

Estimados padres y proveedores de cuidados,

Cada niño se desarrolla a su propio paso y puede hacer más o menos de las actividades indicadas bajo cada grupo de edades. Si se siente preocupado/a con respecto al desarrollo de un niño, póngase en contacto con el pediatra del niño. Esta herramienta sugiere algunas actividades que usted puede hacer con los niños para fomentar su desarrollo. ¡Disfrute al observar y ayudar a que crezca su hijo!



nacimiento a 6 meses

### YO PUEDO...

- Seguir movimientos y sonidos con mis ojos y girando mi cabeza.
- Mirarlo directamente con mis ojos.
- Querer poner objetos en mi boca.
- Hacer sonidos como aah y ooh.
- Llorar para decirle que necesito algo. Tal vez tenga hambre, me duela algo o esté mojado.
- Mirar en otra dirección/alejarme de usted o llorar cuando tengo que descansar después de una actividad.
- Levantar mi cabeza al estar acostado sobre mi estómago.
- Jugar con mis manos y mis pies.
- Mover un objeto de una mano a la otra.
- Sonreír y reír.
- Dormir mucho.
- Rodar estando boca abajo hasta quedar boca arriba.

### PARA AYUDARME EN EL DESARROLLO...

- Cámbiame el pañal en cuanto esté mojado o sucio.
- Manténgame lejos de ruidos fuertes.
- No me arroje en el aire ni me agite.
- Acaricie mi cabeza y mi piel.
- Hableme suavemente y cánteme.
- Deme juguetes seguros, como aros de plástico/caucho, sonajeros u objetos blandos.
- Míreme directamente a los ojos y sonría mucho.
- Para silenciarme, deme palmaditas suaves en la espalda, sujéteme en brazos/arrúlleme/camine conmigo, o hábleme con una voz suave.
- Evite que se me mueva la cabeza de un lado a otro sin control. Los músculos de mi cuello aún son débiles.

de 6 a 12 meses

### YO PUEDO...

- Copiar sonidos y movimientos que usted hace.
- Reconocerlo entre gente extraña.
- Repetir acciones una y otra vez para ayudarme a aprender.
- Responder a mi nombre.
- Hacer sonidos como *bbbb*, *dada*, *gaga* o *mama*.
- Comprender lo que significa "no." (Pero quizás no le haga caso.)
- Sujetar objetos con mis manos.
- Extenderme para alcanzar objetos delante mío.
- Rodar estando boca arriba hasta quedar boca abajo.
- Mantener mi cabeza erguida y sentarme sin apoyo.
- Desplazarme sobre mi estómago o gatear.
- Mover objetos dentro y fuera de un recipiente.
- Patear y mover mis brazos.

### PARA AYUDARME EN EL DESARROLLO...

- Deme objetos/juguetes seguros que hagan sonidos y tengan una textura/apariencia diferente entre sí.
- Léame libros con ilustraciones grandes y coloridas, y texturas diferentes.
- Cante o hágame escuchar canciones que tengan mucha repetición.
- Deme espacio para mover mis brazos y mis piernas.
- Mantenga lejos de mi alcance objetos en los que me pueda atragantar.
- Deme juguetes seguros que yo pueda morder, golpear, agitar o arrojar, como bloques y tazas.
- Por las noches, ayúdeme a sentirme reconfortado con mi manta favorita, música o animal de peluche.
- Ayúdame a beber de una taza y a comer alimentos sólidos.

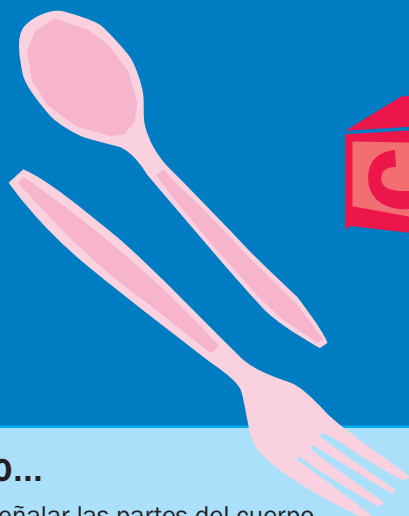
de 12 a 18 meses

### YO PUEDO...

- Comenzar a pensar en maneras de resolver problemas.
- Recordar cosas que ocurrieron hace varias horas o hace un día.
- Seguir instrucciones simples.
- Responder a una pregunta como, “¿Dónde está la pelota?” señalando con el dedo.
- Llorar, pegar o tener un berrinche cuando me siento frustrado.
- Caminar sin apoyo, pero a veces podría gatear.
- Apilar un objeto encima de otro.
- Dar vuelta una página de un libro.
- Enfadarme cuando estoy lejos de usted.
- Beber solo de una taza, pero tal vez derrame un poco de líquido.
- Hacer cosas que usted me dijo que ni hiciera.

