



*La relación entre padre e hijo es muy importante.* Se necesita un poco de esfuerzo para mantener la fuerte con su hijo a través de los años. A continuación, encontrará algunas ideas de actividades para hacer con su hijo, para desarrollar una relación estrecha. Para obtener más consejos e ideas, visite su biblioteca local.

**EL PRIMER AÑO:**

- Vea libros con dibujos junto con su hijo y póngale nombre a las cosas que vaya señalando en el libro. Esto ayudará a que su bebé aprenda a hablar, escuchar y comprender.
- Cante y juegue con canciones con su hijo, por ejemplo.

**NIÑOS PEQUEÑOS (1-2):**

Los niños pequeños disfrutan de las actividades que realizan con las manos, como por ejemplo pintar con los dedos y jugar con plastilina. Los cortadores de galletas de plástico y las tazas pequeñas siempre los divierten.

Las marionetas son ideales para estimular la imaginación. Se pueden hacer con bolsas de papel pequeñas o con calcetines. Comience contándole un cuento a su hijo y luego deje que él continúe o que invente uno nuevo.

**ESTE DEDITO**

*Sostenga y mueva los dedos de la mano o el pie de su bebé, uno por uno, mientras recita esta rima.*

Este dedito fue al mercado.  
 Este dedito se quedó en casa.  
 Este dedito comió carne asada (tofu).  
 Este dedito no comió nada.  
 ¡Y este dedito lloró "Güi, güi, güi" hasta llegar a casa!

**BICHI BICHARAÑA**

*Suba y baje con sus dedos por el cuerpo del bebé mientras practica este juego, o juegue al "sol" y la "lluvia" con sus manos en el aire.*

Bichi Bicharaña subió a la telaraña.  
 Vino la lluvia y se la llevó.  
 Se fue la lluvia y salió el sol.  
 Y Bichi Bicharaña otra vez subió.

### **PREESCOLAR (3–5):**

Los niños en edad preescolar están comenzando a aprender reglas. Algunos juegos favoritos para jugar con su hijo a esta edad son: Pato ñato (Duck, Duck, Goose); El semáforo (Red Light, Green Light) y La ronda (London Bridge is Falling Down).

Los juegos de memorizar también son divertidos para los niños en edad preescolar. Un juego fácil y que uno mismo puede hacer es dibujar distintas formas, colores y números en un papel, asegurándose de que haya dos de cada tipo. Después, corte los dibujos en cuadrados. Colóquelos boca abajo y túrnense para dar vuelta de a dos cuadrados a la vez. Si uno escoge dos figuras iguales, se las queda. El juego termina cuando se hayan encontrado todos los pares.

### **PRIMARIO (6–10):**

Cree una búsqueda de objetos para su pequeño explorador. Haga una lista de 5 a 10 cosas que pueden buscar fuera de su casa, como por ejemplo, piedras hojas de distintos colores o formas, piñas, ramas, etc. Si el día está lluvioso, haga la búsqueda dentro de la casa. Algunas ideas rápidas: algo azul o redondo, algo para lavarse las manos o algo suave.

Los juegos de barajas también son una buena opción. Go-Fish, Old Maid y Uno son algunos de los favoritos. Su hijo aprenderá varias reglas para un juego y también a esperar su turno al jugar con sus compañeros.

### **PREADOLESCENCIA Y ADOLESCENCIA (11–18):**

Cocinar juntos ayudará a que su hijo adolescente aprenda una habilidad valiosa y les dará tiempo para que puedan conversar. Asegúrese de trabajar con su hijo adolescente para preparar la comida y dígame lo que le gustó de la comida que le ayudó a preparar.

Hacer ejercicio juntos puede darle la oportunidad de compartir tiempo solos. Caminar o andar en bicicleta por la tarde o a la mañana le da tiempo para escuchar lo que a su hijo adolescente le interesa y de demostrarle que usted se preocupa por él.

*Cuando sus hijos sean adultos,* no recordarán si la casa estaba limpia ni las cenas especiales, pero si recordarán todo el amor y la alegría que compartieron juntos.

*Para mas información sobre la crianza de sus hijos,*  
puede llamar a la línea de ayuda para los padres de la Florida.  
1-800-FLA-LOVE