

# Actividades Vroom™

Este conjunto de consejos de desarrollo de cerebro Vroom™ puede ayudarte a apoyar a su niño a medida que se conoce a sí mismo y a los demás. Lo llamamos nuestro conjunto de consejos de identidad de Vroom.

La identidad es una mezcla de cómo nos vemos a nosotros mismos, nuestros sueños para el futuro y los grupos a los que pertenecemos.

Los Momentos para desarrollar el cerebro™ de este tipo están en todas partes.



A los 3 meses, los niños empiezan a fijarse en rasgos físicos como el color de la piel.

A los 9 meses, los niños empiezan a mostrar preferencia por las caras que se parecen a las de sus cuidadores.

A los 2 años, los niños empiezan a practicar la categorización. Por ejemplo, podrían empezar a clasificar a las personas por el color de su piel o su sexo.

A partir de los 3 años, los niños son más conscientes de las señales sociales sutiles. También están descubriendo los beneficios e inconvenientes de pertenecer a un grupo u otro.

## Bases para el desarrollo del cerebro™

### Mira

Los niños usan sus ojos para aprender. Fíjate en lo que llama la atención de tu niño y habla sobre eso. ¡O haz contacto visual y luego sonríe, conversa, abrázalo o haz caras graciosas!

### Conversa con él

El cerebro de los niños se activa cuando intercambias palabras, música o sonidos con ellos. Conversa sobre tu día, tu comida y lo que te rodea, ¡o enlaza sonidos para una conversación divertida!

### Túrnense

Los niños aprenden cuando toman turnos al jugar, hablar o explorar. Toma tu turno después de él. Y luego repite: ¡tu turno, mi turno, tu turno, mi turno!

¡Hemos simplificado la ciencia del aprendizaje temprano! Recuerda estas cinco acciones para ayudar a desarrollar el cerebro de tu niño en cualquier momento. Están codificados por colores para facilitar su búsqueda.

### Síguelo

Los niños pequeños aprenden mejor cuando sigues su ejemplo. ¡Ponte en sintonía con las palabras, sonidos, movimientos e ideas de tu niño! Luego responde con tus propias palabras y acciones.

### Extiende

El cerebro de los niños crece fuerte cuando los ayudas a llevar su aprendizaje más allá. Extiende un momento: ¡hazle a tu niño una pregunta que empiece con “qué”, “cuándo”, “dónde”, “cómo” y “por qué”!

© 2024 Vroom es un programa de la Bezos Family Foundation



¡Anímate a encontrar nuevas formas de compartir las Actividades Vroom™.

Para obtener más información y consultar nuestras pautas de contenido y atribución visita [Vroom.org](https://Vroom.org).

## Observa esto

¿Tienes algunos libros o revistas a mano? Muéstrale a tu niño las imágenes. Le gustarán las imágenes claras y sencillas, especialmente de rostros. Elige una variedad de rostros y tonos de piel. Habla con tu niño sobre lo que ves. ¿Cómo responde? ¡Ahora habla sobre su respuesta!

Edad sugerida

0 - 12 meses

## La Ciencia Tras La Acción™

Una de las mejores maneras para que tu niño aprenda sobre el lenguaje es mirar las cosas contigo y escucharte hablar sobre ellas. Incluir personas diversas en tu vida lo ayuda a desarrollar habilidades para hacer amigos y trabajar con otros.

#83

vroom.org

## Canción de amor con colores

Inventa una canción de amor con colores con tu niño. Comienza con algo fácil, como los ojos. "Hola, pequeño bebé de grandes ojos marrones". Pregúntale sobre qué quiere cantar a continuación, por ejemplo, el cabello o la piel. Túrnense para cantar sobre estas cosas de manera positiva.

Edad sugerida

0 - 3 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Cuando cantan juntos esta "Canción de amor con colores", demuestras que está bien amar quién eres. Esto ayuda a tu niño a desarrollar un sentido positivo de identidad. Cantar también lo ayuda a desarrollar sus habilidades lingüísticas.

#1128

vroom.org

## Memoria

Mientras haces algo con tu niño, comparte un recuerdo relacionado. Por ejemplo, cuando cocinas: "¿Recuerdas cuando cocinamos col rizada con la abuela la Navidad pasada?" O cuando ordenas: "Recuerdo que, cuando era niña, tenía una muñeca igual a esta".

Edad sugerida

0 - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

A tu niño le encanta escuchar tus historias. Contar historias es una excelente manera de crear un sentido de identidad compartido. Hacer conexiones a través de historias también ayuda a tu niño a desarrollar habilidades sociales y de comunicación.

