Pautas educativas
0 a 1 año

El primer año de vida

Desde que nace, el niño aprende a amar y confiar en la medida en que siente el cariño y la atención de las personas que le rodean.

Durante el primer año de vida, suceden de forma acelerada grandes avances en el desarrollo de los niños. A lo largo de estos doce meses, los bebés pasan de una escasa actividad (aunque muy intensa en términos evolutivos) a intentar ganarse la atención y el afecto de quienes le rodean a través de sus gestos, sonrisas e incluso, primeros sonidos y palabras.

Día a día va conquistando nuevas adquisiciones que suponen grandes avances evolutivos:

- **Descubre el movimiento:** El avance en las habilidades motrices, es lo más evidente durante el primer año. El bebé adquiere fuerza y tono muscular. Pasa de controlar únicamente su cabeza a rastrear, gatear y casi sin darnos cuenta, a dar sus primeros pasos.
- Cada vez le interesan más los objetos que le rodean deseando cogerlos y manipularlos con sus manos, lo cual va a favorecer el desarrollo de su motricidad fina.
- **Agudiza sus sentidos:** Desde que nace, su audición es perfecta; el tacto también está desarrollado por lo que disfruta de las caricias y contacto físico. Su visión va desarrollándose poco a poco pasando de ver sólo a una distancia de unos 25 cms., en el primer mes y estabilizándose ya alrededor de los seis meses, momento en que es capaz de enfocar, seguir los objetos y explorarlos con la vista.
- **Aprende a expresarse:** Desde el primer mes, ensaya nuevas formas de expresión llamando la atención a través del llanto y movimientos de brazos y piernas. Posteriormente empieza a emitir balbuceos pasando poco a poco a imitar sonidos muy básicos pero aprendidos de su entorno, hasta llegar a las primeras palabras al rededor de los doce meses. A través de las pequeñas interacciones del niño, se van sentando las bases de su desarrollo social y emocional.

El primer año del niño va a tener una importancia vital en la formación de su personalidad. El afecto recibido por parte de los padres en estos momentos revierte muy positivamente en su futuro. La privación de esta relación puede marcar la vida afectiva de los niños.

Estimulación sensorial

La creación de un ambiente rico en estímulos táctiles, visuales y auditivos, junto con un clima lleno de afecto y la adecuada satisfacción de sus necesidades, ayudarán al niño en su crecimiento y en el desarrollo de sus capacidades y habilidades

Durante los primeros meses de vida, el bebé reacciona fundamentalmente:

- A la información que le llega por los diferentes sentidos, especialmente por el tacto, la vista y el oído.
- A la interacción que mantiene con sus padres y cuidadores.

Estimulación Táctil

Realizamos esta estimulación cuando estamos en contacto directo con nuestros bebés, cuando los cogemos en brazos, les damos besos, acariciamos o damos masajes y también a través de su propia manipulación y movimiento.

- Aprovecharemos el momento del baño para estimular todo su cuerpo, además dejaremos que disfrute del contacto con el agua permitiendo, siempre con cuidado y supervisión, que chapotee, salpique y tenga algunos juguetes a su alcance para que los toque o tire al agua.
- Mientras le secamos y le aplicamos la crema después del baño, podemos darle un pequeño masaje empezando por los pies, luego se sube por las piernas hasta los muslos. Se le tocan las manos, los brazos, la tripa y la espalda, a la vez que, a través de canciones o con una voz suave, vamos nombrando las partes estimuladas.
- Para proporcionar al niño distintas sensaciones, se le puede poner en mantas con diferentes tactos (suave, un poco áspero, rugoso, liso, frío (metal) calido (peluche), creando su mantita de actividades y texturas e incluso poner saquitos que al moverlos hagan ruidos.
- Podemos ofrecerle objetos diferentes, apropiados a su edad, para que los manipule, los apriete, los mire, los lance, etc.

Estimulación Visual

La estimulación visual la realizamos, cuando proporcionamos al niño diferentes estímulos que percibe a través de la vista y que llaman su atención.

