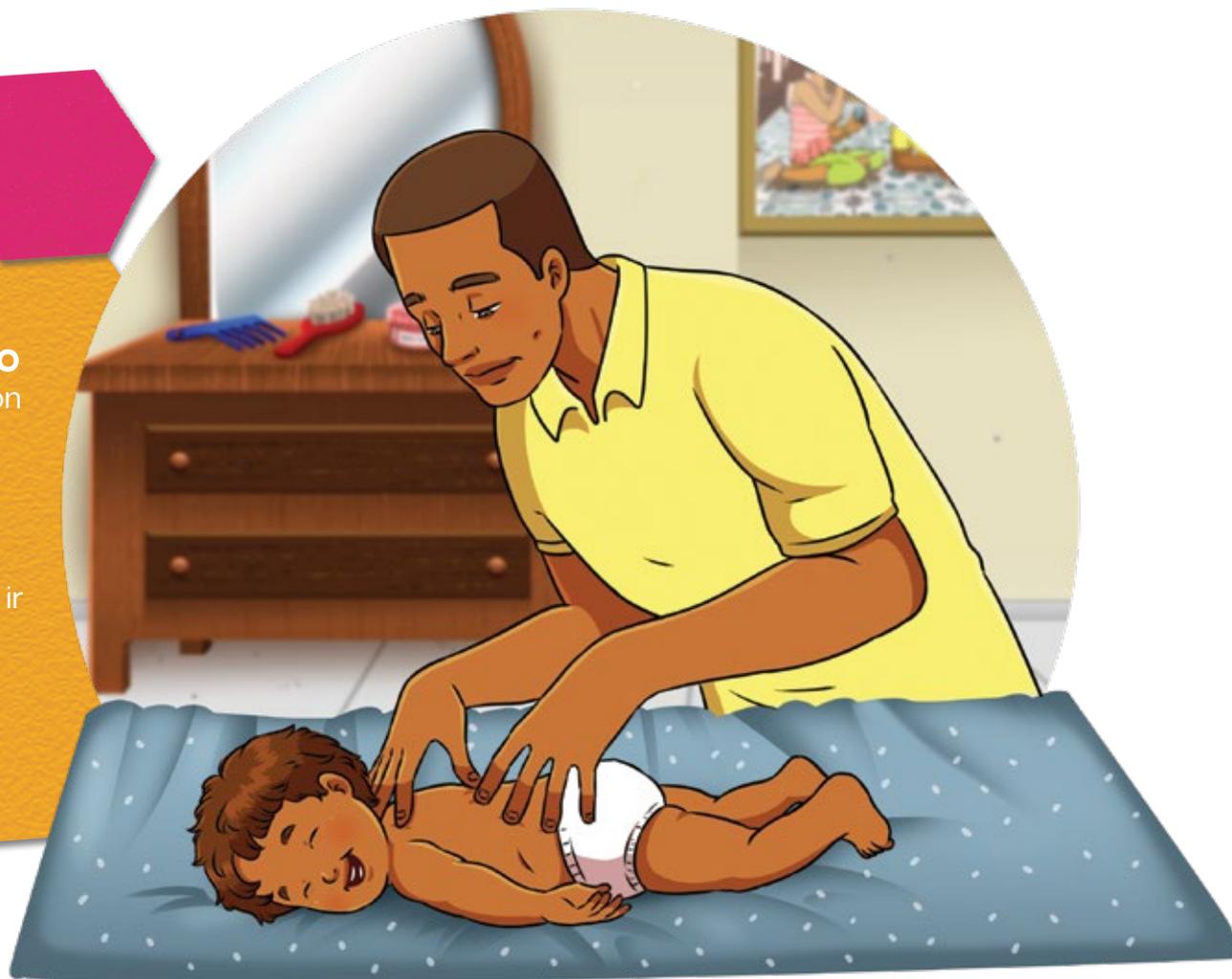
Pañito

## El masaje del campo

Para aumentar la comunicación con tu niña o niño.

### ¿Qué necesitas?

Recordar este juego antes o después del baño o la hora de ir a dormir.



## ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE

- ▶ Acuesta a tu niña o niño boca abajo y comienza a hacerle el cuento del masaje del campo.
  - ▶ **Salí de mi casa, me fui al campo.** Con tus dedos mayor e índice haz como que caminas sobre su espalda.
  - ▶ **Allí había hormigas.** Pasa las yemas de tus dedos suavemente por su espalda. **Algunas caminaban lento y otras iban muy rápido.**
  - ▶ **También había gusanitos.** Imita su movimiento con tus dedos sobre su espalda. **Ellos se arrastraban lentamente.**
  - ▶ **Después encontré saltamontes.** Imita los brincos del saltamontes.
  - ▶ **Se divertían mucho, sin molestar a las hormigas.** Haz los movimientos de las hormigas.
  - ▶ **Y sin molestar a los gusanos.** Haz los movimientos de los gusanos.
  - ▶ **Luego, un conejo llegó brincando por todos lados.** Con tu puño cerrado, dale suaves golpecitos en la espalda.
  - ▶ **Y las hormigas, los gusanos y los saltamontes huyeron para que el conejo no los pisara.** Haz cada movimiento con tus dedos sobre su espalda.
- ▶ Al terminar el cuento, cambian de posición. Ahora le toca a tu niño o niña darte el masaje, mientras le haces el cuento otra vez.

## Amasar y moldear

Para que tu niña o niño se divierta usando materiales de la cocina y use su mente, su vista y sus manos para hacer que pasen cosas.

### ¿Qué necesitas?

Harina de trigo, agua, hojas de árboles, tenedor y cuchillo desechables, hoja de periódico, tazas y platicos plásticos.



## ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE

- ▶ Con la harina y el agua prepara una masa como para empanadas.
- ▶ Puedes agregar colores vegetales al agua. Échale bija para el naranja y batido de hojas para el verde.
- ▶ Con tu hijo o hija jueguen a amasarla. Hagan bolitas y palitos. Aplástenla con las palmas de sus manos. Corten la masa y háganle marcas con el cuchillo y el tenedor.
- ▶ Peguen pedazos de masa sobre las tazas y platicos.
- ▶ Usen hojas de árbol para hacer diseños sobre la masa.
- ▶ Envuelvan bolitas de masa en periódico y miren como sus colores se quedan pegado a la masa.



Harina



Aceite



Sal



Hoja



Tenedor y cuchillo  
desechable



Plato



Periódicos  
y revistas

## Soplar - soplar

Para que tu niña o niño ejercite las partes de su cuerpo que necesita para hablar.

### ¿Qué necesitas?

Una vela, fósforos, bolitas de algodón y de papel.  
Un vaso con agua de jabón y un calimete. En este juego siempre debe haber un adulto que vigile.



## ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE

- ▶ Enciende la vela y enséñale a soplar hasta apagarla. Sopla despacio y con suavidad para que él o ella pueda ver cómo colocar sus labios. Haz que sienta la brisita cuando soplas en su mano. Se va a divertir viendo que hay luz y luego no hay.
- ▶ Vuelve a encender la vela, a una distancia segura de tu niña o niño, y dile **ahora, sopla tú.**
- ▶ Luego, hagan lo mismo con las bolitas de algodón y de papel, poniéndolas sobre un plato cerca de su carita. Se divertirá al verlas moverse.
- ▶ Coloca un calimete en el vaso con agua de jabón y sopla para que se hagan burbujas. Luego sopla al aire para que vuelen las burbujas. Cuida que no le caigan en los ojos.



Vela



Fósforos



Bolitas de algodón



Papel



Agua



Jabón

## Conversemos

Para que tu niña o niño se anime a usar más palabras para comunicarse.

## ¿Qué necesitas?

Recordar sacar un momentico para este juego.



- ▶ Hazle preguntas sencillas sobre lo que hace, lo que ve o escucha.  
Por ejemplo: *¿qué estás comiendo?, ¿qué ves por la ventana? o ¿qué puedes escuchar ahora mismo?*
- ▶ Respóndele siempre, siempre, siempre, cuando trate de conversar contigo o te pregunte algo. Eso lo ayuda a hablar más.
- ▶ Siempre que hables con tu niña o niño, míralo. Al hablarle, siéntate o agáchate frente a ella o él, así pueden mirarse mejor.

**JUEGA CONMIGO**  
ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE



DESDE EL EMBARAZO HASTA EL NACIMIENTO

**JUEGA CONMIGO**  
ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE



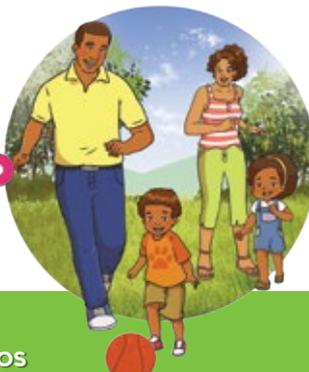
DE 0 A 1 AÑO

**JUEGA CONMIGO**  
ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE



DE 1 A 2 AÑOS

**JUEGA CONMIGO**  
ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE



DE 2 A 3 AÑOS

**JUEGA CONMIGO**  
ACTIVIDADES PARA APRENDER Y COMUNICARSE



DE 3 A 5 AÑOS