

# Actividades Vroom™



Estas hojas de actividades para imprimir en casa incluyen una combinación de Actividades Vroom™ de desarrollo del cerebro en niños de 0-5 años. Compártelas, ponlas en la puerta de tu refrigerador o llévalas contigo, lo que sea que te ayude a recordar que los momentos para desarrollar el cerebro está a tu alrededor.

## Bases para el desarrollo del cerebro™

### Míralo

Los niños usan sus ojos para aprender. Fíjate en lo que llama la atención de tu niño y habla sobre eso. ¡O haz contacto visual y luego sonríe, conversa, abrázalo o haz caras graciosas!

### Conversa con él

El cerebro de los niños se activa cuando intercambias palabras, música o sonidos con ellos. Conversa sobre tu día, tu comida y lo que te rodea, ¡o enlaza sonidos para una conversación divertida!

### Túrnense

Los niños aprenden cuando toman turnos al jugar, hablar o explorar. Toma tu turno después de él. Y luego repite: ¡tu turno, mi turno, tu turno, mi turno!

### Extiende

El cerebro de los niños crece fuerte cuando los ayudas a llevar su aprendizaje más allá. Extiende un momento: ¡hazle a tu niño una pregunta que empiece con “qué”, “cuándo”, “dónde”, “cómo” y “por qué”!

¡Hemos simplificado la ciencia del aprendizaje temprano! Recuerda estas cinco acciones para ayudar a desarrollar el cerebro de tu niño en cualquier momento. Están codificados por colores para facilitar su búsqueda.

### Síguelo

Los niños pequeños aprenden mejor cuando sigues su ejemplo. ¡Ponte en sintonía con las palabras, sonidos, movimientos e ideas de tu niño! Luego responde con tus propias palabras y acciones.

© 2019 Vroom es un programa de la Bezos Family Foundation

## Texturas boca abajo

Permite que tu niño pase tiempo boca abajo sobre diferentes materiales, como un suéter o una toalla suave y esponjosa. Descríbele las texturas, como por ejemplo, "¿Sientes ese suéter áspero?" Fíjate cómo reacciona a las sensaciones y conversa con él al respecto. Los niños aprenden a través de sus sentidos.

Edad sugerida

0 - 9 months

## La Ciencia Tras La Acción™

Cuando le ofreces a tu niño oportunidades para tocar texturas diferentes y hablar juntos sobre ellas, lo ayudas a desarrollar su comprensión del mundo y a hacer conexiones entre palabras, sensaciones y su significado.

#511

[vroom.org](http://vroom.org)

## Explorador de espacios

Muéstrale a tu niño el mundo desde diferentes puntos de vista. Cuando él esté en tus brazos, agáchate bastante o levántalo suavemente en el aire. Describe lo que estás haciendo y responde a las reacciones de tu niño. "¡Estás tan alto como la luz! ¡Fíjate lo que puedes ver desde ahí arriba!"

Edad sugerida

0 - 12 months

## La Ciencia Tras La Acción™

Mover a tu niño y hablar sobre lo que estás haciendo lo ayuda a aprender conceptos importantes como forma y espacio. Los niños aprenden estos conceptos a través de conversaciones interactivas, donde tú sigues lo que hace y respondes a sus reacciones.

#122

[vroom.org](http://vroom.org)

## A rodar

Después de cambiarle el pañal a tu niño, hazlo rodar de lado a lado sobre la superficie en la que lo estás cambiando. Detente y pregúntale a tu niño, "¿Quieres más?" Fíjate en cómo responde. Puedes responder con la cabeza, diciendo, "¡Dijiste que sí, quieres más!" o puedes negar con tu cabeza, diciendo, "Dijiste que no, ya es suficiente".

Edad sugerida

0 - 12 months

## La Ciencia Tras La Acción™

Este momento cotidiano es una buena oportunidad para ayudar a tu niño a practicar sus habilidades de comunicación mientras te escucha y te responde. También está aprendiendo de ti palabras y gestos importantes que usará cuando comience a hablar.

#446

[vroom.org](http://vroom.org)

## Al alcance de la mano

Alienta a tu niño a moverse y estirarse. Coloca a tu niño boca abajo sobre una manta en el piso y coloca un objeto suave y seguro frente a él, diciendo, "¡Aquí está tu osito suave!" Colócalo fuera del alcance de tu niño. Habla sobre sus esfuerzos: "Estás esforzándote muchísimo para alcanzar tu juguete!"