- A los bebes les gusta mirar objetos luminosos que hacen sombras o iluminan la habitación, móviles de colores vivos, objetos que se mueven con desplazamientos de arriba, abajo y/o derecha izquierda... y, si además tienen música, ¡mucho mejor!
- Facilitar que pueda explorar la cara del adulto, que la toque y posteriormente llamar su atención e interactuar con el bebé a través de juegos como: cinco lobitos, cu-cu, marionetas de mano, etc. Los collares y las gafas también le gustan mucho. Si se colocan collares vistosos, el niño se fijará en ellos y también tratará de cogerlos.
- Con este tipo de estimulación le ayudaremos además a fijar su atención.

Estimulación Auditiva

A lo largo del primer año el niño va diferenciando los sonidos de su entorno y va prestando más atención a ellos.

- Inicialmente son las voces de los adultos que le rodean lo que mas le gusta y las va diferenciando poco a poco.
- Mantener una musiquita suave y agradable mientras se le baña o mientras come, estimulará su desarrollo auditivo y además en ocasiones servirá para relajarlo.
- Ofrecerle juguetes sonoros para que se dirija hacia ellos, que intente cogerlos y posteriormente sea él mismo quien los haga sonar. Así no solamente se estimula la percepción y discriminación auditivas, sino que comienza a entender que sus acciones tienen unas consecuencias.

Desarrollo Motor

Motricidad gruesa: Grandes movimientos.

Tumbado boca arriba:

- Desarrollamos el tono muscular de cuello y tronco, cogiéndole de las manos y tirando del niño hasta llegar a la posición de sentado, dejando que vaya haciendo cada vez más fuerza para incorporarse.
- Jugamos a "aserrín-aserrán" potenciando, al mecerlo suavemente hacia atrás y adelante, el control y fortalecimiento de los músculos del cuello y tronco.
- Le estimulamos el volteo facilitando que se gire, primero llamando su atención con juguetes que colocamos a un lado u otro. Posteriormente volteará sólo cuando quiera alcanzar un objeto deseado.
- Le damos una mano para que se incorpore, incitándole a hacerlo apoyando la mano que no le agarramos.

Tumbado boca abajo:

Hasta el cuarto o quinto mes:

- Intentamos que levante la cabeza para mirar hacia objetos sonoros y/o luminosos que le presentamos, haciendo apoyos de brazos y manos para incorporarse.
- Podemos ofrecerle juguetes para que se entretenga; jugar con él a quitarle los juguetes, a ofrecérselos, a golpearlos uno contra otro, contra el suelo... En esta posición le ponemos frente al espejo, esperamos a que intente acariciarse, le dejamos tocar el espejo, mirarse, jugar con él.
- Una vez que se encuentra a gusto en esta posición le ofrecemos los juguetes a una cierta distancia para que intente arrastrarse para cogerlos, si no lo consigue facilitamos el movimiento doblando la pierna y dejando que el niño de él último impulso.

A partir del quinto o sexto mes:

- Favorecer la posición de sedestación (sentado inicialmente con apoyos, respaldo de la silla, almohada o cojines) y posteriormente procurar que haga apoyos con las manos para pasar a sujetarse sin ayuda.
- Colocar al niño a "cuatro patas" y dejarle así unos segundos, enseñarle un juguete llamativo y esperar a que despegue una mano del suelo, no importa si pierde la postura, dejamos que lo manipule y volvemos a repetir el ejercicio. Poco a poco se mantendrá más tiempo en esta postura y, al despegarse del suelo para coger el juguete, dejará de caerse. Posteriormente le alejaremos más el juguete para que avance un poco.
- Una vez que comienza a gatear, permitir que se desplace libremente por los lugares donde no exista peligro y en espacios abiertos.
- Así mismo irá mostrando deseos de experimentar, subiéndose y bajándose a sillones, pequeños escalones, etc.
- Una vez que observamos que el niño va cogiendo fuerza en las piernas, facilitaremos que se mantenga de pie soportando su peso y apoyándose en muebles o personas.
- Estimular la deambulación (andar), cogiéndole de ambas manos.