### PARA AYUDARME EN EL DESARROLLO...

- Aliénteme a practicar cómo llevar cosas, trepar, jalar y empujar.
- Salga a caminar conmigo.
- Hábleme lentamente, cara a cara.
- Hábleme sobre lo que siento, escucho, veo, huelo y saboreo.
- Juegue conmigo a las escondidas y a juegos con los dedos, entretejiéndolos como la “Itsy Bitsy Araña.”
- Repita mis libros, rimas, canciones y cuentos favoritos.
- Cuando me siento frustrado, aliénteme a usar palabras para expresarme.
- Dame trocitos de comida pequeños y blandos para que coma por mí mismo.
- Asegúrese de que pueda descansar lo suficiente.
- Ofrézcame opciones.



de 18 a 24 meses

### YO PUEDO...

- Nombrar y señalar las partes del cuerpo.
- Mover mi cuerpo al ritmo de la música.
- Hacer los sonidos que hacen los animales.
- Decir oraciones de dos palabras como “¡Quiero comer!”
- Usar palabras que se enfocan en mí persona, como “yo,” “mi” y “mío.”
- Decir 15 a 50 palabras y usar palabras nuevas todos los meses.
- Trepar, saltar, correr y caminar.
- Subir y bajar las escaleras con su ayuda.
- No querer compartir.
- Ayudarlo cuando me viste y me desviste.
- Nombrar dibujos simples de un libro.
- Usar una cuchara y tenedor.
- Patear una pelota hacia adelante.
- Tomar turnos.

### PARA AYUDARME EN EL DESARROLLO...

- Léame y aliénteme a encontrar objetos en las imágenes.
- Ayúdeme a poner mis sentimientos en palabras.
- Hábleme con respecto a lo que hago a medida que lo voy haciendo. Por ejemplo: “Estás rodando la pelota.”
- Proporcione áreas seguras adentro y afuera donde yo me pueda mover.
- Deme colores grandes con los cuales puedo hacer garabatos.
- Deme juguetes con los cuales pueda verter, recoger, apretar y apilar.
- Esté siempre atento a dónde estoy porque podría alejarme sin darme cuenta.
- Ayúdeme a comer con una cuchara y beber con una pajilla/popote.



de 2 a 3 años

### YO PUEDO...

- Copiar sus palabras y acciones.
- Demostrar interés en usar el baño.
- Combinar objetos según su forma y color.
- Hablarme a mí mismo para practicar palabras nuevas.
- Preguntar “¿Por qué?” muchas veces.
- Tener muchos berrinches porque me siento frustrado.
- Decir oraciones de tres palabras como “¡Mamá, te quiero!”
- Decir aproximadamente 50 a 300 palabras y tener una mejor pronunciación.
- Subir y bajar las escaleras usando un pie (en vez de ambos) para cada escalón.
- Preferir usar una mano más que la otra.
- Abrir las puertas.
- Demostrar un interés en otros niños.
- Saber si soy un niño o una niña.



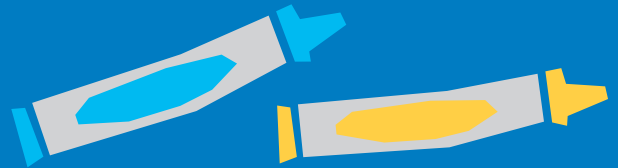
### PARA AYUDARME EN EL DESARROLLO...

- Deme rompeca-bezas de cuatro piezas e instrumentos musicales con los cuales jugar.
- Observarme para saber lo que me gusta y lo que no me gusta a comer. Puedo rechazar muchas comidas.
- Cánteme la canción del alfabeto y léame libros con colores y formas.
- Dame cuentas (de 1½ pulgadas de ancho) para pasar por un cordel. ¡Asegúrate de que no me las trague!
- Hágame preguntas cuando juego, como “¿Qué estás haciendo?”
- Patee y arroje pelotas conmigo.
- Deme oportunidades de jugar con otros niños.
- Mantenga objetos que no quiere que toque fuera de mi alcance.
- Ayúdeme a hacer cosas por mi propia cuenta, como abotonarme.

de 3 a 4 años

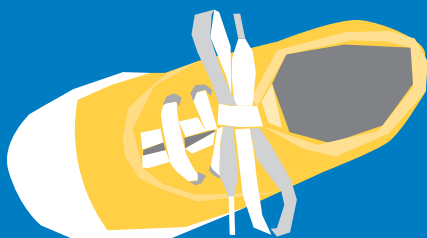
### YO PUEDO...