#1125

vroom.org

## A quién vemos

Observa cómo tu niño mira a diferentes personas. ¿Reacciona diferente con hombres o mujeres? ¿Personas altas o bajas? ¿Diferentes tonos de piel? ¿Responde de manera diferente a las personas cuando se parecen a ti?

Edad sugerida

6 - 18 meses

## La Ciencia Tras La Acción™

A los nueve meses, los niños comienzan a seguir rostros que se parecen a los de su cuidador principal. También está aprendiendo de ti y de cómo respondes a los demás. Cuando incluyes a diferentes personas en tu vida, desarrollas el cerebro de tu niño para la inclusión.

#1129

vroom.org

## Partes de la imagen

Señala a tu niño imágenes de personas en libros, revistas o incluso carteles a tu alrededor. Busca diversas razas y etnias. Señala diferentes partes del cuerpo o del rostro de una persona y nómbralas. Luego, señala y nombra las mismas partes en el cuerpo de tu niño y en el tuyo. A medida que crezca, túrnense para señalar y nombrar cada parte.

Edad sugerida

6 meses - 2 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Estás ayudando a tu niño a aprender a concentrarse cuando señalas algo y hablas sobre ello. Cuando usas palabras para etiquetar partes del cuerpo en su cuerpo, en el tuyo y en imágenes, lo ayudas a hacer conexiones entre las palabras y lo que significan. Mostrar similitudes entre razas puede ayudar a crear empatía.

#169

vroom.org

## Te veo y me ves

¿Tu niño está interesado en el cabello o la piel de otra persona? Los niños se percatan de la raza y sienten curiosidad. Podrías decirle con calma: "Estás viendo que tu amiga tiene un precioso pelo rizado. Ese es su pelo. ¿Dónde está tu pelo?"

Edad sugerida

6 meses - 3 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Mencionar el color de la piel o la textura del cabello como lo haría con cualquier otra parte del cuerpo le muestra a tu niño que es normal. También está practicando cómo ver las cosas desde el punto de vista de otra persona. Estas habilidades son útiles para tener buenas relaciones ahora y en el futuro.

#1124

vroom.org

## Nuestra gente

Habla con tu niño sobre las personas que conoce. Estas podrían ser sus amigos, maestros o vecinos. ¿En qué se parecen o se diferencian entre sí? Está bien observar el color de la piel.

Edad sugerida

9 meses - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Los niños se percatan de la raza. A los nueve meses, los niños comienzan a seguir rostros que se parecen a los de sus cuidadores. Cuando hablamos de raza y de las personas que conocemos, podemos resaltar la diversidad que nos rodea de manera positiva.

#1127



## Comparar rostros

Mientras esperas, busca una imagen de un niño en una revista, un libro o en carteles a tu alrededor. Busca diversas razas y etnias. Señala la imagen y habla sobre qué es igual y qué es diferente entre él y el niño en la imagen. "¡Ella tiene dos ojos, y tú también!" "Sus ojos son azules, y los tuyos son marrones". ¡Túrnense!

Edad sugerida

12 meses - 3 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Mientras hablan sobre los detalles de lo que observan juntos, están promoviendo la habilidad vital de concentrarse. También estás ayudando a tu niño a ver similitudes y diferencias entre él y los demás, una parte importante para poder comprender el punto de vista de otra persona.

#243



## Se parece a mí

¿A tu niño le gusta mirar fotos familiares contigo? Tomen turnos para hablar juntos sobre cómo son las personas. ¿Su cabello o piel se parecen a los de tu niño? Pídele que señale las similitudes que observa.

Edad sugerida

12 meses - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Los niños aprenden mejor a través de relaciones afectivas. Sentirse bien consigo mismo parte de un sentimiento de pertenencia. Momentos como estos también ayudan a tu niño a practicar la concentración.

#1120



## Llevamos el ritmo

La música es un lenguaje universal. Pon música de otra cultura y baila con tu niño. ¿La música te hace querer mover el cuerpo de nuevas maneras? Pregúntale cómo lo hace sentir la música.

Edad sugerida

12 meses - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

La música de otras culturas es una forma divertida de agregar un poco de diversidad a tu hogar. Además, prestar atención a la música es un primer paso para escuchar los sonidos. Esta es una habilidad importante para la comunicación.

#1123

[vroom.org](http://vroom.org)

## Alimentos favoritos

Cuando vayan de compras, señala los alimentos favoritos de tu familia. Únelos a un recuerdo que compartan: “¿Recuerdas cuando usamos tortillas para hacer tacos?” Luego, invita a tu niño a buscar otro alimento que le guste a tu familia. Jueguen tomando turnos a medida que avanzan por los pasillos.