Edad sugerida

0 - 12 months

## La Ciencia Tras La Acción™

Es más probable que tu niño se motive para seguir intentándolo cuando se enfoca en una meta determinada que le interesa. Al animarlo a intentarlo, incluso cuando las cosas son difíciles, lo estás preparando para enfrentar desafíos en la vida.

#887

[vroom.org](http://vroom.org)

## Bebé que rebota

¿A tu niño le encanta brincar cuando lo sientas en tus piernas? Haz que brinque. Intenta ir más rápido y más lento y también intenta parar y empezar. ¿Cómo responde tu niño? Sigue la guía de tu niño y reacciona a sus sonidos y movimientos. Sigue haciendo lo que más le guste a tu niño.

Edad sugerida

0 - 12 months

## La Ciencia Tras La Acción™

Darle a tu niño experiencias sobre diferentes maneras de moverse lo ayuda a aprender cómo funciona su cuerpo y lo ayudará a desarrollar el autocontrol en el futuro. Si sigues la guía de tu niño, mirando si se ríe o si se da vuelta, lo ayudas a aprender a comunicarse contigo.

#993

[vroom.org](http://vroom.org)

## Fiesta de baile

Es posible que tu niño aún no camine o hable, pero, con tu ayuda, definitivamente podrá bailar. Así que pon algo de música y sostenlo mientras bailas. Cuando estén sentados juntos, sacude tus brazos al ritmo de la música y comprueba si él puede hacer lo mismo!

Edad sugerida

0 - 12 months

## La Ciencia Tras La Acción™

Prestar atención a los sonidos y los movimientos es un primer paso para poder escuchar los sonidos, una habilidad necesaria para la lectura.

#14

[vroom.org](http://vroom.org)

## Apaga y enciende la música

Pon una estación de música en tu radio y haz que tu niño la apague y la encienda. Cada vez que la encienda, comienza a bailar, o a moverte, y di “encendida”. Cuando la apague, deja de moverte y di “apagada”. Es probable que pronto tu niño dirá “apagada” y “encendida” junto contigo.

Edad sugerida

12 months - 2 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Cuando tu niño esté en la etapa de aprender nuevas palabras y conceptos (como “encendido” y “apagado”), él los aprende mucho mejor si puede hacer que suceda algo (como apagar y encender la música) que demuestre lo que las palabras y conceptos significan.

#66

[vroom.org](http://vroom.org)

Pon una canción que te guste a ti y a tu niño y observa cómo se mueve. Mientras él baila, copia los movimientos que hace. Cuando él se detenga, baila a su alrededor y deja que él te mire. Traten de crear un baile interactivo, copiándose y túrnandose.

Edad sugerida

12 months - 2 years

## La Ciencia Tras La Acción™

A medida que tu niño copia tus movimientos de baile, está prestando atención a tus movimientos, usando su memoria funcional y controlando sus acciones. Todo esto es muy importante para el aprendizaje de las habilidades de concentración y autocontrol.

#822

[vroom.org](http://vroom.org)

## Conteo de escalones

Cuando tu niño está aprendiendo a subir y bajar escalones, sostén su mano, y cuenta cada escalón que suban o bajen. Esto ayuda a tu niño a familiarizarse con los números mientras piensa ¡y es divertido!

Edad sugerida

15 months - 2 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Hacer conexiones entre los números y lo que significan (como los escalones que tu niño sube o los dedos de sus manos), ayuda a tu niño a ver que los números no son solo palabras que memoriza, sino que en realidad representan cantidades de cosas. Es el comienzo del aprendizaje de matemáticas.

#51

[vroom.org](http://vroom.org)

## Abrazo grande, abrazo pequeño

Cuando sea el momento de un abrazo, pregúntale a tu niño si quiere un abrazo grande o un abrazo pequeño y luego haz lo que él te pida. Luego es tu turno, dile si deseas un abrazo grande o uno pequeño. Puedes agregar otras palabras como “abrazo ondulante” o “abrazo tranquilo”.

Edad sugerida

12 months - 2 years

## La Ciencia Tras La Acción™

El contacto tranquiliza y consuela a tu niño. Estos abrazos no solo fortalecen su relación, también te permiten compartir nuevas palabras y conceptos con tu niño, como grande y pequeño.

#143

[vroom.org](http://vroom.org)

## Buenos días, buenas noches

¿Está tu niño aprendiendo a simular? Entonces pueden jugar al juego de “Buenos días, buenas noches”. Cuando dices, “Buenas noches”, tu niño puede simular estar dormido acostándose y cerrando los ojos, y cuando dices, “Buenos días”, tu niño puede levantarse y bailar.

