



## Mes: Diciembre Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

Día 1	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa
Indicadores		
	Bebés más pequeños	Bebés mayores
	Puede levantar o girar la cabeza brevemente durante el tiempo boca abajo y seguir visualmente las tarjetas ilustradas.	Puede levantarse apoyándose en los antebrazos, mantener la cabeza erguida por más tiempo y alcanzar o deslizarse hacia las tarjetas con imágenes.
<p>Actividad: <b>Tiempo boca abajo con tarjetas ilustradas navideñas</b></p> <p>Coloque a los bebés boca abajo sobre una colchoneta suave. Coloque tarjetas grandes y sencillas con imágenes navideñas o invernales (luces, árboles, renos) justo delante de ellos. Anímelos suavemente a levantar y girar la cabeza moviendo lentamente una tarjeta de un lado a otro y narrando lo que ven. Para los bebés mayores, coloque una tarjeta fuera de su alcance para que se motiven a deslizarse o extenderse hacia adelante. Mantenga el tiempo boca abajo breve y positivo, ofreciéndoles consuelo y descansos según sea necesario.</p>		
Recursos/Materiales	Vocabulario clave:	Apoyo:
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manta suave o tapete para boca abajo</li> <li>Tarjetas con imágenes grandes de vacaciones o invierno (luces, árboles, renos, animales)</li> </ul>	mirar, arriba, alcanzar	



## Mes: Diciembre Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

<b>Día 2</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	Semana de revisión	PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa
<b>Indicadores</b>		
	<b>Bebés más pequeños</b>	<b>Bebés mayores</b>
	Puede sentarse con apoyo (Boppy, piernas del cuidador) y alcanzar objetos cercanos con una o ambas manos.	Puede sentarse con menos apoyo, alcanzar la línea media y agarrar bufandas o juguetes livianos con cada vez más control.

### Actividad: Sentarse con apoyo y alcanzar bufandas/luces

Siente a los bebés en una posición con apoyo (en un Boppy, entre tus piernas o contra un cojín). Mantén a tu alcance bufandas suaves o juguetes ligeros y seguros para bebés (como pelotas suaves y luminosas) y muévelos lentamente de un lado a otro, animando a los bebés a alcanzarlos, agarrarlos y acercarlos. Felicítalos por sus esfuerzos para mantener el equilibrio y alcanzarlos ("¡Lo lograste!") y ajusta el apoyo según sea necesario para mantenerlos estables y seguros.

<b>Recursos/Materiales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Almohada Boppy o cojines suaves para apoyo</li> <li>● Bufandas ligeras y seguras para bebés</li> <li>● Juguetes "luminosos" seguros para bebés o pelotas suaves y brillantes (si están disponibles)</li> </ul>	<b>Vocabulario clave:</b> sentarse, alcanzar, agarrar	<b>Apoyo:</b>
--	--	---------------



## Mes: Diciembre Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

<b>Día 3</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	Semana de revisión	PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa
<b>Indicadores</b>		
	<b>Bebés más pequeños</b>	<b>Bebés mayores</b>
	Puede balancearse de un lado a otro o necesitar ayuda suave para darse la vuelta desde boca abajo hasta la espalda o desde la espalda hasta el lado.	Puede rodar independientemente de espaldas a boca abajo o de boca abajo a espalda para alcanzar un juguete colocado cerca.

### Actividad: **Práctica de rodar para alcanzar el juguete**

Acueste a los bebés sobre una colchoneta suave y coloque su juguete favorito a un lado, ligeramente fuera de su alcance. Anímelos con la voz y la expresión a girar la cabeza y el cuerpo hacia el juguete. A los bebés más pequeños, ayúdelos suavemente a guiar sus caderas y hombros para que completen una voltereta, celebrando cada intento. A los bebés mayores se les puede dar tiempo para que resuelvan problemas de cómo girarse para acercarse al juguete, fortaleciendo así los músculos del torso y la conciencia corporal.

<b>Recursos/Materiales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manta o tapete suave</li> <li>• Juguetes interesantes y seguros para bebés (sonajero, animal de peluche, juguete con luz)</li> </ul>	<b>Vocabulario clave:</b> rodar, sobre, juguete	<b>Apoyo:</b>
--	--	---------------



## Mes: Diciembre Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

<b>Día 4</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	Semana de revisión	PHG1.1 Demostrar el desarrollo de prácticas saludables PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa
<b>Indicadores</b>		
	<b>Bebés más pequeños</b>	<b>Bebés mayores</b>
	Puede ponerse de pie apoyándose en una superficie baja y sujetarse brevemente mientras mira imágenes.	Puede “navegar” de lado a lado a lo largo del estante o mueble, dando pequeños pasos mientras sostiene y trata de alcanzar tarjetas con fotografías.

### Actividad: Navegando por Low Shelf con tarjetas fotográficas

Pegue fotos plastificadas o tarjetas con imágenes (de familias, luces, animales) en un estante bajo o una superficie resistente. Ayude a los bebés a ponerse de pie, sujetándolos por las caderas o colocando las manos en el borde. Anime a los bebés mayores a moverse de lado, con las manos juntas, para ver cada imagen, elogiándolos por sus pequeños pasos y su equilibrio. Manténgase siempre cerca de su posición y apóyelos mientras practican ponerse de pie y caminar.

<b>Recursos/Materiales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Borde de estante o mueble bajo y resistente</li> <li>Fotografías laminadas o tarjetas con imágenes pegadas a lo largo de la superficie</li> </ul>	<b>Vocabulario clave:</b> pararse, dar un paso, sostenerse	<b>Apoyo:</b>
---	---	---------------



## Mes: Diciembre Semana: 4 Tema: Salud física y crecimiento

<b>Día 5</b>	<b>Tema(s) Fundamento(s)</b>	
	Semana de revisión	<p>PHG2.1 Demostrar cómo los cinco sentidos apoyan el procesamiento de la información.</p> <p>PHG3.1 Demostrar el desarrollo de la coordinación motora fina y gruesa</p>
<b>Indicadores</b>		
	<b>Bebés más pequeños</b>	<b>Bebés mayores</b>
	Puede relajarse en el cochecito, mirar a su alrededor y seguir visualmente las luces o decoraciones mientras se mueve.	Puede señalar, vocalizar o inclinarse ligeramente para ver las decoraciones y responder a los cambios de movimiento (detenerse, comenzar).
<p><b>Actividad: Paseo con cochecito al aire libre (o en el pasillo): busque luces y decoración</b></p> <p>Abroche a los bebés de forma segura en sus cochecitos y den un paseo corto al aire libre o por un pasillo, buscando luces, adornos o cambios simples en el ambiente. Señale lo que ve ("luces", "árbol", "amigos") y deténgase en lugares interesantes para que los bebés puedan observar más tiempo. Hable suavemente sobre el movimiento, el aire fresco y mirar con los ojos. Esta sencilla rutina promueve la salud general, la conciencia sensorial y la regulación de la calma.</p>		
Recursos/Materiales	Vocabulario clave:	Apoyo:
<ul style="list-style-type: none"> <li>Cochecitos</li> </ul>	<p>caminar, mirar, ir</p>	