RECUERDE:

Esté pendiente cuando su bebé esté manipulando objetos que puedan entrañar algún peligro.

Motricidad fina:
Movimientos que exigen mayor precisión manipulativa.

- Le ayudamos a descubrir sus manos colocando pulseras sonoras que llamen su atención. Frotamos sus manos entre ellas y con las nuestras.
- Canción de los "cinco lobitos", moviendo ambas manos al ritmo de la música.
- Juegos de tocar palmas; abrir y cerrar los dedos (adiós) agitar las manos..., etc.
- Juegos de coger con las dos manos: Ofrecerle juguetes para que los coja y se los vaya pasando de una mano a otra; trabajar distintos movimientos de la mano (girar, apretar, empujar...)
- Jugar con materiales de distinta textura con el fin de que ejercite la presión y mantenimiento de objetos para manipularlos como: escurrir el agua de la esponja, apretar un peluche, tirar agua de un recipiente ...
- Al final de la etapa, utilizar el índice para hurgar en un centro de actividad con rueda de teléfono, clavijas, diferentes agujeros, etc. Mediante estos juegos lo que se consigue es separar (disociación) el dedo índice de los demás. Cuando el niño haga esto espontáneamente, reforzarlo.
- Ofrecemos pivotes con aros para que los meta y saque.

Facilitamos la manipulación de objetos cada vez más pequeños (con supervisión del adulto). Hasta llegar a iniciar la pinza digital a los 8-10 meses (presión con índice y pulgar) ofreciéndole objetos más pequeños para que los coja.

Desarrollo Cognitivo

Juegos de esconder:

Este tipo de juegos estimulan además la memoria y la atención, aspectos muy importantes para el desarrollo en general.

- Poner al alcance del niño distintos objetos para que los toque, los agarre y los presione con ambas manos, reconociéndolos a través de la manipulación, la vista y el reconocimiento con la boca.
- Favoreceremos que el niño descubra el espacio por medio del juego. Les encanta tirar los objetos para que hagan ruido y buscar donde han caído.
- Esconder parcialmente juguetes para que los descubra y juegue con ellos.
- Jugar a esconderse y esperar a ver si el niño intenta buscarnos, bien mirándonos o desplazándose hacia el lugar donde nos encontramos, siempre que él haya visto el lugar donde nos hemos escondido.
- Tapar el juguete y esperar a que los descubra; esta actividad se puede ir complicando progresivamente con un juguete y dos escondites, tres... (Ej.: dos cubiletes y un muñeco que escondemos en uno de los cubiletes...)
- Esconder un juguete musical debajo de los tres pañuelos que tenemos y dejamos que descubra dónde está...
- Esconder los juguetes que más le gustan en una caja, dejando que nos vea y pedirle luego que lo saque.

Juegos de descubrimiento:

- Le ofrecemos por ejemplo una caja de juguetes que le gustan, la abrimos delante de él y la tapamos, se la damos y esperamos; el niño tiene que intentar abrirla, si es fácil de abrir le dejamos, si no, le ayudamos.

- Le damos un recipiente de plástico e introducimos una bola y se la damos, él tiene que intentar sacarla dando la vuelta al recipiente.
- Envolvemos un juguete en un paquete fácil y él tiene que descubrirlo.

Juegos de observación:

- Jugar con títeres o marionetas delante del niño.
- Enseñarle cuentos cortos con dibujos grandes e ir contándoselos.
- Si vemos que se interesa por algo, dejar que lo observe sin interrumpirle.
- Enseñarle juguetes a través del espejo y que él intente cogerlos.
- Observar y anticipar los hechos que ocurren con frecuencia en los juegos o acciones que le son familiares.
- Mirar al adulto cuando le canta, le enseña cosas...y/o al objeto que le enseñamos, manteniendo cada vez durante un periodo de tiempo mayor, su atención.

Juegos de imitación:

- Enseñarle a imitar gestos sencillos: movimientos de cabeza a un lado y otro al son de una canción.
- Tocar palmitas, echar besos, "cinco lobitos", etc.
- Hacer gestos delante del espejo; cantar canciones, etc.