Edad sugerida

12 months - 2 years

## La Ciencia Tras La Acción™

El juego de simulación ayuda a tu niño a darle sentido a su mundo. Este juego es una buena forma de ayudar a tu niño a entender más sobre acostarse a dormir y levantarse al despertar. También incentiva a tu niño a prestar atención, seguir las reglas del juego y controlar su comportamiento.

#942

[vroom.org](http://vroom.org)

## Alcanzar el cielo

¡Convierte el tiempo de espera en un tiempo de diversión! Pregúntale a tu niño, “¿Puedes hacer esto?” levanta los brazos muy alto y di, “¡Alcanza el cielo!” Pídele que te imite. Luego, pon tus manos detrás del cuello y fíjate si te imita. Después es tu turno de copiarlo.

Edad sugerida

18 months - 2 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Cuando tu niño intenta imitar los movimientos que haces, él está usando las habilidades de concentración y atención. Lo estás exponiendo a vocabulario nuevo mientras lo ayudas a hacer conexiones entre las palabras y lo que representan, los cuales son elementos básicos para aprender a hablar y a leer.

#239

[vroom.org](http://vroom.org)

## Nuevo para ti

Cuando estén jugando, ayuda a tu niño a hacer cosas que no ha hecho antes. Prueben los columpios o el tobogán en el parque, o también pueden tocar las diferentes texturas del suelo. Siempre que no corra riesgos, deja que pruebe cosas nuevas y dale un poco de ayuda si la necesita. ¿Cómo responde tu niño? ¡Celebra lo que dice y hace!

Edad sugerida

2 years - 3 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Darle una oportunidad a tu niño para hacer actividades seguras por sí solo ayuda a que sienta confianza y aprenda a aceptar desafíos.

#182

[vroom.org](http://vroom.org)

## Arriba y por encima

Pídele a tu niño que busque un objeto como un palo o una piedra y que lo coloque en el suelo cerca de ti. Haz que explore diferentes maneras de moverse sobre tal objeto. ¿Puede saltar? ¿Lo puede hacer en un solo pie? ¿Correr y después saltar? Túrnate para saltar con tu niño y hablen sobre lo lejos que llegan.

Edad sugerida

2 years - 3 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Se necesita concentración y autocontrol para que tu niño maneje la forma en la que se mueve su cuerpo, así como también pensar en forma flexible para dar diferentes ideas. Las experiencias divertidas con conceptos de matemáticas como espacio y distancia ayudan a tu niño a desarrollar una base para el aprendizaje ahora y en el futuro.

#204

[vroom.org](http://vroom.org)

## Carrera rápida-lenta

Invita a tu niño a correr una Carrera rápida-lenta. Busquen una línea de inicio y cuenten, "1, 2, 3!" juntos, luego ¡ARRANQUEN! A medida que avanzan, di en voz alta "¡lento!" ¿Puede tu niño ajustar su velocidad? Deja que él diga "rápido" o "lento". ¿Qué tan rápido puedes correr? ¿Qué tan lento?

Edad sugerida

2 years - 3 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Durante la "Carrera rápida-lenta", tu niño practica cómo escuchar instrucciones, cómo cambiar lo que está haciendo y hacer lo que el juego requiere. Estas habilidades lo ayudarán a manejar sentimientos y acciones, ahora y en el futuro.

#819

[vroom.org](http://vroom.org)

## Baile rápido

Deja que tu niño elija una canción rápida y divertida para bailar. Pídele que haga un movimiento de baile y luego copia lo que él hace. Túrnense para copiar los movimientos de baile de cada uno.

Edad sugerida

2 years - 3 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Cuando tú y tu niño se copian entre sí, él aprende a concentrarse y establecer conexiones entre lo que está viendo y lo que su cuerpo está haciendo. La capacidad de seguir los movimientos y aprender a concentrarse son habilidades importantes para aprender cosas nuevas.

#823

[vroom.org](http://vroom.org)

## Juegos de manos

Haz gestos con las manos para su rima o canción favorita, o inventa una propia. Colócate en frente de tu niño y toma sus manos para que te imite. Varía el tono de la voz de alto a bajo y usa una forma muy expresiva de hablar o cantar.

Edad sugerida

2 years - 3 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Las rimas y canciones son muy buenas para desarrollar habilidades tempranas de lectura. Además, imitar le enseña a seguir movimientos de izquierda a derecha, una parte importante para la lectura. Este tipo de conversaciones es un atractivo adicional para tu niño. ¡Puedes ejercitar el desarrollo cognitivo en cualquier conversación de forma interesante y divertida!

