



SERVICIOS VIRTUALES DE
APOYO PARA PADRES, DE
CUIDADOS INFANTIL

VOLUMEN #100
**CONSTRUYENDO RELACIONES
SALUDABLES CON LOS NIÑOS**

HOLA PADRES,

Establecer relaciones saludables con su hijo/hija es esencial para su crecimiento y desarrollo. Cuando los niños están seguros en sus relaciones con adultos y compañeros, ganan la confianza para continuar prosperando. Estas relaciones garantizan que los niños se sientan apoyados, cuidados y nutridos. A lo largo de este boletín, se le proporcionarán actividades que fomentarán la vinculación, a medida que construye las bases de relaciones saludables con sus hijos.

ACTIVIDADES BEBÉS (3 -18 MESES)

PASAR TIEMPO DE CALIDAD

MATERIALES:

- Los juguetes favoritos de su bebé

DIRECCIONES:

- Tenga tiempo a solas con su bebé.
- Siéntese con su bebé y su juguete favorito en el piso, frente a ellos, y jueguen juntos.
- Mientras juega con su bebé, hable con él. Comente sobre el juguete que tiene, el sonido que está haciendo o la acción que acaba de hacer.

[Pulse aquí](#) para aprender cómo pasar más tiempo de calidad con sus bebés.

NIÑOS PEQUEÑOS (19 MESES – 2.5 AÑOS)

PINTEMOS JUNTOS

MATERIALES:

- Papel
- Pintura multicolor
- Pinceles
- Platos
- Manteles
- Vaso con agua
- Opcional: cinta adhesiva y camiseta vieja

DIRECCIONES:

- Cubra la mesa con un mantel.
- Prepare la pintura. Si su pintura está en botellas, rocíe un poco de cada pintura en un plato, para que sea más fácil para su hijo/hija.
- Puede ponerle una camiseta vieja a su hijo/hija, para que no manche la ropa con pintura.
- Coloque el papel, los pinceles, un vaso con agua y la pintura sobre la mesa. Muéstrela a su hijo/hija que después de usar una pintura de color, puede poner el pincel en el vaso de agua para limpiarlo.
- ¡Siéntese con su hijo/hija en la mesa y diviértase pintando juntos!
- Comente sobre el trabajo de su hijo/hija. Por ejemplo, puede decir: "¡Estás usando pintura roja y azul! ¡Estoy usando pintura amarilla y verde!"
- Opcional: antes de pintar, dele a su hijo/hija algunos trozos largos de cinta adhesiva y animelo a que la coloque en su papel.
- Una vez que haya terminado, deje que su pintura se seque.
- Después de que se haya secado, retire los trozos de cinta de su papel y observe los diseños que ha creado.

[Pulse aquí](#) para divertirse sensorialmente con su hijo/hija.

NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR (2.5 – 5 AÑOS)

¡SUENA, SUENA, SUENA!

MATERIALES:

- Teléfono antiguo que no estás usando

DIRECCIONES:

- Saque un teléfono antiguo que no haya estado usando.
- Dele el teléfono a su hijo/hija y animelo/ánimela a que llame.
- Usando su teléfono, haga el sonido como si estuviera sonando el teléfono y conteste la llamada de su hijo/hija. Empiece a hablar con su hijo/hija por teléfono.
- Observe cómo su hijo/hija comienza a comunicarse de diferentes formas. ¡Incluso puede verlos hablar, ponerse de pie o usar el lenguaje corporal de la misma manera que lo hace!

[Pulse aquí](#) para tener la experiencia perfecta de acampar bajo techo con su hijo/hija.

JK/SK (4 – 6 AÑOS)

¡UNA ACTIVIDAD AL DÍA, NOS MANTIENE JUNTOS TODOS LOS DÍAS!

MATERIALES:

- Una canasta o tazón
- Papel
- Lápiz

DIRECCIONES:

- Pregúntele a su hijo/hija qué actividades le gustan hacer o una nueva actividad que le gustaría probar. Escriba estas sugerencias en una hoja de papel.
- Corte las sugerencias en tiras y dóblelas por la mitad.
- Ponga las sugerencias en una canasta o tazón.
- ¡Cada día, saque una actividad de la canasta y disfrute de esta actividad con su hijo/hija!
- Una vez que se terminen todas las actividades de la canasta, anime a su hijo/hija a pensar en más actividades para la canasta de actividades.

[Pulse aquí](#) para aprender cómo hacer una casa familiar de origami Japonés.

NIÑOS EN EDAD ESCOLAR (6 – 12 AÑOS)

CARTAS DE AFIRMACIÓN POSITIVA

MATERIALES:

- Papel
- Lápices

DIRECCIONES:

- En una hoja de papel, escriba los nombres de los miembros de su familia.
- Piense en cosas positivas (afirmaciones) que cree que tiene cada uno de los miembros de su familia y escríbalas bajo sus nombres.
- Con sus ideas, comience a escribir una carta de afirmación positiva para cada miembro de su familia.
- Una vez que haya terminado, dóblelos por la mitad. Puede entregar sus cartas a los miembros de su familia de inmediato o esperar una ocasión especial. Por ejemplo, su cumpleaños.

[Pulse aquí](#) para recetas fáciles para cocinar en familia.



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada

CONSEJO PARA HOY

- Permita que su hijo/hija pase un tiempo no estructurado e ininterrumpido todos los días.
- Hágale saber a su hijo/hija que está interesado en sus actividades.
- Anime a su hijo/hija a expresar sus sentimientos.
- Respete los sentimientos de su hijo/hija.
- Juegue juegos que exploren los sentimientos.
- Limite la televisión y otro tiempo frente a la pantalla.
- Comuníquese y escuche a su hijo/hija sin juzgarlo.
- Recuerde a su hijo/hija y a su familia que los ama y los aprecia.