

BANANAS HANDOUT

Exploring the Senses with Infants and Toddlers

Seeing

From birth, babies like to look at all kinds of objects: bright, shiny, moving things; objects of different sizes, shapes and colors. Talking to babies about what you see helps them develop their minds and learn about their world.

What You Can Do

- **Look at baby.** Eye contact is critical for social development. (If a baby is blind or has a visual impairment, it is important to compensate by engaging other senses, such as hearing, touching, tasting or smelling.)
- **Display mirrors, pictures and interesting objects** just out of reach on the floor, on the wall near the changing table, near her bed.
- **Talk about the colors, shapes or names of objects.** For example, you can:
 - look in a mirror and talk about your faces.
 - point to and name pictures in a book.
 - look at moving things like mobiles, blowing leaves, bubbles, rolling balls.
 - play peek-a-boo: make toys, and people, disappear and come back.
 - look at baby, talk about body parts.
 - look out the window and talk about what you see.
- **Dim the lights** and shine a flashlight on the ceiling, walls, floor, baby's hands, feet and tummy. Use colored cellophane to create different colors. Use broadbeam lights and penlights for different effects.

Toys to Make – Make sure to supervise babies when they are playing with these toys.

- **Make a peek-a-boo face.** Draw or paste a picture of a face on a piece of cardboard. Cover the face with a piece of material taped or stapled to the top that can be lifted like a curtain. It will be most fun for baby if you play peek-a-boo with him, but you might fasten the face to his playpen crib or changing table for occasional independent play.
- **Make toys that dangle and flutter.** Use colorful ribbons, shiny foil tins, and paper shapes. Or, make a simple mobile by fastening colorful shapes or objects to a coat hanger. Hang these where baby can watch them. These are to look at, not touch, so fasten them tightly out of baby's reach. Add to them and change them from time to time.
- **Fill a clear plastic bottle** with equal amounts of water and vegetable oil and a few drops of food coloring. Glue the lid on and cover with duct tape. You can also add a squirt of dishwashing liquid for bubbles and small floating toys or glitter. Let baby push and watch.

Learning is a natural part of living. The best teachers are those who play with children as part of everyday life. Notice, talk and sing about what you see, hear, touch, taste, smell, feel, think and do. Use objects in your everyday environment. Be imaginative and joyful. Watch carefully and follow the baby's lead.

BANANAS HANDOUT

Explorando los Sentidos con Infantes y Niños Pequeños

La Vista

Desde que nacen a los bebés les gusta mirar objetos de todo tipo, cosas coloridas, brillantes, en movimiento; cosas de diferentes tamaños, formas y colores. Hablarle a los bebés sobre lo que ve les ayuda a desarrollar sus mentes y aprender sobre sus mundos.

Lo Que Usted Puede Hacer

- **Mire al bebé.** El contacto visual es crítico para el desarrollo social. Si el bebé es ciego o tiene limitaciones visuales es muy importante compensar por lo que no ve usando más sonidos y el tacto.
- **Coloque espejos, dibujos y objetos interesantes** un poco fuera de su alcance en el piso, en la pared cerca de la mesa para cambiarlo, cerca de su cama. Tenga suficientes cosas interesantes de mirar y hable sobre sus colores, sus formas, como se llaman, etc., por ejemplo:
 - Mire por la ventana y describa lo que ve
 - Mire un espejo y hable sobre sus caras
 - Señale y nombre los dibujos de un libro
 - Mire cosas en movimiento como móviles, hojas volando, burbujas, pelotas rodantes
 - Juegue a las escondidas cubriéndose la cara
 - Haga aparecer y desaparecer objetos y juguetes
 - Mire al bebé, hable sobre las partes de su cuerpo
- **Baje las luces y enfoque una linterna** hacia el techo, las paredes, el piso, las manos, los pies y el estómago del bebé. Use celofán de color para crear diferentes colores. Para diferentes efectos use linternas de diferentes tamaños.

Juguetes que Puede Hacer – Asegúrese de supervisar a los bebés cuando juegen con estos juguetes.