Edad sugerida

2 años - 3 años

## La Ciencia Tras La Acción™

¡Los “alimentos favoritos” desarrollan el sentido de confianza y pertenencia de tu niño! Pensar en cómo se siente otra persona lo ayuda a aprender de los demás y a formar mejores relaciones.

#270

[vroom.org](http://vroom.org)

## Pequeño cocinero

Mantén a tu niño involucrado en la preparación de la cena. Tomen turnos para medir, verter y mezclar. Si es posible que se derrame algo, coloca el recipiente en el fregadero para que no pase nada en caso de que eso suceda. Habla con él sobre lo que estás haciendo y los ingredientes que estás usando. Anímalo a oler, tocar (¡y saborear!) a medida que avanzas. Pregúntale qué observa.

Edad sugerida

2 años - 4 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Esta actividad le proporciona a tu niño la oportunidad de escuchar palabras nuevas, lo que desarrolla su vocabulario. Medir implica contar, lo que lo ayudará con las matemáticas en el futuro. Los niños de todos los orígenes pueden desarrollar habilidades matemáticas sólidas desde una edad temprana.

#584

[vroom.org](http://vroom.org)

## Juego de roles

Pregúntale a tu niño quién le gustaría pretender ser. Puede ser alguien que conoce o incluso un personaje de un libro o programa. Pregúntale en qué se parece o se diferencia esta persona de él. Estimula su pensamiento con preguntas: "¿A ambos les gusta reír?" o "¿A ambos les gusta correr?"

Edad sugerida

2 años - 4 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Cuando tu niño finge ser otra persona, está aprendiendo cómo piensan o sienten los demás. Encontrar similitudes con los demás lo ayuda a desarrollar un sentido de sí mismo. El juego de simulación desarrolla habilidades importantes, como la creatividad, la concentración y la memoria de trabajo.

#960

[vroom.org](http://vroom.org)

## Rostros iguales

Invita a tu niño a encontrar ejemplos de personas que se parezcan a él en libros y revistas mientras esperan. ¿Y las personas que se ven diferentes? Pregúntale cómo se ven las personas en los libros que tienes en casa.

Edad sugerida

2 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Tu niño está practicando pensar en cómo las personas son iguales o diferentes. La diversidad racial en los medios también puede influir en la forma en que ve a las personas de color. Conversar abiertamente sobre la raza puede ayudar a desarrollar su cerebro.

#1121

[vroom.org](http://vroom.org)

## Momentos favoritos

Cuando prepares a tu niño para ir a dormir, habla con él sobre tu momento favorito del día. Si lo cuentas como una historia ¡podría estar más interesado! Cuéntale por qué fue tu momento favorito. Luego, invítalo a compartir su momento favorito del día. Pregúntale sobre el tuyo en comparación con el suyo. ¿Qué es igual? ¿Qué es diferente?

Edad sugerida

2 1/2 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Al compartir tus experiencias con tu niño, lo estás ayudando a conocer tus pensamientos y sentimientos. Contar historias es una excelente manera de crear un sentido de identidad compartido. Pensar en "qué es igual" lo ayuda a aprender a formar categorías en su pensamiento.

#321

[vroom.org](http://vroom.org)

## El pelo de unos y otros

Cuando le estés cepillando el pelo a tu niño, háblale sobre cómo su pelo se compara con el de los demás. "¿Quién tiene el pelo rizado como el tuyo? ¿Quién tiene el pelo del mismo color que el tuyo? ¿Quién tiene el pelo del mismo color que el mío?"

Edad sugerida

2 1/2 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Las conversaciones mutuas sobre cómo se compara el pelo de tu niño con el de otros lo ayudan a aprender a prestar atención a lo que ve, a usar su memoria y a agrupar cosas en categorías; todo esto es importante en el desarrollo del vocabulario y las habilidades matemáticas. Incluir una variedad de tipos y colores de cabello muestra que las diferencias son normales y están bien.

#457



## Ayudante de cocina

¿Tu niño puede ayudar en la cocina? Tal vez podría revolver los huevos con un tenedor antes de que los cocines. ¿O podría encontrar la tapa adecuada para la olla que estás usando? A medida que adquiere más experiencia en la cocina, anímalo a adivinar qué pasará a continuación. ¿Qué pasará cuando se mezclen dos cosas o cuando se caliente algo líquido?

Edad sugerida

2 1/2 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

¡A los niños de todos los orígenes les encanta aprender como científicos! Experimentan y adivinan qué pasará a continuación. Les encanta ver los resultados de estos experimentos. Pensar como un científico en la cocina ayuda a tu niño a prestar atención y concentrarse en las causas de lo que sucede. Hablar juntos lo ayuda a recordar experimentos pasados y sus resultados.