Juegos de reconocimiento:

- Realización de juegos de espejo, jugar y hablar delante del espejo a una distancia que no pueda tocarse, cuando él se incorpora para tocarse, le dejamos y permitimos que se observe y juegue con su propia imagen, para reconocerse.
- Reconocer partes de su cuerpo, ojos, nariz, boca y que las señale cuando se lo pedimos.
- Reconocer y señalar objetos, personas de su entorno más familiar y posteriormente imágenes.

El lenguaje infantil

Estimulación audio-visual:

- Utilización de juguetes musicales.
- Hablar al niño en todo momento y sobre todo de forma específica, mientras se le alimenta, en las horas de juego, durante el baño.
- Hablar al niño utilizando cambios de voz y de tono, repitiendo sonidos familiares para el niño (Rin, rin...piii, piiii, etc.).
- Seguimiento y localización de la fuente de sonido, incitándole a que dirija la mirada hacia el sonajero, campanillas u otros objetos que hacemos sonar cerca de él).

Estimulación vocal:

- Responder a los intentos comunicativos del niño, hablándole, ya desde los primeros días de vida.
- Gratificar al niño mediante sonrisas, gestos, etc., en cuanto emita algún sonido o cuando comience a balbucear.
- Al final del primer año debe intentar las vocalizaciones, repitiendo los sonidos emitidos por el adulto.
- Favorecer la comprensión de palabras familiares: papá, mamá.
- Describir verbalmente, y de forma sencilla, las cosas que hacemos nosotros y las que hace él.
- Jugar a realizar movimientos con la boca, la lengua, a soplar, a fruncir los labios, dar besitos...
- Responder a órdenes sencillas cuando se lo indicamos “toma”, “dame”, “mira”, “ven”, “peinate”, y órdenes con objeto “dame la muñeca” “dásela a papa”, “límpiate la boca”.

Cómo estimular el lenguaje[2]:

Con la aparición de primeras palabras llega un momento clave para la estimulación del lenguaje. Los padres pueden:

- Favorecer la intercomunicación aprovechando los momentos de juego, alimentación, baño...
- Aprovechar las palabras que el niño va incorporando a su lenguaje, utilizándolas en distintos contextos y gratificándolas siempre.
- Describir verbalmente y, de forma sencilla, las cosas que hacemos nosotros y las que hace él.
- Jugar a realizar movimientos con la boca, la lengua, a soplar, a fruncir los labios, dar besitos...
- No olvidemos que a hablar se aprende hablando: Hable con su hijo.

[2] Véase apartado de "Estimulación del Lenguaje"

Desarrollo personaly social

Socialización

- Favorecer la capacidad para recibir información del exterior, interactuando correctamente y respondiendo a los estímulos del ambiente.
- Plantearemos al niño juegos de intercambio en los que él vaya participando cada vez de forma más activa.
- Estimular los intercambios afectivos por medio de sensaciones placenteras. Favorecer la sonrisa social, poniéndonos frente al niño, hablándole y haciendo diferentes gestos que llaman su atención. (Juegos de cu-cu y similares).
- Proponerle juegos de esconderse, tapándonos con un pañuelo o tapando su cara, de forma que el niño vea dónde nos hemos escondido, y mediante llamadas de atención pedirle que nos busque y/o nos descubra, manifestando distintas expresiones de sorpresa y alegría.
- Responder cuando le llamamos por su nombre; cuando le llamamos desde lejos, que dirija la mirada o se gire hacia nosotros...
- Utilizar pelotas blandas o globos para llamarles la atención, desarrollar la interacción, provocar el intercambio, etc.
- Nombrarle a distintas personas de su entorno para que las reconozca.
- Juegos de imitación de gestos tanto con la cara como con todo el cuerpo; posteriormente pasaremos a canciones acompañadas de gestos.
- Pedirle que de besos y abrazos cuando saluda o despide a sus familiares.
- Hacerle cosquillas, caricias, pequeños masajes, etc. que favorezcan el contacto físico y la interacción.