- **Haga una máscara para jugar a las escondidas.** Dibuje o pegue el dibujo de una cara en un pedazo de cartón y cubra la cara con una cortina, que se pueda levantar, pegada en la parte superior. Será más entretenido para el bebé si juegan a las escondidas juntos, pero también puede asegurar la máscara a su cuna o mesa para cambiar pañales para que juegue con ella ocasionalmente independientemente.
- **Haga juguetes que cuelguen y revoloteen,** use cintas coloridas, papel brillante, papel de cortar. O haga un móvil sencillo pegando en un colgador de ropa formas o objetos coloridos. Cuélguelos donde el bebé pueda observarlos. Estos son para mirar, no para tocar de modo que asegúrelos fuera del alcance del bebé. De vez en cuando agregue otros o cámbielos.
- **Llene una botella de plástico transparente con agua,** un poco de líquido para lavar platos, unas cuantas cucharadas de aceite de cocina y unas cuantas gotas de colorante para comidas. Pegue la tapa o asegúrela con cinta adhesiva. También puede agregarle juguetitos flotantes o brillos. Deje que el bebé lo empuje y observe.

El aprendizaje es parte de la vida en este mundo. Los mejores maestros son aquellos que juegan con los niños como parte de la vida diaria. Note y hable (y cante) sobre lo que ve, escucha, toca, saborea, siente, piensa, hace. Use objetos en su ambiente diario. Sea imaginativa y alegre. Observe cuidadosamente y siga las ideas del bebé.

BANANAS HANDOUT

Exploring the Senses with Infants and Toddlers

Touching

Babies learn about themselves, their bodies and their world through touch. Adults create relationships with babies through touch. Babies with sensory or motor disabilities need touching even more, since other ways of communicating may be blocked. However, keep in mind that some babies are hypersensitive to touch. Observe how babies respond. Be slow and gentle.

What You Can Do

- **Let baby feel and touch things** inside and out-of-doors – leaves, trees, grass, wood, blankets, ice, slippery soap and tickly feathers. Touch the window on a cold and/or a hot day. Keep a box of scraps of cloth of many textures for baby to play with.
- **Touch baby's face and let baby touch your face.** Talk about noses, ears, hair, etc. Massage your baby. Use different kinds of gentle oils and lotions. Let baby know how much you enjoy her. Sing. Coo. Make happy noises.
- **Let baby feed herself**, let her play with food like jell-o, ice cream, cooked spaghetti, yogurt, flour, oatmeal. No clothes or just a diaper will make cleanup easier (yes, it's messy). Follow with a bath.
- **Use a hand-held water spray** in the bath for different 'textures' of water. Also, pour water through a strainer, coffee filter, etc, onto baby's hands or feet. Sponges are fun to soak and squeeze. Encourage water play, but **never** leave a baby alone in water.
- **Use your hand to be a 'mousie' or a 'buzzing bee.'** Fly around, sneak up baby's leg or arm, and tickle gently. Be sure baby can see you coming.
- **Give baby plenty of time on the floor on his tummy**, to practice and feel his legs and arms moving against a rug or blanket. Give him toys to reach for and touch.
- **Give lots of hugs and kisses.**

Toys to Make – Make sure to supervise babies when they are playing with these toys.

- **Make a texture quilt or ball** by stitching together fabric pieces with different textures – burlap, velvet, fake fur. Or, glue different textures on blocks or pieces of cardboard. (Make sure baby doesn't eat them!)
- **Pull a clean tube sock** over a small plastic container or cut a hand-sized hole in a box, then put different toys and objects inside. As soon as babies start reaching, help them reach in to feel the objects inside. Older children can try to guess what's there.

Learning is a natural part of living. The best teachers are those who play with children as part of everyday life. Notice, talk and sing about what you see, hear, touch, taste, smell, feel, think and do. Use objects in your everyday environment. Be imaginative and joyful. Watch carefully and follow the baby's lead.

BANANAS HANDOUT

Explorando los Sentidos con Infantes y Niños Pequeños

El Tacto

Los bebés aprenden por medio del tacto sobre ellos mismos, sus cuerpos y sus mundos. Los cuidadores crean relaciones con los bebés a través del tacto. Los bebés con incapacidades sensoriales o motoras necesitan aún más del sentido del tacto porque otras áreas de comunicación podrían estar bloqueadas. Sin embargo algunos bebés son muy sensitivos al tacto. Observe como responden los bebés. Sea lento y amable.

