



SERVICIOS VIRTUALES DE
APOYO PARA PADRES, DE
CUIDADOS INFANTIL

VOLUMEN #10
**PRACTICANDO COMO SER
INDEPENDIENTE**

HOLA PADRES,

La independencia es ser capaz de hacer las cosas por sí mismo, tomar decisiones y tener confianza en las habilidades de uno. Los niños independientes se sienten importantes y tienen un sentido de control de sus vidas. Se sienten competentes, desarrollan una autoestima positiva, están motivados para probar cosas nuevas y están mejor equipados para manejar el estrés. En este boletín encontrará actividades e ideas que promueven la independencia con los niños.

ACTIVIDADES

BEBES (3 – 18 MESES)

TRATANDO DE ALCANZAR OBJETOS

MATERIALES:

- Pelotas, juguetes u otros objetos cotidianos que sean seguros para los bebés.

DIRECCIONES:

- Lanza una pelota o coloca un juguete un poco lejos de tu bebé y anímalo a alcanzarlo, gatear o caminar hacia él.

Para más formas sobre cómo promover la independencia con los bebés pulse [aquí](#)

NIÑOS PEQUEÑOS (19 MESES – 2.5 AÑOS)

ABRIENDO Y CERRANDO FRASCOS

MATERIALES:

- Contenedores con tapas (diferentes tamaños)
- Objetos pequeños (personas de juguete, una pelota, un bloque, pinza para la ropa, etc.) que caben dentro de los contenedores.

DIRECCIONES:

- Coloque algo dentro de un recipiente y ponga la tapa.
- Observe a su hijo/hija tratando de abrir el contenedor para sacar el juguete.
- Deje que su hijo/hija tome el control total y trate de no abrirlo para ellos.
- Observe las diferentes técnicas que su hijo/hija está tratando de usar para abrir el contenedor.
- Si su hijo/hija se frustra, reconozca sus sentimientos y afloje la tapa ligeramente.
- Agregue más recipientes con tapas (algunos giratorios, otros que se abrochan).
- Invierta esta actividad y presente a su hijo/hija un montón de recipientes y tapas y haga que descubran qué tapa coincide con cada recipiente.

[Pulse aquí](#) para más formas de promover la independencia con tu niño pequeño.

NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR (2.5 – 5 AÑOS)

CONSTRUIR UNA CASA

MATERIALES:

- Mantas · Sillas · Cojines

DIRECCIONES:

- Siga el ejemplo de su hijo/hija durante el proceso de construcción: permítalos ser quienes toman las decisiones.
- Hágales preguntas para que piensen en el proceso (por ejemplo: "¿Dónde debemos comenzar?", "¿Qué debemos construir?"). Recuerde darles tiempo para pensar antes de que respondan.
- Permita que su hijo/hija tome el control en el juego. Cuando sigues su ejemplo, aprenden que son capaces de tomar decisiones y que escuchas y tomas en serio sus opiniones.

Para obtener más información sobre cómo promover la independencia a través de las actividades diarias, [pulse aquí](#).

JK/SK (4 – 6 AÑOS)

JUEGO DE ROL

MATERIALES:

- Papel · Lápiz · Atrezzo
- Juguetes / otros materiales disponibles

DIRECCIONES:

- En trozos de papel, escriba algunas ideas de juego de roles (por ejemplo: pizzería, policía, médico, panadero, etc.).
- Haga que su hijo/hija escoja uno y que lo represente. Sigue su ejemplo en el juego.
- Fomente la resolución de problemas para promover la independencia. Dele a su hijo/hija la oportunidad de buscar respuestas por su cuenta utilizando su imaginación y creatividad.

[Pulse aquí](#) para obtener más ideas divertidas de juego de roles.

NIÑOS EN EDAD ESCOLAR (6 – 12 AÑOS)

HAGA UN HORARIO SEMANAL DE TAREAS

DIRECCIONES:

- Junto con su hijo/hija, haga una lista de las tareas de la casa.
- Discuta cuáles son las apropiadas para cada miembro de la familia.
- Cree un gráfico semanal con cuadros vacíos para cada día de la semana.
- Complete los cuadros con las tareas y los nombres de los miembros de la familia responsables de ellos.

IDEAS PARA EL CUADRO:

- Limpieza de platos después de las comidas.
- Limpiar mesas y mostradores
- Alimentar a una mascota o regar plantas
- Barrer las migas del piso de la cocina
- Poner la ropa sucia en un cesto
- Limpiar habitación
- Deberes

Para obtener más ideas de gráficos para promover la independencia a través de las tareas domésticas [pulse aquí](#).

[Pulse aquí](#) para consejos sobre cómo los niños pueden ayudar en la cocina.

¿NO GUSTARÍA ESCUCHAR DE USTED!

POR FAVOR, ENVÍENOS SUS COMENTARIOS O SUGERENCIAS A CHILDCAREMAIN@NCCE1.ORG



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada

CONSEJO PARA HOY

RUTINAS DIARIAS QUE LOS NIÑOS PUEDEN HACER SOLOS:

- Escoger su ropa
- Vestirse
- Preparar desayuno o almuerzo.
- Preparar el cepillo de dientes y cepillarse los dientes.
- Poner la mesa o limpiar la mesa después de una comida.
- Guardar juguetes
- Limpiar su habitación (ejemplo: hacer la cama, quitar el polvo, guardar la ropa)