#844

[vroom.org](http://vroom.org)

## Flor imaginaria

¿A tu niño le gusta simular? Dile que hay una flor imaginaria creciendo en su nariz. Describe cómo es. ¡Luego pretende que la tomas! Ahora dile que hay una flor imaginaria en su oreja y tómala también. Haz que tu niño describa y tome las flores que tú tienes y diviértanse.

Edad sugerida

2 years - 3 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Aunque simular es muy divertido, también le enseña a tu niño que una cosa puede representar otra. Estos símbolos son la base de la lectura y la escritura, donde las palabras representan objetos e ideas. Este juego también desarrolla el razonamiento creativo de los niños.

#165

[vroom.org](http://vroom.org)

## Quieto como una estatua

Pídele a tu niño que pretenda ser una estatua y se congele en una postura, como estar parado en un pie. Intenta que mantenga esa postura por el mayor tiempo posible mientras tú haces todo lo que puedas para que se ría y se mueva. ¡Luego puede ser tu turno para ser la estatua y ver si tu niño puede hacerte reír y mover!

Edad sugerida

3 years - 4 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Este juego se trata de concentración y autocontrol. Tu niño se concentra para permanecer en la postura de la estatua y está aprendiendo a ignorar las distracciones para poder lograr un objetivo. Este tipo de aprendizaje a través del juego lo ayuda a desarrollar destrezas para toda la vida.

#198

[vroom.org](http://vroom.org)

## Sígueme

Pregúntale a tu niño, "¿Puedes hacer lo que yo hago?" Camina hacia delante o hacia atrás, agáchate o estírate bien alto. Habla con tu niño sobre lo que estás haciendo, como por ejemplo, "¡Tócate los pies y toca el cielo!" Luego cédele el turno para que dirija. Cambia el juego y fíjate si puede hacer lo opuesto a lo que tú haces.

Edad sugerida

3 years - 4 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Cuando tu niño copia tus acciones, está aprendiendo conceptos como arriba y abajo al realizarlos con su cuerpo. Al cambiar las reglas, lo retas a que use su autocontrol para mantener la concentración y no actuar en piloto automático, las cuales son habilidades importantes para aprender ahora y en el futuro.

#715

[vroom.org](http://vroom.org)

## Cerca y lejos

Cuando estén afuera, puedes probar este juego con tu niño. Dale un lugar para que se pare y haz que adivine a cuántos pasos de distancia está de ti. Cuando camine el trayecto, cuenta sus pasos en voz alta. ¡Prueba distancias diferentes!

Edad sugerida

4 years - 5 years

## La Ciencia Tras La Acción™

¡Los niños pequeños pueden darse cuenta de que hay una diferencia entre cantidades grandes y pequeñas! Al hacer juegos divertidos interactivos como este, estás desarrollando esta capacidad y ayudando a tu niño a comprender más sobre lo que representan los números.

#630

[vroom.org](http://vroom.org)

## Sigue al líder

¿Van caminando a algún lado? Convierte tu viaje en un juego de "Sigue al líder". Pregúntale a tu niño, "¿Puedes hacer lo que yo hago?" mientras te tocas la cabeza. Luego cámbialo. Si te tocas la cabeza, haz que tu niño se toque el estómago. ¡Sigán cambiando!

Edad sugerida

4 years - 5 years

## La Ciencia Tras La Acción™

El juego de hacer lo mismo y después hacer acciones opuestas ayuda a tu niño a recordar las reglas del juego, pensar con flexibilidad y no permanecer en piloto automático. Esto lo ayuda a aprender a prestar atención y a poner en práctica el autocontrol, las cuales son habilidades esenciales para el éxito en la escuela y en la vida.

#639

[vroom.org](http://vroom.org)

## Dúo de bailarines

Deja que tu niño elija una canción rápida y divertida para bailar. Túrnense para inventar movimientos de baile. Tu niño puede comenzar y luego tú lo copias a él. Alternadamente, repitan los movimientos y agreguen nuevos movimientos. ¡Antes de que se den cuenta, van a tener una rutina completa de baile!

Edad sugerida

4 years - 5 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Cuando tú y tu niño añaden sobre los movimientos de cada uno, él utiliza su memoria y concentración para seguir y recordar los movimientos así como sus habilidades de razonamiento flexible al tener que inventar sus propios movimientos. Estas habilidades son importantes para la creatividad y el aprendizaje.

#824

[vroom.org](http://vroom.org)

## Cámara lenta

Reta a tu niño para que se mueva lo más lento que pueda mientras caminan hacia un objeto, como un árbol cercano. ¿Qué tan lento se pueden mover tú y tu niño? Prueben formas diferentes de moverse, como dar saltos pequeños o grandes.