Lo Que Usted Puede Hacer

- **Permita que el bebé sienta y toque objetos** adentro y al aire libre: hojas, árboles, hierba, madera, cobijas, hielo, jabón resbaloso y cosquilleantes plumas. Toque la ventana en un día frío o cálido. Mantenga una caja con pedazos de tela de muchas texturas para que el bebé juegue con ellas.
- **Tóquele la cara al bebé y deje que este le toque la cara a Ud.** Hable sobre las narices, oídos, pelo, etc. Dele masajes a su bebé. Use diferentes tipos de aceites y lociones suaves. Déjele saber al bebé cuanto disfruta de el. Haga sonidos alegres.
- **Permita que su bebé experimente con la comida** – para el va ser una experiencia total – pues no solo siente la textura de la comida sino también la saborea. Algunas sugerencias son gelatina, helados, fideos cocidos, yogurt, harina, cereal. La limpieza será más fácil sin ropa o con solo un pañal. Bañelo después.
- **Use un atomizador con agua y roseelo** en el baño para que sienta diferentes “texturas” de agua. También vierta agua en las manos o pies del bebé a través de un colador, filtro para café, etc. Las esponjas son divertidas para mojarse y apretarlas. Fomente el jugar con agua, pero **nunca** deje solo a un bebé en el agua.
- **Use las manos para hacer de “ratón” o una “abeja zumbante”** – vuele, suba por una pierna o brazo del bebé y cosquillee suavemente. Asegúrese que el bebé la vea venir.
- **Dele suficiente tiempo al bebé en el suelo o sobre su estómago** para que practique y sienta sus piernas y brazos moviéndose contra la alfombra o frazada. Dele objetos para que alcance y toque.
- **Naturalmente, dele muchos abrazos y besos.**

Juguetes que Puede Hacer – Asegúrese de supervisar a los bebés cuando juegan con estos juguetes.

- **Haga una colcha o pelota** cosiendo cuadrados de telas de diferentes texturas: costal, terciopelo, piel falsa, etc. O pegue diferentes texturas en pedazos de cartón (¡Asegúrese que el bebé no se las coma!)
- **Cubra un envase pequeño de plástico con un calcetín**, o corte un hueco del tamaño de la mano en una caja de cartón, después ponga adentro diferentes juguetes y objetos. Deje que los niños toquen los objetos. Los niños mayorcitos pueden tratar de adivinar que son.

El aprendizaje es parte de la vida en este mundo. Los mejores maestros son aquellos que juegan con los niños como parte de la vida diaria. Note y hable (y cante) sobre lo que ve, escucha, toca, saborea, siente, piensa, hace. Use objetos en su ambiente diario. Sea imaginativa y alegre. Observe cuidadosamente y siga las ideas del bebé.

BANANAS HANDOUT

Exploring the Senses with Infants and Toddlers

Hearing

The world is full of sound, and babies listen carefully to the sounds around them. They are storing up sounds for when they begin to talk. They are learning to identify the voices of family and friends, the sounds of dogs, cars, refrigerators and music. Even a baby who is deaf or hearing impaired is sensitive to rhythm and vibration.

What You Can Do

- **Talk to baby!** It doesn't matter what you talk about; baby is learning that people talk. If you know a language other than English, use it! It is good for babies' brains to hear more than one language, and baby talk makes babies feel good even if they don't understand the words. Make it a conversation: take turns imitating each other's sounds.
- **Sing, play music, play instruments.** Make rhymes, recite poetry and tongue twisters. Play with language and sound. Don't worry about your skill – or lack thereof! What's important is that baby learns to enjoy language and music. Clap your hands. Whistle. Hum. Put your mouth against baby's head or tummy while you hum or sing.
- **Identify sounds** – “Do you hear the dog barking? What does the dog say? Woof! Woof!” Talk about loud sounds and soft sounds, BIG sounds and small sounds, sounds that startle baby and sounds that soothe. Be quiet and listen to the sounds in your environment and then talk about them.
- **Read to baby often.** Read some more. Read books and signs and cereal boxes. Read.
- **Let babies make noises.** Tie a bell around their ankle or wrist, give them pots and pans to bang on, or wooden and metal wind chimes to kick.
- **Sing and dance.** Sing the songs of your own and other cultures – lullabies and play songs. Make up songs about activities like “Put your socks on, put your socks on, on your feet, on your feet, warm your little toesies, warm your little toesies, sweet sweet sweet, sweet sweet sweet” (to the tune of Frère Jacques). Make up your own tunes.
- **Tape record baby's sounds** and your voice and play it back for her.

