OCTUBRE 2026

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. Haz un diario. Mantenga un registro de las cosas como los hitos del movimiento del bebé, la frecuencia con la que come y el número de onzas que come por día. Tome fotos de su bebé.	2. Mientras que el bebé está acostado en su espalda, finge que el bebé está montando en una bicicleta. Detenga suavemente los tobillos, manteniendo las piernas separadas y moviéndolos en círculos lentos. Dígale al bebé "vamos" y "para".	3. Abrazos durante el tiempo boca abajo: Coloca al bebé sobre tu pecho cara a cara para un tiempo boca abajo suave, fortaleciendo el cuello y la parte superior del cuerpo	
				20 Mins	20 Mins	20 Mins	
4. Canta una canción como "ruedas en el autobús" o "araña pequeñita". Use movimientos manuales para obtener una reacción del bebé. Ayuda al bebé a desarrollar destrezas lingüísticas.	5. Léale a su bebé con un tono suave de voz.	6. Cabeza arriba, pequeño : Usa una toalla enrollada para levantar suavemente los hombros, haciendo más fácil levantar la cabeza	7. ¿Dónde está el juguete?: Sostén un juguete brillante a 20-25 cm de distancia y muévelo de lado a lado para fomentar el seguimiento visual	8. Ponga a su bebé en su cochecito. Si es posible pasear por el vecindario, supermercado, centro comercial, etc. y habla de lo que ambos ven y oyen.	9. Sigue mi cara: Acuéstate junto al bebé, mueve tu cara lentamente y mantén contacto visual para fomentar la interacción social	10. ¿Qué es ese sonido?: Agita suavemente una sonaja o campana para estimular la audición	
20 MIns	20 MIns	20 Mins	20 Mins	20 Mins	20 MIns	20 Mins	
11. Tiempo boca abajo corto: Sesiones en colchoneta firme para fortalecer los músculos del cuello y los hombros	12. Coloque un espejo de actividad seguro para niños en un lado de la cuna del bebé donde pueda verla. Di una rima: "espejo espejo en la pared, ¿quién es el bebé más lindo de todos? (nombre del bebé) Tomele foto.	13. Rodar y Avanzar: Coloca una pelota suave o un juguete a unos pocos pies de distancia y anima a rodar o gatear para alcanzarlo	14. Cuando cambie el pañal del bebé. Háblele de lo que está haciendo. "Tenemos un pañal limpio para ti." "Mami va a levantar las piernas ahora." Establecimiento de la base para su idioma/lenguaje.	15. De pie: Deja que los pies del bebé toquen diferentes texturas (pañito de cocina, fieltro, pelo sintético) para desarrollar la conciencia sensorial	16. Viento a tu favor: Coloca al bebé boca abajo, agita suavemente una bufanda encima de él para que practique la fuerza de la parte superior del cuerpo	17. Rodando hacia los juguetes: Anima a rodar para alcanzar objetos, apoyando las habilidades motoras grandes	
20 Mins	20 Mins	20 Mins	20 MIns	20 Mins	20 Mins	20 Mins	
18. Mientras viste a bebé, toque el cuerpo en diversos lugares. Sonría y diga el nombre de cada parte del cuerpo. A continuación, decir "beep" o hacer otro sonido después de cada parte del cuerpo nuevo que toque.	19. **Dosel de hojas: Un móvil de hojas coloridas para estimular el interés visual y sensorial**	20. Juegos de desplazamiento: Coloca los juguetes más lejos en el sofá o en el suelo para motivar el movimiento	21. Haz un diario. Mantenga un registro de las cosas como los hitos del movimiento del bebé, la frecuencia con la que come y el número de onzas que come por día. Tome fotos de su bebé.	22. Compartiendo sombras: Mueve un haz de linterna por la pared para mejorar el seguimiento visual	23. Ponga a su bebé en su cochecito. Si es possible, pasear por el vecindario, supermercado, centro comercial, etc. y habla de lo que ambos ven y oyen.	24. Juegos de motricidad gruesa: Proporciona objetos seguros y fáciles de agarrar para apoyar el alcance y la sujeción	
20 Mins	20 Mins	20 Mins	20 Mins	20 Mins	20 Mins	20 Mins	
25. Agarrar y soltar: Ofrezcale a su bebe juguetes que el pueda agarrar cerrando la mano. Esto animara a usasr las manos para tomar objectos y soltarlos.	26. Tenga un radio disponible. Toque música clásica a su bebé. Baile con su bebe.	27. Canta una canción a tu bebé. Cantar con un tono fuerte de voz, cantar con un tono suave de voz. Vea la expresión de su hijo. Hable de sus expresiones o emociones.	28 Con el bebé acostado sobre su espalda, sostenga una pelota suave o sonajero a su alcance. Muevalo o agite suavemente la pelota para animar al bebé a mirar, agarrar y alcanzar.	29 Para que el bebe se apoye: Use un cojin o una almohada para que su bebe se apoye de manera que pueda mirar a su alrededor en forma independiente.	30 Ponga a su bebé en su barriga. Si es posible tener un espejo cerca. Anime al bebé a levantar la cabeza para mirar en el espejo y sostener su cabeza hacia arriba mientras se acuesta en su barriga.	31. En busca de la voz: Diga el nombre de su bebe desde cierta distancia para que el trate de ubicar su voz. Esto le ayudara a aprender a localizar la fuente de un sonido.	
20 Mins	20 Mins	20 Mins	20 MIns	20 Mins	20 Mins	20 Mins	