Hábitos

A esta edad es fundamentalmente el adulto el que cubre las necesidades del niño respecto a los hábitos de comida, higiene y vestido, pero ya al final de la etapa podemos:

Vestido:

En este momento podemos pedirle colaboración en el momento de vestirle. Cuando le ponemos una prenda de abrigo, debe colaborar facilitando la entrada de la prenda y acabar el movimiento de estirar el brazo o la pierna, para conseguir que ésta esté bien puesta.

Además ya puede empezar a quitarse algunas prendas de vestir: gorro, guantes, calcetines y zapatos.

Higiene:

Dejar que juegue con la esponja, con el agua, ayuda a dar el grifo para que salga el agua; deja que se le limpie cuando está sucio (comida, mocos...).

Nombrarle cada una de las partes del cuerpo cuando lo estamos bañando o secando con la toalla.

Alimentación[3]:

Permitirle la experimentación y el descubrimiento de la comida y de los útiles de alimentación (cuchara, taza, plato). Aunque se manche, es adecuado permitirle este descubrimiento siempre con control del adulto.

[3] Véase apartado de Alimentación

Pautas educativas
1 a 2 años

2 Segundo año de vida

A lo largo de esta etapa, el niño va ampliando poco a poco sus límites y su campo de acción, descubriendo el entorno de forma activa.

Inicia y afianza la marcha, lo que le permite tener una nueva visión del mundo que le rodea, a la vez que una cierta sensación de dominio. Manipula objetos de forma más precisa. Estas adquisiciones motoras, le permiten a la vez un mayor desarrollo en otras áreas, ya que el niño hace un descubrimiento de situaciones nuevas por experimentación, dejando atrás el descubrimiento por azar y convirtiéndose en un agente activo que va aprendiendo por medio del ensayo-error.

Continúa con su proceso aprendizaje, aumenta su capacidad de observación e imitación de las personas de su entorno y es capaz de reproducir acciones o pequeñas secuencias de acción.

Empieza a decir algunas palabras familiares y a reclamar atención continuamente. Alrededor del año y medio se produce un sorprendente salto en el desarrollo de la comprensión de muchas más palabras de las que es capaz de pronunciar (la comprensión va delante y facilita la expresión).

Comprende órdenes muy sencillitas: mira..., ven..., toma..., dame... En general atiende y obedece a estas órdenes, pero en ocasiones, comienza a aparecer un cierto nivel de desobediencia, observándose al final de la etapa de 12 a 24 meses una manifestación clara de su egocentrismo.

A esta edad van desarrollándose diferentes emociones como: alegría, rabia, enfado, miedo, tristeza, afecto. Es importante por tanto asegurar al niño un ambiente que le de seguridad, en el que se sienta querido y que le permita actuar con confianza. No por ello debemos consentir todo lo que le apetezca, sino que ya, fundamentalmente al final de la etapa, deberemos iniciar la asunción de normas básicas.

Se puede decir que pasa de ser un bebé absolutamente dependiente, a ir adquiriendo un mayor nivel de autonomía, tema muy importante y al que con frecuencia no se da la consideración que merece en este momento evolutivo. Generalmente se tiende a considerar que los niños "son muy pequeños" y/o que es más costoso "dejar que participen" que "hacérselo todo". Sin embargo el buen tratamiento de este aspecto del desarrollo influirá positivamente en su evolución posterior.

Comienza además a establecer intercambios sociales que le permitirán ampliar sus posibilidades de relación con las personas de su entorno.

Desarrollo motor (12-18 meses)

En esta etapa se inicia una actividad del niño en ocasiones "agotadora", ya que, al sentirse independiente gracias a la adquisición de la marcha, siempre quiere más. A ello hay que añadir que, al no tener consciencia de los peligros, no los controla y requiere una atención continuada por parte de los adultos.