Toys to Make – Make sure to supervise babies when they are playing with these toys.

- **Make bracelets or anklets** with jingle bells and string or elastic. Tie the bracelet to baby's wrist or ankle so he can make sounds when moving. Supervise – the bracelets can be dangerous if they come off.
- **Fill film or yogurt canisters** with sand, rice, beans, stones or other hard materials. Glue the lids on (make sure the lids are on securely) and let baby shake and roll them to make noises.
- **Make “drums” out of boxes**, bowls and pans made of metal, plastic, cardboard, paper or wood. Let baby pound with spoons, dowels, cardboard tubes, rattles, etc. Talk and sing into a paper towel roll.

Learning is a natural part of living. The best teachers are those who play with children as part of everyday life. Notice, talk and sing about what you see, hear, touch, taste, smell, feel, think and do. Use objects in your everyday environment. Be imaginative and joyful. Watch carefully and follow the baby's lead.

BANANAS HANDOUT

Explorando los Sentidos con Infantes y Niños Pequeños

El Oído

El mundo del bebé está lleno de sonidos. Los bebés escuchan cuidadosamente los sonidos que los rodean. Están almacenando los sonidos para cuando empiecen a hablar. Están aprendiendo a identificar las voces de familiares y amigos, el sonido de los perros, carros, refrigeradores y la música. Incluso un bebé sordo, o un poco sordo, es sensible al ritmo de las vibraciones.

Lo Que Usted Puede Hacer

¡Háblele al bebé! Es muy importante que le hable, pues así el aprende que la gente habla. Cante, toque música e instrumentos. Haga poemas, recite poesía y diga trabalenguas. Juegue con el lenguaje y el sonido. No se preocupe de sus habilidades. Lo que importa es que el bebé aprenda a disfrutar del lenguaje y la música. Aplauda. Silbe. Tararee. Ponga su boca contra la cabeza o el estómago del bebé mientras tararea o canta.

Haga conversación, imite los sonidos que hace el bebé.

Háblele cuando escuche sonidos fuertes y suaves, voces altas y bajas, ruidos que lo asustan o lo relajan. Identifique los sonidos: “¿Escuchas el ladrido? ¿Qué dice el perro? ¡Guau, guau!” Guarde silencio y escuche los sonidos de su ambiente.

Léale al bebé a menudo. Lea más. Lea libros y anuncios de las cajas de cereales. Lea.

Dele al bebé la oportunidad de emitir sonidos. Pongale una campanita o sonajitas en su tobillo o muñeca. Dele ollas y cacerolas para golpear o campanas de madera y de metal que él pueda golpear.

Cante y baile. Cante canciones de su cultura y de otras: canciones de cuna y canciones de jugar. Haga actividades con las canciones como: “Ponte los calcetines, en tu pie, en tu pie, calienta tus dedos, calienta tus dedos, dulce dulce dulce, dulce dulce dulce.” (al ritmo del Padre Jacques). Crea sus propias tonadas.

Grabe los sonidos del bebé y la voz de usted y tóquelo para que el lo escuche.

Juguetes que Puede Hacer

Pueden hacerse pulseras para la muñeca y los tobillos con campanillas y cuerdas o elástico. Amárrelas a la muñeca o tobillo del bebé para que emita sonidos cuando se mueva. No deje solo al bebé, éstos objetos pueden ser peligrosos si se sueltan.

Llene las botellas o frascos de plástico pequeños con tapadera con arena, arroz, frijoles, piedras y otras sustancias. Pegue la tapa (fíjese que las tapas estén bien aseguradas) y deje que el bebé los sacuda y haga rodar para hacer sonidos.