#580



## Adivina quién

Pídele a tu niño que piense en un familiar o amigo sin decirte quién. Haz que te dé pistas hasta que adivines quién es la persona misteriosa. Luego es tu turno de elegir una persona y su turno para adivinar. Puedes incluir el color de la piel y la textura del cabello en la descripción.

Edad sugerida

3 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Este juego de adivinanzas ayuda a tu niño a desarrollar habilidades de pensamiento crítico, que utiliza mientras descubre las cosas importantes sobre una persona para usarlas como pistas. Los niños se percatan de la raza, por lo que mencionar el color de la piel demuestra que está bien hablar de ello.

#9



## ¿Quién es más grande?

La próxima vez que se estén preparando para ir a dormir, pídele a tu niño que se compare contigo. ¡Es una manera divertida para que descubra todas las formas en que son diferentes y parecidos! ¿Quién es más alto? ¿Más bajo? ¿Más grande? ¿Más pequeño? ¿Es su piel del mismo color o diferente? ¿Quién tiene ojos azules? ¿Quién tiene ojos marrones?

Edad sugerida

3 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Juegos como estos ayudan a tu niño a pensar como un científico, porque observa el mundo que lo rodea y adivina cómo se comparan o encajan las cosas. Repite el juego varias veces comparando diferentes personas. ¡Aprende con la repetición!

#304

vroom.org

## Mi historia

Utiliza a tu niño como héroe en los cuentos antes de dormir. No utilices su nombre sino su apariencia, como, por ejemplo: "Una niña de tres años con cabello oscuro y rizado estaba tirando de una carreta cuando..." Incluye sitios familiares y cosas que reconozca, como detalles familiares o recuerdos compartidos. ¡Pronto se dará cuenta de que estás hablando de él!

Edad sugerida

3 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Los cuentos antes de dormir ayudan a tu niño a relajarse del ajetreo del día para que pueda dormir. ¿Qué mejor que con una historia especial sobre él? Una que lo llame a reflexionar sobre los detalles de su vida. Las historias familiares ayudan a tu niño a comprender quién es y a desarrollar un sentido de pertenencia.

#326

vroom.org

## Mini cocinero

Haz que tu niño te ayude con tareas sencillas y seguras mientras cocinas. Mezclar o agregar un ingrediente pueden ser un buen punto de partida. Mientras trabajas, pregúntale qué cree que sucederá cuando revuelva los ingredientes o agregue algo nuevo. Escucha sus ideas, y luego hablen sobre lo que ven que está sucediendo.

Edad sugerida

3 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Esta es la ciencia de la vida real. Adivinar lo que podría pasar promueve la curiosidad de tu niño. ¡Esto lo ayuda a adoptar un amor por el aprendizaje que durará toda la vida, sin importar su raza o género!

#527

vroom.org



## Igual y diferente

¿Se van de paseo? Habla con tu niño sobre las personas que ven. ¿En qué se parecen o se diferencian? ¿Tienen el pelo corto o largo? ¿Están caminando o van en un vehículo? ¿De qué color es su piel? Compartan lo que ven, tomen turnos.

Edad sugerida

3 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Observar a la gente pasar es un buen momento para centrarse en los detalles. Los niños se percatan de la raza, y eso está bien. Notar diferencias, incluida la raza, es natural. Estas habilidades ayudarán a tu niño a comprender mejor el mundo.

#634

[vroom.org](https://vroom.org)

## Mi rostro, tu rostro

Mírense en el espejo y comparen los rasgos faciales de tu niño con los tuyos. Conversen sobre las diferencias entre sus rasgos. Por ejemplo, "Veo que mi nariz es más ancha que la tuya. ¿Qué has visto tú?" Tomen turnos para compartir lo que ven.

Edad sugerida

3 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

¡Las diferencias son normales y nos hacen quienes somos! Juegos como estos también ayudan a tu niño a pensar como un científico, porque observa el mundo que lo rodea y adivina cómo se comparan o encajan las cosas.

#1126

[vroom.org](https://vroom.org)

## Tonos de rostros

Ayuda a tu niño a encontrar algunas fotos o imágenes de personas. Pueden estar en vallas publicitarias, portadas de revistas o cualquier cosa con rostros de personas. Observa cómo el color de piel de cada persona es de un tono diferente. Esto incluye personas que comparten la misma raza. Tomen turnos compartiendo nombres para cada color de piel.

Edad sugerida

4 años - 5 años

## La Ciencia Tras La Acción™

Mientras hablan sobre los detalles que observan, estás ayudando a tu niño a practicar la concentración. Nuestras diferencias son naturales, hermosas y útiles. Los niños aprenden que está bien hablar sobre raza con conversaciones abiertas y divertidas como esta.

#1122

[vroom.org](https://vroom.org)