



ACTIVIDADES PARA TODOS LOS DÍAS

Actividad: Promoviendo estilos de vida saludables

¡Hola! Es importante que niñas y niños se mantengan activos en casa, ya que esto ayuda a su desarrollo.

“Futbolito”

- Si su hijo/a es pequeño, siéntense frente a frente, asegúrese de qué quede cómodamente sentado/a.
- El mejor lugar para jugar futbolito es en el sueño, ponga una manta para sentar a su bebé, pero deje la superficie entre él/ella y usted sin nada, así se deslizará fácilmente la pelota.
- Haga rodar una pelota por el suelo e incentive a que su hijo/a la tome.
- Si no tiene una pelota pequeña en su hogar, puede hacer una con pantis o calcetines.
- Si su niño/a es más grande, jueguen de pie, láncele la pelota e incentive a tomarla con las dos manos.
- IncentíVELO a que él o ella le lance la pelota, con las dos manos y luego con la mano que escoja autónomamente.

Materiales: pelotas de goma, de calcetines, de papeles, otras.



Aprendizajes

Desarrollo de la autonomía, movimientos, desplazamientos, exploración.