Haga “tambores” de cartones, tazones y ollas de metal, plástico, cartón, papel o madera. Deje que el bebé las golpee con cucharones, clavijas, tubos de cartón, sonajas, etc.

El aprendizaje es parte de la vida en este mundo. Los mejores maestros son aquellos que juegan con los niños como parte de la vida diaria. Note y hable (y cante) sobre lo que ve, escucha, toca, saborea, siente, piensa, hace. Use objetos en su ambiente diario. Sea imaginativa y alegre. Observe cuidadosamente y siga las ideas del bebé.

BANANAS HANDOUT

Exploring the Senses with Infants and Toddlers

Tasting

Eating is one of the most important activities in a baby's life. Being fed tells a baby she is loved and can depend on the world to care for her. Babies use their mouths to explore and learn. As babies grow older, the first level of investigation is to put everything in their mouths – which is why we must be very careful to keep small objects that babies might choke on out of their reach.

What You Can Do

- **Talk to baby about taste.** Sweet, sour, salty, etc. “The applesauce tastes sweet, doesn't it?”
- **Introduce different tastes** and pay attention to baby's reaction. Talk about this, “You don't like the lemon? Is it too sour?” or “Let's try a little cinnamon in our mashed banana.”
- **Let baby experience different foods** such as mashed bananas, mashed potatoes and oatmeal.
- **Add vegetables to the diet** when baby is 5 to 6 months old. Cook and puree different vegetables, add color, texture, flavor. Introduce one vegetable at a time at 4 to 5 day intervals. (Some children have food allergies. Introducing foods one at a time makes it easier to identify which food causes a reaction.)
- **Pay attention to baby's preferences.** Don't force him to eat food he doesn't like. Offer plenty of choices. Since baby's tastes change frequently, reintroduce previously rejected foods from time to time.
- **Let baby feed herself.** Give her foods that she can pick up, such as peas or bite-size pieces of banana or Cheerios. Put up with the mess for a little while.
- **Play guessing games** with food with older children. “Open your mouth and close your eyes and I'll give you a nice surprise.” Give bits of banana, pudding, yogurt and other foods that she enjoys.
- **Let baby put things in her mouth to explore.** Make sure first that objects in baby's reach are clean and safe! Make sure the items cannot fit through a paper towel tube.

Toys to Make – Make sure to supervise babies when they are playing with these toys.

- **Make different-flavored popsicles.** Let baby suck on and play with them in a plastic dishpan or in the tub.
- **Make edible ‘fingerpaint’** using pudding or jell-o for baby to mush, smear and taste.
- **Prepare a bland food** like mashed potatoes and flavor it with different spices, herbs and extracts. Let baby explore which she likes and which she doesn't. As baby gets older, let her choose flavors for mashed potatoes, oatmeal, cookies, yogurt, pancakes, etc. Taste apples and then make applesauce. Try it plain and then with spices.

Learning is a natural part of living. The best teachers are those who play with children as part of everyday life. Notice, talk and sing about what you see, hear, touch, taste, smell, feel, think and do. Use objects in your everyday environment. Be imaginative and joyful. Watch carefully and follow the baby's lead.

BANANAS HANDOUT

Explorando los Sentidos con Infantes y Niños Pequeños

El Sabor

Comer es una de las actividades más importantes en la vida del bebé. Ser alimentado le dice al bebé que lo quieren y puede depender en que el mundo lo cuidará. Incluso bebés que maman notarán la diferencia en el sabor si la mamá ha comido ciertos alimentos. Los bebés usan la boca para explorar y aprender. Conforme crece el primer nivel de investigación del bebé es ponerse algo en la boca, por eso es que debemos ser muy cuidadosos en mantener fuera de su alcance los objetos pequeños con los que pudiera asfixiarse el bebé. Algunos niños tienen alergia a los alimentos o dificultades en comer, de modo que asegúrese de hablar con los padres antes de realizar cualquiera de estas actividades.

Lo Que Usted Puede Hacer

Hable con el bebé sobre el gusto – dulce, ácido, salado – “Tenemos puré de manzana. Sabe dulce ¿verdad?”

