

Niño que se mueve es niño que aprende

Los bebés y niños de uno y dos años de edad aprenden mientras andan por su ambiente. Algunos niños necesitan un poco más de apoyo para desarrollar las habilidades motoras claves. Se presentan a continuación varias ideas para ayudar a usted a animar más movimiento en las actividades y rutinas diarias.



Extender, tomar y agarrar

- Presente juguetes donde el bebé los puede ver y anímelo a tratar de alcanzarlos.
- Diga “¡Qué grande!” y anime a su hijo a alzar los brazos.
- Baile y mueva los brazos con bufandas, campanas o maracas.
- Anime a los niños a comer cosas apropiadas para la edad con los dedos y sin ayuda.
- Llene canastas y recipientes con juguetes y anime a su hijo a meter la mano y agarrarlos.

Ir rodando, arrastrarse, gatear y bailar

- Anime los movimientos de ir rodando, gatear, arrastrarse, moverse de pie y apoyado, caminar, correr y bailar.
- Ayude a los niños a jugar en muchas posiciones: sentados, de rodillas, de pie y acostados boca arriba y boca abajo.
- Toque algo de música y haga una fiesta de baile con su hijo.
- Coloque juguetes en canastas bajas y en superficies más altas para animar a los niños a doblarse, extender los brazos y agacharse.
- Ayude a los niños a trepar una pila de cojines de sofá, empujar una canasta de ropa o meterse y salirse de una caja grande.

Patear, pararse, moverse parado y apoyado, y caminar

- Cante canciones de cuna que animan a los niños a darse cuenta de sus pies, como “Este cerdito fue al mercado”.
- Anime a su hijo a avanzar de pie por el largo del sofá o una mesa baja para alcanzar juguetes que usted ha colocado.
- Anime a los niños a caminar de diversas maneras: de puntillas, para atrás, dando pisotones, brincando, etc.
- Ayude a los niños a explorar rampas, escaleras y diversas superficies tomándolos por la mano y preparándose para agarrarlos y mantenerlos seguros.
- Ayude a su hijo a mover las piernas por el agua de la tina o la piscina.

Moverse adentro y afuera... ¡dondequiera!

- Los patios de recreo, las aceras, los campos atléticos y los lugares naturales ofrecen espacio para el movimiento.
- Los centros comerciales bajo techo, gimnasios comunitarios o el departamento infantil de la biblioteca pueden tener espacios en donde moverse los días de mal tiempo.
- Puede adaptar su hogar para ofrecer espacios seguros en el piso en donde los bebés y niños de uno y dos años pueden arrastrarse, gatear y andar rodando. Por ejemplo, podría abrir más espacio abierto en el piso de la sala al mover la mesa de centro fuera del paso.
- Los “lugares secretos” debajo de una mesa o atrás del sofá son espacios donde tal vez le guste a su hijo gatear y luego sorprenderle a usted con un juego de cucú.

Colabore con su equipo E.I. para escoger estrategias que focalizan en las destrezas que a su hijo le hace falta mejorar.

Los hallazgos, opiniones, conclusiones y recomendaciones expresados en la presente publicación son la responsabilidad de los autores y no necesariamente son los de la Oficina de Intervención Temprana del Departamento de Servicios Humanos de Illinois.

