

Actividades Cotidianas para los Niños Pequeños y la Familia: Cómo Hacer que Cada Momento Sea Importante



Los niños pequeños aprenden haciendo cosas. Al explorar y participar en las actividades que los rodean, aprenden sobre su mundo y sobre cómo interactuar con los demás. Al aprender en actividades cotidianas en las que usan lo que aprenden, las habilidades aprendidas se vuelven inmediatamente útiles y se aplican en seguida, y es más probable que se generalicen. Las actividades y las rutinas cotidianas en el hogar proporcionan una fuente de oportunidades de aprendizaje increíblemente valiosas para los niños pequeños.

Las actividades cotidianas pueden variar mucho entre las familias y las culturas, pero existen muchas actividades que las familias tienen en común. Pese a las diferencias, la mayoría de las familias dedican tiempo a comer, cuidarse, realizar quehaceres domésticos, jugar y aprender juntos. Al aprovechar las actividades a las que ya dedica tiempo, puede proporcionar la intensidad necesaria para apoyar el aprendizaje de su hijo.

Las familias de todos los niños pequeños dedican algo de tiempo a las actividades cotidianas de las siguientes ocho categorías:



Jugar con Personas que incluye juegos sociales como “dónde está el bebé”, juegos de perseguir y atrapar, y las escondidas. También incluye canciones y rimas como “A la rueda rueda” y “La araña pequeñita”.

Jugar con Accesorios incluyen equipos de juego como un tobogán, un caballito de madera, un columpio y objetos móviles grandes, como un balón grande, un carrito, una cobija o cojines de un sofá. Al agregar acciones y movimientos motivadores, puede ayudar a generar disfrute con el objeto y con la interacción.



Las Comidas y Las Meriendas proporcionan un contexto excelente para compartir intereses y un momento de disfrute, así como también una práctica cotidiana natural de pedidos y protestas. Al hacer que su hijo participe en la preparación de la comida, la cocina, la preparación de la mesa y la limpieza, puede crear más oportunidades para practicar y aprender.

Las Actividades de Cuidados tales como lavarse las manos, vestirse, el cambio de pañales, bañarse y cepillarse los dientes, ocurren muchas veces por día y se pueden estructurar para ofrecer muchas oportunidades de roles productivos, interacción social y comunicación.





Jugar con Juguetes incluye juegos constructivos con objetos sólidos, como bloques y rompecabezas, materiales blandos, como masa para modelar, arena o pintura para usar con los dedos, y juegos simbólicos con vehículos, animales o muñecos.

Los Quehaceres Domesticos tales como recoger los juguetes, poner la ropa para lavar, alimentar a una mascota, buscar la correspondencia, sacar la basura o reciclar, son oportunidades para hacer que su hijo participe. Al aprovechar el tiempo que ya dedica a los quehaceres domésticos, se pueden crear oportunidades de aprendizaje adicionales durante estas tareas necesarias.



Los Libros, La Cartas, y Los Numeros pueden ayudar a fomentar el lenguaje y la alfabetización. Estas actividades se pueden organizar de manera de estimular la interacción y compartir el interés a través de libros, revistas, álbumes de fotos, aplicaciones de iPad o juegos de computadora.

Las Transiciones son los momentos que ocurren entre las actividades y son fundamentales para agregar previsibilidad a lo que sigue, así como también para ampliar las oportunidades de aprendizaje durante el día. Enseñarle a su hijo a “hacer un plan” cuando finaliza una actividad puede contribuir a proporcionar una transición fluida de una actividad a la otra y a promover una participación activa.



La práctica hace al maestro. Al aprender a incorporar apoyos y estrategias de intervención en una variedad de actividades cotidianas de estas ocho categorías, se estimula el aprendizaje y la generalización tanto en usted como en su hijo. No obstante, para un niño pequeño con retrasos en la comunicación, pasar de simplemente tener oportunidades a promover la participación activa puede resultar un desafío. Es posible que requiera una planificación minuciosa y el apoyo de su parte y del proveedor de intervención temprana. Las familias pueden necesitar ayuda para ampliar las actividades significativas con nuevas ideas o para agregar nuevos tipos de rutinas y actividades que aumenten el inventario de experiencias de su hijo.

En la variedad está el gusto. A medida que usted adquiera confianza y su hijo avance, se recomienda que cree categorías híbridas por medio de mezclar elementos, como jugar con juguetes en la bañera, ver un álbum de fotos durante la merienda o jugar un juego social durante el cambio de pañales.

El mundo es un gran teatro. El hogar proporciona un contexto seguro para que usted se sienta cómodo y adquiera seguridad al utilizar los apoyos y las estrategias que aprende para la intervención. Pero no se olvide de que las oportunidades de aprendizaje se extienden más allá del hogar.

Estas ocho categorías de actividades se pueden extender a espacios de la comunidad. Las familias van a la tienda de alimentos, a la oficina de correos o al médico y realizan una gran variedad de recados. Los niños pequeños y sus familias también pueden pasar el tiempo en el parque, en la biblioteca, en la iglesia o en el templo del vecindario. Las familias visitan a otros familiares y amigos, asisten a actividades escolares de los hermanos o salen a cenar. Estos entornos naturales de la comunidad también proporcionan una variedad de oportunidades valiosas en las que se puede aprender.

Los padres suelen sorprenderse al descubrir que algunas de las oportunidades más provechosas para que un niño aprenda se presentan en el contexto de las actividades que ya realizan cada día. Cuando analice con detenimiento la forma en que su familia pasa el tiempo, encontrará momentos para el aprendizaje donde menos lo espera. Pero sobre todo, al aprovechar los sucesos comunes de la vida cotidiana, de verdad hace que cada momento sea importante para el aprendizaje de su hijo. Los momentos se convierten en minutos y hasta en horas fundamentales para lograr la intensidad necesaria para influir en el aprendizaje y en el desarrollo de los niños.