

MARZO 2026

EARLY HEAD START 0-12 MESES
PROYECTO DOMICILIARIO PARA
LA PARTICIPACIÓN FAMILIAR

Nombre del Niño/a:

Sitio:

Clase #:

Firma de la Maestra/o:



Volunteers of America®
LOS ANGELES

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Total Semanal
1. Crea una pelota sensorial. Cose diferentes telas sobre una pelota suave. Haz rodar las pelotas por el suelo y motiva al bebé a gatear hacia ella.	2. Haga que el bebé se mueva con colgando un juguete para que lo mire. El bebé debe comenzar a levantar un poco la cabeza cuando hace el tiempo boca abajo.	3. A los bebés les encantan las caras. Revise fotografías de familiares y amigos o una revista. Señale las caras sonrientes del bebé. También puede dibujar una carita sonriente básica en un plato de papel y colgar en la	4. Crea tarjetas visuales de alto contraste. Usa cartulina gruesa. Dibuja patrones en blanco y negro (rayas, puntos, caras simples). Cúbrelas con papel adhesivo transparente. Usalas en tiempo boca abajo o cambiando pañales.	5. Crea una caja de “peek-a boo”. Haz un agujero en una caja de pañuelos. Agrega bufandas o telas suaves. El bebé saca la tela por el agujero.	6. Mientras que la bebé esté despierta, alerta, y tranquila coloque un juguete suave y cómodo con una cara al alcance de su mano. El rostro le interesará y la forma en que se sienta desarrollará su sentido del tacto. Mueva el juguete para	7. Practica el tiempo boca abajo. Coloque un espejo frente a su pequeño y señale su nariz, ojos, boca. Esto les ayudará a tomar conciencia de las partes de su cuerpo.	
1 hr	15 Mins	15 Mins	1 hr	30 min	20 Mins	15 Mins	
8. Si su bebé tiene buen control de la cabeza, acuéstelo boca arriba, coloque las manos debajo de sus brazos y guíelo suavemente hasta que se sienta, tomándole las manos y sentándolo lentamente. Esto mejora las habilidades motoras y el control de la cabeza.	9. Canta una canción como “Wheels on the Bus” o “Itsy Bitsy Spider”. Utilice movimientos de la mano para obtener una reacción del bebé.	10. Coloque una marioneta en su mano. Mueva la marioneta hacia arriba y hacia abajo, mientras dice el nombre del bebé. Vea si el bebé puede seguir el movimiento. Luego mueva la marioneta en un círculo. Tan pronto como el bebé pueda seguir el movimiento, intente diferentes movimientos.	11. Crea cuadrados sensoriales. Corta piezas de tela de 5x5 pulgadas (forro polar, algodón, satén, pana). Cose bien los bordes para asegurarlos. Deja que el bebé explore las diferentes texturas. El padre puede identificar y nombrar las distintas	12. Juegue con el juguete favorito del bebé frente a él mientras está acostado boca abajo para que se interese en mirar hacia arriba.	13. Crea tarjetas con fotos de la familia. Imprime fotos claras de los padres y hermanos. Pégalas en cartulina gruesa. Plastifícalas para mayor seguridad. Los bebés aprenden primero a reconocer los rostros.	14. Libro de cartón casero (DIY). Imprime fotos de animales caseros. Pégalas en cartulina gruesa. Plastifícalas o cúbrelas. Cuéntale al bebé una historia sobre los animales.	
15 min	15 Mins	20 Mins	30 min	15 Mins	30 min	30 min	
15. Crea un recipiente para encajar objetos. Usa un recipiente de plástico con un agujero en la tapa. Proporciona bloques grandes o pelotas. Haz que el bebé deje caer los objetos dentro del recipiente.	16. Hable con un animalito de peluche. Toque su cara. Nombre cada parte (nariz, orejas) que toque. Deje que el bebé sienta la cara del animal de peluche y la suya. Nombralo qué toque el bebé. Luego ayúdelo a tocar sus propios ojos, boca, etc., mientras	17. Crea tarjetas simples de caras. Dibuja rostros sencillos en blanco y negro con ojos grandes. Incluye diferentes expresiones (feliz, sorprendido). Plastifícalas para mayor durabilidad. Muéstraselas a tu bebé.	18. Dale a tu bebé un suave masaje con loción o aceite. Mientras lo hace, cante suavemente y háblele a su bebé para ayudarlo a relajarlo. Los músculos en crecimiento descansarán.	