

Guía de Actividades de Invierno

2025



Actividades de Sesame Street en Comunidades
Actividades de Matemáticas en Familia
Recomendaciones de Libros Acogedores
Bienestar y Cuidado Personal en Invierno



¡Bienvenidos a la Guía de Actividades de invierno de AP-OD 2025!



En [AP-OD](#), nuestra misión es apoyar a los padres y cuidadores como los primeros y más influyentes maestros de sus hijos. Creemos que las familias prosperan cuando tienen acceso a conocimientos, una comunidad de apoyo y oportunidades que fortalecen las relaciones entre padres e hijos y fomentan el liderazgo para un futuro mejor. Esta Guía de Actividades de Invierno ofrece maneras sencillas y significativas de aprender, jugar y mantenerse conectados durante los meses más fríos, ya sea acurrucados con un libro, haciendo manualidades divertidas o creando nuevas tradiciones familiares.

No olviden consultar la nueva [Aplicación de AP-OD](#), donde encontrarán eventos locales para toda la familia, recursos educativos y herramientas diseñadas para ayudar a los padres a apoyar a sus hijos desde la etapa prenatal hasta la primera infancia. Los animamos a explorar, probar nuevas actividades y crear recuerdos juntos esta temporada.

¡Gracias por formar parte de la comunidad de AP-OD!

Descarga la Aplicación de AP-OD

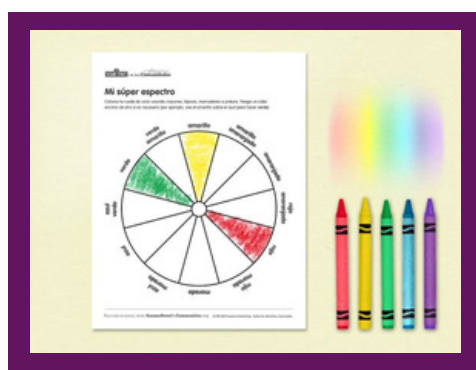
¡Mantente en contacto a través de nuestras redes sociales para obtener más recursos y eventos durante todo el año!



Actividades de Sesame Street en Comunidades



Descubra actividades lúdicas y prácticas diseñadas para despertar la creatividad, desarrollar habilidades de aprendizaje a temprana edad y fomentar el crecimiento socioemocional. Estos recursos de Sesame Street en Comunidades ofrecen formas divertidas para que las familias aprendan juntas a través del arte, la imaginación, las letras, las emociones y muchas risas. Ya sea coloreando, recortando, cantando o compartiendo sonrisas, estas actividades ayudan a los más pequeños a expresarse y descubrir nuevas ideas de manera significativa.



La Rueda de Colores

Use pintura, lápices de colores o crayones para crear hermosas obras de arte, mientras aprenden sobre el espectro de colores.



Veo, veo

Busque, encuentre y coloree objetos en esta versión imprimible del clásico juego.



Monstruo del Ánimo

Cuando surjan emociones intensas, los niños pueden colorear y recortar este Monstruo del ánimo para ayudarles a expresar sus sentimientos.



Ya me Aprendí las Letras

Ayude a su pequeño a desarrollar el amor por la lectura con esta divertida y educativa página para colorear del abecedario.



El juego de la Risa

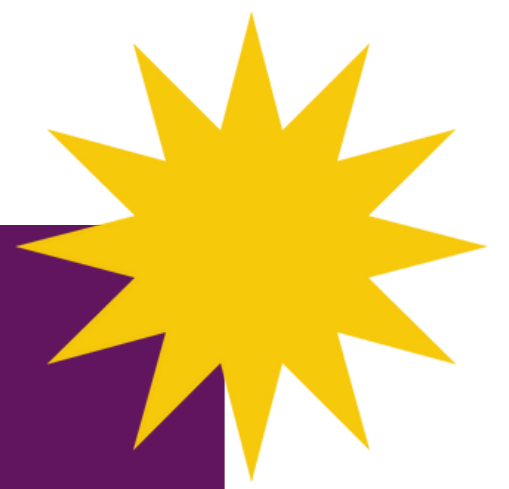
Este sencillo juego hará que toda la familia piense en todas las cosas maravillosas que les hacen sonreír, reír y sentirse felices.



Padres y cuidadores atentos

Practicar la atención plena es una excelente manera de relajarse y recargar energías.

Actividades de Matemáticas en Familia de PBS SoCal



Las matemáticas están por todas partes, y pequeños momentos de juego y exploración pueden sentar una base sólida para el aprendizaje. Los recursos de Matemáticas en Familia de PBS SoCal convierten actividades cotidianas como cocinar, hacer manualidades, escuchar música y contar cuentos en oportunidades divertidas para contar, clasificar, construir y crear juntos. Estas actividades y videos fáciles de seguir ofrecen a las familias maneras sencillas y entretenidas de potenciar las habilidades matemáticas tempranas mientras se divierten y crean recuerdos en casa.



¡Canta y baila con nuestros nuevos videos musicales de Matemáticas en Familia!