Presente diferentes sabores y preste atención a la reacción del bebé. Hable sobre esto: ¿No te gusta el limón? ¿Es demasiado ácido?” o “Pongamos un poco de canela en nuestro puré de plátano.”

Se pueden agregar verduras a la dieta del infante cuando tienen de 5 a 8 meses de edad. Cocine y haga puré de diferentes verduras, agregue color, textura, sabor. Introduzca una verdura a la vez y repítala de 4 o 5 días.

Preste atención a lo que le gusta y disgusta al bebé. No lo fuerce a comer alimentos que no le gustan. Ofrezca bastantes variedades. Ya que el gusto del bebé cambia frecuentemente presente alimentos que fueron rechazados antes.

Deje comer solo al niño. Dele los alimentos que pueda escoger. Sobrelleve la suciedad por un tiempo. Recuerde que es una etapa importante y el bebé también explora por medio del paladar.

Los niños mayorcitos pueden jugar juegos de adivinanza con la comida: “Abre la boca y cierra los ojos y te voy a dar una buena sorpresa.” Dele pedacitos de plátano, pudín, yogurt y otras comidas que le guste.

Asegúrese que los objetos en el ambiente del bebé estén limpios, sean seguros y después deje que se ponga cosas en la boca para explorarlas.

Juguetes que Puede Hacer

Haga hielo de diferentes sabores. Deje al bebé probarlos y jugar con ellos en un plato de plástico.

Haga pintura comestible usando pudín o gelatina para que el bebé use las manos y los dedos y pueda pobarla y aplastarla.

Use comida suave como puré de papas instantáneo y póngale diferentes sabores de condimentos, hierbas y extractos. Deje que el bebé explore y vea lo que le gusta y disgusta. Conforme crece el bebé déjelo escoger sabores para el puré de papas, la avena, galletas, yogurt, panqueques, etc.

El aprendizaje es parte de la vida en este mundo. Los mejores maestros son aquellos que juegan con los niños como parte de la vida diaria. Note y hable (y cante) sobre lo que ve, escucha, toca, saborea, siente, piensa, hace. Use objetos en su ambiente diario. Sea imaginativa y alegre. Observe cuidadosamente y siga las ideas del bebé.

BANANAS HANDOUT

Exploring the Senses with Infants and Toddlers

Smelling

Smell, along with taste, is one of the first ways babies learn to identify the people who are most important to them. The world is full of interesting smells. The more smells and other sensory stimulations babies experience, the more their brains grow. For children who are blind or deaf, smell is an even more important tool for identifying people and events in their world. Some babies are sensitive or allergic to perfumes, so use natural scents.

What You Can Do

- **Include baby while preparing food:** Let baby smell everything: oranges and lemons, garlic and spinach, cinnamon and cloves.
- **Let baby smell the difference** between dough and freshly cooked tortillas or between other 'raw' and cooked foods. Talk about how food smells differently as it cooks. Taste the difference, too.
- **Talk about the difference between smell and taste** for items like vanilla and cinnamon.
- **Try interesting essential scents** in massage oils when you massage baby.
- **Take time to smell the flowers.** Go outside on a rainy day and smell the rain. Go into a garden on a hot day and smell the warm smells.
- **Visit a park or botanical garden** with a scent garden for people with visual impairments. Let baby touch and smell the plants. Remember to make sure that plants are not poisonous. Little children are quick to put everything into their mouths.
- **Talk about smells** when changing diapers, like 'poopy' and ointment smells.
- **Bathe baby using scented soaps**, but pay attention to allergies.
- **Play guessing games** with older children, asking them to smell objects with their eyes closed and then identify what they smelled.

Toys to Make – Make sure to supervise babies when they are playing with these toys.

- **Add scents** like peppermint, cinnamon or food extracts such as lemon, almond or vanilla extract to playdough or fingerpaint.
- **Sew small pillows** stuffed with 'smelly' things like cloves, anise seed, lavender, cinnamon. Or, use clean socks and knot them securely so that baby can smell, bite and explore.