Motricidad Gruesa

- **Facilitar el desplazamiento mediante[6]:**
  - Deambulación con ayuda, y posteriormente de forma autónoma. En este aspecto, generalmente suele haber un gran avance en esta etapa evolutiva. (Ver orientaciones generales para la adquisición de la marcha).
  - Introducir distintas superficies por las que desplazarse: hierba, arena, suelo irregular, colchoneta.
  - Fomentar la marcha rápida (jugar a que te pillo...).
  - Andar hacia atrás y/ hacia los lados.
  - Animar a subirse en un triciclo, en principio con ayuda, que disminuirá progresivamente. Desplazamiento sin pedales, moviendo los pies y dirigiendo el manillar.

- **Favorecer la coordinación:**
  - Subir y bajar pequeñas superficies y no frenar sus impulsos de trepar por alguna superficie (silla alta, tobogán...) manteniendo siempre la atención del adulto.
  - Chutar la pelota con ayuda y salvar obstáculos. Si mantiene el gateo, no debemos impedírselo.

[6] Véase "Guía básica para ayudar a los niños en la adquisición de la marcha"

- **Favorecer el control postural:**
  - Animarle a que se siente solo en una silla pequeña.
  - Facilitarle la estimulación vestibular (columpio, balanceo...).
  - Mantenerse en distintas posiciones en cuclillas, agacharse y levantarse, mantenerse de puntillas...
  - Realizar juegos que requieran cambios de posición bruscos: volteretas, hacer el avión, balanceos a los lados, adaptando siempre estos juegos a las posibilidades de los niños.

Motricidad Fina de manos

- Juegos de manipulación de distintos materiales: blandos, duros, objetos que suenan al presionarlos, papel, arena, agua, plastilina...
- Meter objetos en una caja disminuyendo progresivamente el tamaño de la abertura.
- Juegos de coordinación, mediante encajes con cubos grandes: construcción de torres.
- Potenciar la utilización del índice para señalar, para indicar algo, etc.

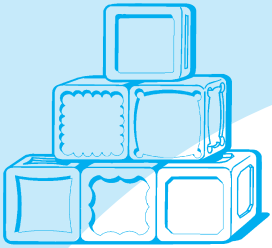
Desarrollo motor (18-24 meses)

Motricidad Gruesa

- Marcamos caminos en el suelo con el fin de que ande por un espacio limitado; los caminos en principio serán anchos.
- Ponemos pequeños obstáculos como un juguete, una pieza de construcción...y le pedimos que no lo pise, le ayudamos dándole las manos para que salte, al principio le aupamos y después dejamos que lo haga solo.
- Hacemos marcas en el suelo en forma de zapato grande y jugamos a ir de una a otra.
- Le damos un objeto en cada mano para que lo transporte de un lado a otro, donde nosotros le digamos que es la meta.
- Le llenamos las manos de juguetes pequeños, cochecitos, cubos, muñequitos, etc. y jugamos a trasladarlos sin que se le caigan. Empezamos con pocos y terminamos con muchos.
- Le pedimos que suba y posteriormente baje pequeños escalones sin ayuda.
- Jugamos a chutar el balón sin ayuda.

Motricidad Fina de manos

- Le pedimos que desenvuelva los caramelos.
- Jugamos con un cubo a coger y tirar agua, arena o juguetes.
- Ofrecemos al niño hilos de diferentes grosores y jugamos a cogerlos y meterlos en una caja.
- Jugamos a pinchar palillos en plastilina blanda.
- Le damos botellas con tapón de rosca o juegos de tornillos y le enseñamos a desenroscarlos.
- Con revistas y/o periódicos le enseñamos a estrujar y hacer bolas de papel.
- Jugamos a pillarnos las manos, primero ponemos la nuestra, luego la suya, otra vez la nuestra y así sucesivamente.
- Tiramos el balón con las dos manos, sentado o de pie.
- Introducir objetos pequeños en huecos cada vez más pequeños.
- Le enseñamos a estirar del lazo, sujetando el cordel con el dedo índice y pulgar, para desatarlo.
- Juegos manipulativos de abrir y cerrar cajas, puertas..., girar, manipular clavijas, encajar formas sencillas, girar la manilla de una puerta, pasar páginas de un libro primero varias a la vez y, posteriormente, de una en una.