La música de Matemáticas en Familia se creó para brindar a las familias oportunidades alegres y positivas para explorar las matemáticas juntas. Las guías de canciones en [inglés](#) y [español](#) ayudan a los padres y cuidadores a establecer conexiones entre la música y las matemáticas con sus pequeños. Con melodías pegadizas y animaciones coloridas, nuestros [videos](#) inspiran una experiencia de aprendizaje interactiva y divertida que fomenta las habilidades matemáticas tempranas de una manera amena y memorable.



Contando en la cocina

Contando en la Cocina es una serie para grandes y pequeños que combina la cocina con las matemáticas. Los chefs Patty Rodriguez y su hijo Oliver preparan recetas deliciosas y nutritivas mientras exploran las matemáticas juntos, todo en 8 minutos o menos.



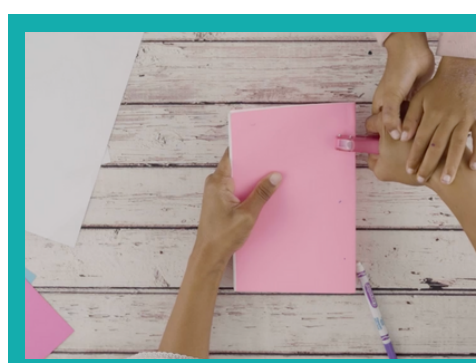
Construyamos estructuras de periódico

En esta actividad, ayudará a su hijo a desarrollar su sentido espacial al construir estructuras de periódico juntos.



Maracas para hacer música con matemáticas

Aprenda cómo hacer maracas con rollos de papel al practicar matemáticas tempranas con su hijo. Además, obtenga ideas de otros instrumentos que pueden hacer.



Cómo hacer un libro de contar para niños casero

Crea un libro de contar colorido con tu hijo para practicar contar hasta 10.



Cómo hacer un cofre de tesoro pirata de una caja vacía

En esta divertida actividad manual, su niño practicará la cuenta con un cofre del tesoro como si fuera un verdadero pirata.



Hagan un collar para contar figuras geométricas

Pónganse creativos con esta manualidad de collar de figuras geométricas. Ayudará a su niño a practicar la cuenta, identificar figuras geométricas y desarrollar destrezas de motricidad fina.



Recomendaciones de Libros Acogedores

Compartir historias es una de las maneras más poderosas de conectar con los niños pequeños y apoyar su aprendizaje temprano. Ya sea leyendo un libro favorito, contando una historia familiar transmitida de generación en generación o inventando un cuento divertido juntos, estos momentos ayudan a los niños a desarrollar sus habilidades lingüísticas, su imaginación y su conexión emocional. Los libros pueden presentar nuevas ideas y despertar la curiosidad, mientras que las historias familiares ayudan a los pequeños a sentirse parte de algo y a sentir orgullo de quiénes son y de dónde vienen. Este invierno, también pueden visitar la biblioteca local para explorar nuevos libros y encontrar historias que toda la familia disfrutará. Las bibliotecas suelen ofrecer programas gratuitos, libros bilingües y espacios acogedores para leer y jugar. Acomódense, compartan una historia y dejen que la lectura se convierta en una parte alegre de la rutina invernal de su familia.



El árbol generoso — Shel Silverstein

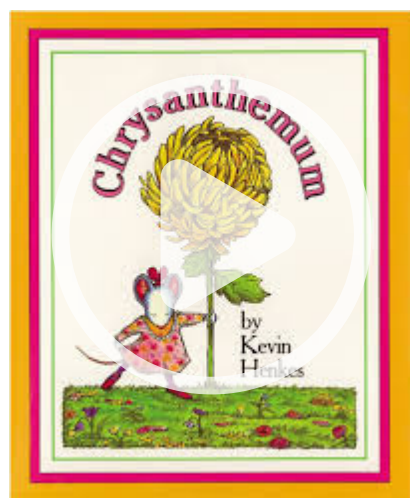
Una historia atemporal sobre la generosidad, el amor y la relación cambiante entre un niño y el mundo que lo rodea. Sencilla, poética y repleta de posibilidades para conversaciones en todas las edades.



Un día de nieve — Clement C. Moore

Un niño explora con asombro y alegría un día de invierno lleno de pequeñas aventuras mientras descubre la magia de la nieve.

Recomendaciones de Libros Acogedores



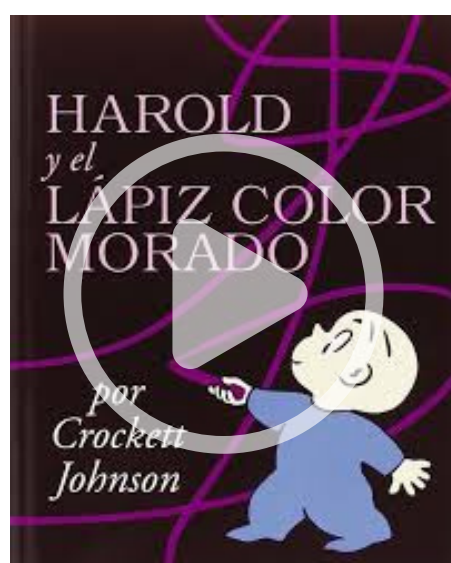
Chrysanthemum — Kevin Henke

Una pequeña ratoncita aprende a valorar su nombre y su identidad con el apoyo de su familia y el poder de la aceptación.