Learning is a natural part of living. The best teachers are those who play with children as part of everyday life. Notice, talk and sing about what you see, hear, touch, taste, smell, feel, think and do. Use objects in your everyday environment. Be imaginative and joyful. Watch carefully and follow the baby's lead.

BANANAS HANDOUT

Explorando los Sentidos con Infantes y Niños Pequeños

El Olfato

Junto con el gusto, el olfato es la primera manera en que el bebé identifica a la gente que es más importante para él. El mundo está lleno de olores interesantes y cuanto más se anime al bebé a experimentar nuevos olores (lo mismo que experimentar con los otros sentidos) se le desarrolla más el cerebro. Para los niños ciegos o sordos el olfato se convierte en una herramienta importante para identificar a la gente y los eventos del mundo que los rodea. Algunos bebés son sensitivos o alérgicos a los perfumes de modo que empiece con perfumes naturales.

Lo Que Usted Puede Hacer

Cuando prepare la comida deje que el bebé huela todo: naranjas y limones, ajos y espinacas, canela y clavos de olor, ect.

Experimente con perfumes esenciales en los aceites para masajes cuando le de masajes al bebé.

Tome tiempo para oler las flores. Salga en un día lluvioso y huela la lluvia. Vaya al jardín en un día cálido y huela los olores tibios.

Algunos jardines botánicos tienen jardines olorosos para la gente con incapacidades visuales. Los demás también podemos disfrutarlos. Deje que el bebé huela y toque las plantas. Recuerde de revisar primero para asegurarse de que las plantas no sean venenosas. A nuestros pequeñines les encanta y son bastante rapidos en meterse todo a la boca.

Hable sobre los olores cuando cambie pañales – “la caca” apesta.

Baño al bebé usando jabones olorosos, pero préstele atención a las alergias.

Juguetes que Puede Hacer

Cosa almohaditas rellenas con cosas “olorosas” como clavos de olor, anís, lavanda, canela. O use calcetines limpios y amárrelos seguramente para que el bebé huela, muerda y explore.

Haga masa para jugar. Puede agregar cosas “olorosas” como perfumes con menta y canela o extractos para alimentos (por ejemplo limón, almendra, vainilla). También puede hacer esta actividad con pintura de dedos.

El aprendizaje es parte de la vida en este mundo. Los mejores maestros son aquellos que juegan con los niños como parte de la vida diaria. Note y hable (y cante) sobre lo que ve, escucha, toca, saborea, siente, piensa, hace. Use objetos en su ambiente diario. Sea imaginativa y alegre. Observe cuidadosamente y siga las ideas del bebé.

BANANAS Child Care Information & Referral • 5232 Claremont Ave., Oakland, CA 94618 • 658-7353 • www.bananasinc.org

BANANAS HANDOUT

Exploring the Senses with Infants and Toddlers

Intuition and Feelings

Babies have feelings. They like some people right away and some they don't. Some places feel safe to them and some are scary. Some sounds make them happy, others sad. Babies recognize when the important people around them are angry, afraid, sad, happy, excited and they react to those perceptions. Some children with certain disabilities seem to have a heightened awareness about what is going on with the world and the people around them. Babies can't talk about or even name these feelings, but we can help them develop their intuitive and emotional life by acknowledging their feelings and helping them acquire vocabulary that is about feelings, ideas and thoughts.

What You Can Do

- **Talk to baby about everything.** Talk about her likes and dislikes – if she spits out the peas, say, “I guess you didn't like those peas.”
- **Comfort baby by talking about what's happening** – “The shot may hurt some but you'll be ok!”
- **Lay the foundation for babies and toddlers to empathize** with others by saying things like “I'm giving a talk today and I'm very nervous” or “Sam is crying; he must feel sad.” Feelings of empathy begin much earlier than many adults realize.
- **Acknowledge baby's feelings.** If she says, “I don't like it!” don't say, “Oh yes you do.” If he cries, don't tell him there is nothing to cry about. If she's afraid, don't tell her “Don't be scared.” You can say, “I know you're scared of the dog. He's very big and furry. After you've known him for a while, maybe he won't seem so scary.”
- **Talk about facial expressions** and body language when reading picture books with baby. “What kind of face is the man making?” “Do you think the dog is surprised?”
- **Explain the difference between feelings and actions.** “It's okay to be mad, but it's not okay to hit.”
- **Expand baby's ability to think creatively** with nonsensical language play. A paper bag can become a peek-a-boo toy. With an older child, you can talk about silly things like how bananas are different from balloons and how they are the same.
- **Create stories and songs**, the sillier the better. Laugh a lot.