- Dibujar un círculo o cuadrado si usted lo dibuja primero.
- Confundir algunas palabras cuando hablo.
- Cantar una canción sencilla.
- Usar palabras de acción (verbos).
- Pedalear un triciclo.
- Lavarme las manos.
- Apilar seis objetos, uno encima del otro.
- Sentirme cómodo lejos de usted.
- Esperar mi turno y compartir con los demás.
- Hacer muchas cosas por mi propia cuenta, como cepillarme los dientes, desvestirme y comer.
- Jugar mucho juegos de personificación, como tener un amigo imaginario.
- Aprender a usar el baño.
- Usar oraciones de cinco a seis palabras.
- Utilice tijeras.



### PARA AYUDARME EN EL DESARROLLO...

- Aliénteme a dibujar.
- Enséñeme palabras nuevas y léame.
- Haga rebotar y atrape una pelota grande conmigo.
- En el caso de experiencias nuevas, prepáreme diciéndome lo que puedo esperar.
- Trate de mantener un horario regular para jugar, comer e ir a dormir.
- Ofrézcame opciones para que yo pueda tomar decisiones.
- Deme objetos que puedo clasificar y contra como bloques, tazas, y cucharas.
- Háblame de la manera que quieres que le hable a los demás.
- Permíteme resolver problemas, como conflictos con amigos o vestirme solo, hasta que necesite tu ayuda.



de 4 a 5 años

### YO PUEDO...

- Clasificar objetos por tamaño.
- Dibujar una cara con ojos, una boca y una nariz.
- Aprender a escribir el alfabeto.
- Saber la mayoría de los colores.
- Dibujar un triángulo o diamante si usted lo dibuja primero.
- Hablar en oraciones de cinco o más palabras y contra cuentos.
- Tener problemas en decir el sonido de las letras f, l, ñ, s, v ó z.
- Disfrutar de hacer preguntas de cómo, cuándo y dónde.
- Caminar en línea recta.
- Jugar con otros niños en lugar de simplemente al lado de otros niños.
- Estar listo para hacer tareas simples, como ayudar a poner la mesa.
- Decir palabras que a ti no te gustan así puedo ver cómo reaccionas.

### PARA AYUDARME EN EL DESARROLLO...

- Cánteme canciones que se acompañan con movimientos del cuerpo.
- Enséñeme datos como mi dirección, el mes en que nací, mi nombre y apellido, los nombres de mis padres y mi número de teléfono.
- Enséñeme a lavarme y secarme las manos.
- Aliéntame a que haga actividades por mí mismo y a que pida ayuda cuando la necesite.
- Déjeme planear actividades con usted.
- Programe horarios para juegos activos y en silencio.
- Déjeme cepillarme o peinarme.
- Ayúdame a que pueda discernir entre la fantasía y la realidad.
- Permíteme que disfrute aprendiendo a mi ritmo, así no me frustro demasiado.



de 5 a 6 años

### YO PUEDO...

- Comprender la diferencia entre la izquierda y la derecha.
- Saber que los libros se leen de izquierda a derecha y de arriba hacia abajo.
- Tener problemas en decir el sonido / ó th.
- Escribir mi nombre con algunos errores.
- Confundirme cuando hablas de cosas que van a ocurrir dentro a más de una o dos semanas o que duran más de una o dos semanas.
- Ser más considerado de los sentimientos de los demás.
- Tener muchos miedos a cosas, como la oscuridad, los animales y las tormentas eléctricas.
- Atajar una pelota, saltar la cuerda, brincar y trepar bien.
- Practicar a hacer volteretas hasta que me maree.
- Andar en bicicleta.

### PARA AYUDARME EN EL DESARROLLO...

- Juegue juegos como el de "Imitar al Guía" y "Simón Dice."
- Deme un rompecabezas con 10 a 15 piezas.
- Hágame preguntas que yo pueda responder.
- Aliénteme a usar palabras para describir lo que siento.
- Déjeme contestar el teléfono a veces.
- Enséñeme a atarme los cordones de los zapatos.
- Deme objetos que puedo desarmar y volver a armar.
- Déjeme vestirme a mí mismo.
- Aliente y elogie mis esfuerzos.
- Visita museos y ferias que podrían gustarme.
- Habla conmigo sobre las cosas que me preocupan y se comprensivo.