Te amo sol, te amo luna — Karen Pandell

Un libro de cartón que celebra la maravilla de la naturaleza y el amor incondicional entre el cuidador y el niño.



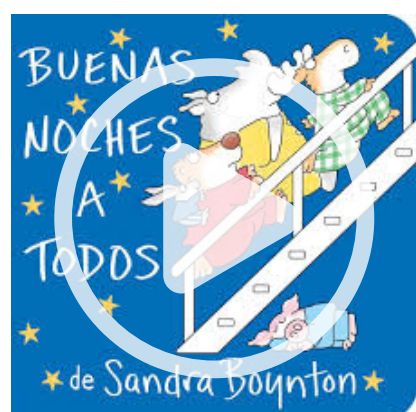
Harold y el lápiz morado — Crockett Johnson

Una aventura fantástica que despierta la imaginación, en la que Harold crea mundos enteros con tan solo un crayón morado.



Buenas noches luna — Margaret Wise Brown

Un cuento favorito para la hora de dormir, conocido por su ritmo relajante y sus objetos familiares que ayudan a los niños a tranquilizarse al final del día.



Buenas noches a todos — Sandra Boynton

Una historia divertida y alegre para la hora de dormir que ayuda a los niños pequeños a reír y prepararse para dormir con personajes de animales amigables y adorables.

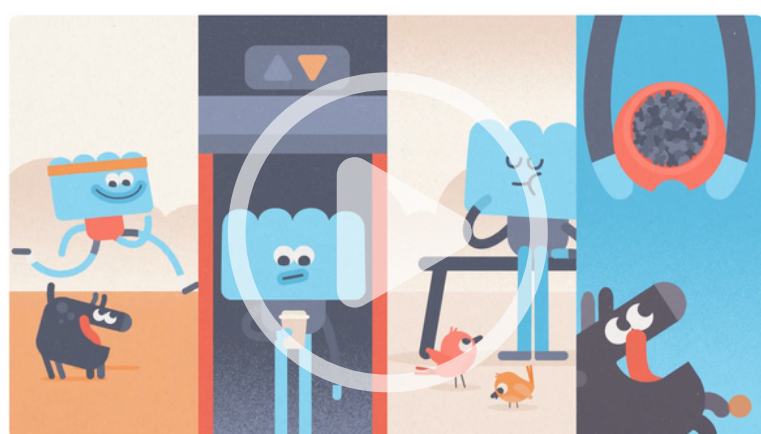
Bienestar Invernal



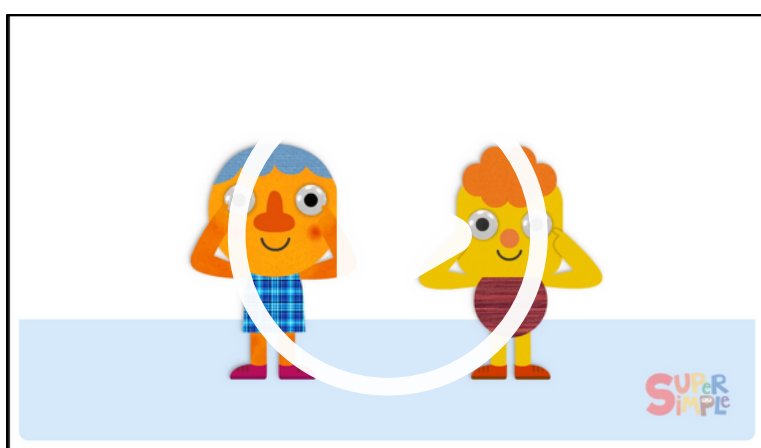
El invierno puede traer momentos acogedores y nuevos ritmos, pero también puede venir acompañado de estrés, días más cortos y rutinas alteradas. Cuidar de su bienestar también contribuye al bienestar de su hijo. Prácticas sencillas como estirarse juntos por la mañana, salir al aire libre durante unos minutos para respirar aire fresco y tomar el sol, poner música relajante durante las transiciones o terminar el día con unas respiraciones profundas y un abrazo, pueden marcar una gran diferencia. Los bebés y los niños pequeños aprenden a gestionar sus emociones observando a los adultos de confianza que los rodean, por lo que estos pequeños momentos de conexión son muy importantes.

El bienestar no tiene qué ser caro ni requerir de mucho tiempo, puede integrarse en los pequeños momentos del día y formar parte del ritmo familiar este invierno. Incorpore movimiento, música, momentos de calma y conexión a través del juego de una manera que resulte natural para su familia.

Aquí tiene algunos vídeos para ayudarle a comenzar:



[Para comenzar a meditar](#)
(padres y cuidares)
Headspace



[Cabeza, Hombros, Rodillas Y Pies](#)
Canciones Infantiles



[Soy el sol](#)
Cuento de consciencia para niños