

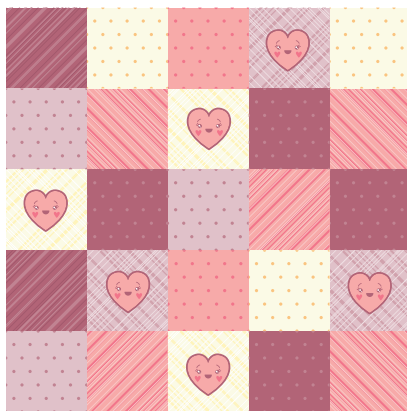
### Tela para jugar boca abajo: Hacer ejercicio y ver

#### Instrucciones:

1. Elija varios cuadrados de diferentes texturas y colores.
2. Cosa los cuadros o únalos con cinta. Esta pequeña cobija será el paño para jugar boca abajo de su bebe.
3. Ponga a su bebe boca abajo sobre la cobija.
4. Hable sobre lo que el ve y lo que usted ve que el esta haciendo. Anímelo a levantar la cabeza.
5. Asegúrese de respetar las señales del bebe. Cuando ya no quiera mirar mas volteara el rostro alejando y descansara. Es posible que gire el rostro nuevamente para mirar.
6. Puede hacer esta actividad una y otra vez en los días siguientes.

#### Materiales:

- Retazos de tela de diferentes diseños, colores texturas cortados en cuadros de 6 pulgadas
- Aguja e hilo o cinta termoadhesiva y plancha
- Tijeras
- Libro de cartón



#### ¿Cuál es el beneficio?

##### Motricidad:

- El rato boca abajo ayuda a fortalecer los músculos del cuello. La espalda y el estomago de su bebe

##### Lenguaje:

- Su bebe reconoce su voz e intenta buscarla levantando la cabeza cuando la oye.
- Su bebe mirara durante un rato y después desviara la mirada. Cuando se estimula el cerebro y los músculos de su bebe, es necesario lograr un equilibrio entre la actividad y el descanso.