Toys to Make – Make sure to supervise babies when they are playing with these toys.

- **Make a book** of drawings or cut out pictures of people. Describe them using words like mad, sad or happy.
- **Let older babies help you** make a happy book or a mad book by cutting out or drawing appropriate pictures, e.g. a photograph showing a situation that makes them happy, sad, etc.

Learning is a natural part of living. The best teachers are those who play with children as part of everyday life. Notice, talk and sing about what you see, hear, touch, taste, smell, feel, think and do. Use objects in your everyday environment. Be imaginative and joyful. Watch carefully and follow the baby's lead.

BANANAS HANDOUT

Explorando los Sentidos con Infantes y Niños Pequeños

Intuición y Sentimientos

Los bebés tienen sentimientos. Es normal cuando se sienten bien con algunas personas inmediatamente y otras no. Algunos lugares los sienten seguros y algunos los asustan. Algunos sonidos los hacen felices, otros tristes. Los bebés reconocen cuando las personas importantes que los rodean están enojados, asustados, tristes, felices, excitados y reaccionan a estas percepciones. Los niños con incapacidades a menudo parecen tener un mayor sentido de conciencia sobre lo que está sucediendo en el mundo y con la gente que los rodea. Los bebés no pueden hablar sobre estos sentimientos, ni siquiera nombrarlos, pero podemos ayudarles a desarrollar sus vidas intuitivas y emocionales reconociendo sus sentimientos y ayudándoles a adquirir vocabulario sobre lo que son sus sentimientos, ideas y pensamientos.

Lo Que Usted Puede Hacer

Háblele al bebé sobre todo. Hable sobre sus gustos y disgustos, si el bebé escupe las arbejas, diga: “supongo que no te gustaron estas arbejas.”

Cuando tranquilice a un bebé hable sobre lo que sucedió: “Esa vacuna fue una gran sorpresa ¡Y duele!”

Los bebés y niños pequeños son capaces de simpatizar con otros mucho más temprano de lo que piensan los adultos. Puede formar una base hablandoles desde chiquito de los sentimientos de usted y de otros niños, por ejemplo, “Voy a dar un discurso hoy y estoy nerviosa,” o “Sam está llorando; debe sentirse triste.”

Más importante: reconozca los sentimientos de sus bebés. Si el niño dice “¡No me gusta esto!” no diga “Oh, sí, te gusta.” Si llora no le diga que no hay nada porqué llorar. Si tiene miedo no le diga “No tengas miedo.” Puede decir “Se que le tienes miedo al perro. Es muy grande y peludo. Después que lo conozcas un tiempo quizás no te asustará tanto.”

Cuando vea los libros, hablele sobre las imágenes: “¿Se le ve la cara triste o alegre?” “¿Se asustó el perro?”

Hablele sobre los sentimientos y comportamiento: “Te puedes sentir enojado, pero no le pegues a nadie.”

Juegos de lenguaje ayudan a expandir la habilidad del bebé a pensar creativamente. Una bolsa de papel se convierte en un juguete para jugar a las escondidas. Con un niño mayorcito puede hablar sobre disparates, como cómo la banana se diferencia de los globos y en que se parecen.

Invente cuentos y canciones, cuando más tontos mejor. Ría mucho.

Juguetes que Puede Hacer

Haga un libro de dibujos o corte dibujos y descríbalos usando palabras como loco, triste, feliz.

Conforme crezca el bebé deje que le ayude a hacer un libro feliz o triste escogiendo los dibujos.

El aprendizaje es parte de la vida en este mundo. Los mejores maestros son aquellos que juegan con los niños como parte de la vida diaria. Note y hable (y cante) sobre lo que ve, escucha, toca, saborea, siente, piensa, hace. Use objetos en su ambiente diario. Sea imaginativa y alegre. Observe cuidadosamente y siga las ideas del bebé.