Edad sugerida

3 years - 5 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Este juego ayuda a tu niño a pensar antes de actuar. Al pasar de moverse rápidamente a moverse lentamente, está practicando su concentración, autocontrol y pensamiento flexible. Estas habilidades importantes son fundamentales en la vida y en el aprendizaje.

#200

[vroom.org](http://vroom.org)

## Lanzar cerca y lejos

¿Le encanta a tu niño lanzar cosas? Preparen un experimento y háganlo juntos. Trae diferentes cosas seguras para que tu niño lance, como una bufanda, calcetines enrollados, un vaso de papel, etc. ¿Cuál puede lanzar más lejos? Habla sobre lo que él nota.

Edad sugerida

3 years - 5 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Cuando ayudas a tu niño a preparar un experimento como este, estás ayudándolo a aprender a pensar como un científico. Esto significa razonar de un modo crítico para poner a prueba las ideas, ver lo que sucede y luego usar lo que aprendió para averiguar aún más.

#943

[vroom.org](http://vroom.org)

## Hazlo y juega

Mientras tu niño juega, anímalo a que encuentre algo para escalar o pasar por debajo. ¿Qué tal algo que pueda rodar en el piso, golpear como un tambor o balancear en su cabeza? Este juego es divertido tanto al aire libre como en casa. Habla con él sobre eso. ¿Qué fue igual y qué fue diferente?

Edad sugerida

3 years - 5 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Se requiere pensar de forma flexible y creativa para encontrar formas diferentes de usar objetos conocidos. Al gatear, escalar y balancearse, tu niño también está practicando la concentración y el autocontrol. Hasta pueden aprender algunas nuevas palabras y conceptos mientras exploran.

#978

[vroom.org](http://vroom.org)

## Que no se caiga

Con tu niño, coloca algo redondo como una pelota o una piedra en una cuchara grande. ¿Puede tu niño caminar por la habitación sosteniendo la cuchara sin que se caiga la pelota? Hablen sobre qué hacer para evitar que se caiga la pelota. Inventen nuevas maneras de moverse, como caminar de puntitas. Vean qué pasa.

Edad sugerida

3 years - 5 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Tu niño está aprendiendo el concepto científico del equilibrio cuando juega este juego. También está fortaleciendo sus habilidades de prestar atención y del autocontrol para manejar cómo se mueve su cuerpo con el fin de mantener la pelota equilibrada en la cuchara.

#1014

[vroom.org](http://vroom.org)

## Sigue la pelota que rebota

Invita a tu niño a jugar un juego imaginario de "Atrapar". Imagina que estás sosteniendo una pelota y la tiras a tu niño. Anímalo a que te la tire de vuelta. Prueba haciendo la "pelota" más grande o más pequeña. Habla con tu niño sobre lo que estás haciendo, "¡Voy a tirártela rápido! ¡Prepárate!"

Edad sugerida

4 years - 5 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Mientras tú y tu niño fingen que se arrojan una "pelota", están compartiendo un intercambio de comunicación. Tu niño también está practicando ver a través de los ojos de la otra persona, mientras imagina el tamaño y la velocidad de la pelota, una habilidad que es esencial en las relaciones.

#873

[vroom.org](http://vroom.org)

## Ir desde aquí hasta allá

Pídele a tu niño que cree un camino para ir de un lado de una habitación al otro sin tocar el piso. Hazlo más difícil aumentando la distancia y tomándole el tiempo para ver qué tan rápido puede ir. ¡Túrnense!

Edad sugerida

4 years - 5 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Tu niño está haciendo un plan y lo está probando, además debe pensar en forma flexible para idear diferentes soluciones a este problema. Esta es una gran actividad de grupo en la que tu niño puede practicar cómo comunicarse y trabajar con otros.

#910

[vroom.org](http://vroom.org)

## Los movimientos del ABC

Repasa el abecedario con tu niño y hagan la forma de cada letra con sus cuerpos. ¿Cómo harías la letra A? La letra "A" puede ser un triángulo con los brazos por encima de la cabeza y las piernas abiertas. ¿Tu niño puede hacer la letra B con su cuerpo? ¡Túrnense para hacer las otras letras!

Edad sugerida

4 years - 5 years

## La Ciencia Tras La Acción™

Este juego implica concentración, autocontrol y memoria. Estas habilidades ayudan a tu niño a imaginar las formas de las letras y hacerlas con su cuerpo. También lo ayuda a desarrollar habilidades de lenguaje y lectura.

#1006

[vroom.org](http://vroom.org)