19. Deja que el bebé toque tejidos con diferentes texturas como la lana y el terciopelo. Use una palabra diferente para describirle a cada uno: “suave”, “rugoso”, “suave”. El bebé no entenderá el significado, pero aun así es bueno exponer al bebé a nuevas palabras.	20. El bebé puede estar meciéndose hacia adelante y hacia atrás sobre el estómago o rodando por el suelo a medida que obtiene un mejor control de sus movimientos. Anime al bebé a continuar rodando sosteniendo un juguete para que lo alcance durante el tiempo boca abajo.	21. Juego sensorial con arroz: Necesita una bandeja donde colocar el arroz y unos bloques o juguetes pequeños. Coloca al niño boca abajo o sentado. Luego presente al niño el arroz en la bandeja. ¡Después, esconde algunos juguetes debajo del arroz y	
30 min	15 Mins	30 min	20 min	15 Mins	20 Mins	15 Mins	
22. Necesitará un hilo de luces navideñas y una paño para sacar los gases para cubrir las luces. Coloque la cadena de luces navideñas en el piso, ponga el paño encima y vea cómo reacciona su bebé. Deje que toque las luces.	23. Antes de acostarse, dele a su bebé un suave masaje. Cante canciones de cuna mientras le da el masaje. Esto los ayudará a prepararse para el tiempo de descanso y relajará su cuerpo después de un largo día de movimiento.	24. Elija un libro que le guste leer a su hijo. Después de leer cada página, deténgase y hable sobre lo que están viendo mientras señala las imágenes. Si hay cosas en la página que hacen ruido, haz el sonido. Si hay elementos para tocar y sentir, guíe la mano de su bebé para que pueda sentirlos.	25. Caja sensorial para bebé: Necesita diferentes materiales como una caja grande de cartón, calcetines, cinta adhesiva, muestras de alfombras, pegamento brillante, plástico de burbujas. Corte las solapas de la caja de cartón y recorre todos los bordes con cinta adhesiva.	26. Continúe con la caja sensorial: agregue pegamento brillante a lo que sería la pared trasera de la caja. Agregue los calcetines a la parte superior de la caja haciendo agujeros con un destornillador y pegando el calcetín a través de los agujeros con un nudo en la parte superior. Agrega el plástico de burbujas y diferentes cuadrados de alfombra a las paredes y al fondo de la caja. Asegure la caja en el piso y coloque a su bebé para explorar dentro la caja.	27. Jell-O Tummy Time: necesitará Jell-O sin sabor y un recipiente. Si el bebé aún no alcanza el tiempo boca abajo, colóquelo sobre una almohada de lactancia o sobre mantas / toallas dobladas. Solo asegúrese de cubrir cualquier superficie que no quiera correr el riesgo de mancharse. Coloque al bebé frente al recipiente y asegúrese de que pueda alcanzar la gelatina.	28. Haga sonajas: Use huevos de Pascua de plástico, lentejas, frijoles, arroz, y garbanzos. Mezcla las lentejas, arroz, frijoles, y garbanzos dentro de los huevos de Pascua. Puedes usar cinta adhesiva transparente para pegar los huevos. El niño escuchará los diferentes	
20 Mins	30 Mins	30 Mins	30 Mins	1 HR	20 Mins	30 Mins	
29. Juego sensorial con bolas de algodón mojadas: necesita una bandeja, bolas de algodón y agua. Saque algunas bolas de algodón y colóquelas en una bandeja poco profunda con agua. Coloque al niño frente a la bandeja y enséñele las bolas que flotan en el agua. Ayúdelo al bebe exprimir el agua de las bolas de algodón.	30. Crea una cesta musical sencilla. Incluye: un sonajero bien cerrado, un tambor suave (tazón de plástico + cuchara), cuchara de metal y olla (con supervisión).	31. Lea un cuento a su hijo antes de acostarse. Sostenga a su bebé para fomentar el vínculo afectivo. Haga preguntas abiertas y proporcione la respuesta para que el niño inicie una conversación.					
30 Mins	30 Mins	20 Mins					