Desarrollo cognitivo (12 a 18 meses)

Juegos de imitación:

- Imitar gestos de "adiós", no, arriba, abajo.
- Cantar y escuchar canciones acompañadas de gestos.
- Simular actividades de la vida cotidiana imitando las acciones de los adultos (un peine para peinarse, la llave para abrir la puerta...) y que él mismo simule la actividad.

Juegos de permanencia de objetos:

- Esconder el juguete que le gusta.
- Jugar al escondite ("cu-cu- tás" y otros).
- Cambiar de sitio un objeto que le gusta, para que lo busque...), al mismo tiempo podemos facilitar la expresión haciendo gestos de "no está" con la cabeza y expresándolo verbalmente para que nos imite.

Juegos de expresión- comprensión:

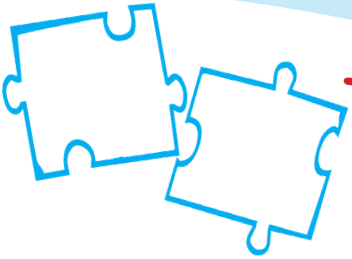
- Potenciar la expresión de distintas sensaciones (agrado, enfado) mediante cosas que sabemos que le son agradables, o no, de esta forma facilitamos su comunicación.
- Reforzar cualquier emisión de sonidos y vocalizaciones, facilitar mediadores que favorecen estas emisiones y por tanto la comunicación (teléfono, marionetas...).
- Ordenes sencillas: de una acción, "toma, dame, ven, sube, baja....Y de una acción con objeto "dame el..., toma la...y posteriormente "dale el muñeco a papá...por ejemplo.

Juegos de construcción y encajables:

- Construcción de torres.
- Encajables de formas sencillas redondo, cuadrado, triangulo empezando sólo con el primero y siguiendo posteriormente con los demás.
- Meter aros en un pivote.

Reconocimiento del propio cuerpo:

- Conocimiento del propio cuerpo (partes principales: cabeza (ojos-nariz-boca), manos, pies, tripa, culete etc. con canciones, mientras se le baña, mirándose al espejo, etc.



Desarrollo cognitivo (18 a 24 meses)

Juegos de imitación:

- Imitar movimientos complejos: golpearse la rodilla con sus manos; darle de comer a una muñeca; imitación de gestos de canciones o acciones de cuentos; imitar gestos vistos en imágenes...Poco a poco pediremos que los realice solo, sin modelo.
- Imitar puntos con pintura, dentro o fuera de la figura. Imitar rayas. etc...

Juegos de identificar y emparejar:

- Identificación de objetos familiares entre cuatro o seis imágenes diferentes.
- Buscar e identificar: Le enseñamos cuentos y le pedimos que busque e identifique diferentes imágenes, que diga lo que ve, que pase paginas, primero varias a la vez y poco a poco una solo cada vez.
- Emparejar imágenes de dibujos familiares y sencillos, realizaremos el ejercicio ofreciéndole entre cuatro y seis tarjetas, aumentando el numero de estas progresivamente.
- Reconocer objetos por su funcionalidad: lo que sirve para peinarnos, con lo que comemos sopa, para guardar la ropa...

Juegos de construcción, encajables y puzzles:

- Realizar encajables con las formas básicas; al final de la etapa, encajará redondo cuadrado y triangulo.
- Construir torres con cubos aumentando poco a poco el número de éstos.
- Iniciar la realización de puzzles de dos-tres piezas.

Juegos de permanencia de objeto:

- Jugamos a esconderle un juguete y que sea él quien lo busque, este ejercicio en principio lo realizamos escondiendo el juguete delante del niño, para que nos vea, pero progresivamente distanciaremos el tiempo en que se lo pedimos de forma que tenga que retener el sitio donde lo hemos escondido durante más tiempo, ejercitando de esta manera la memoria.

Juegos de recordar y anticiparse:

- Este ejercicio se puede realizar aprovechando cualquier situación cotidiana (¿dónde está la ropa, tu babero, los vasos...?.).
- Pedirle que anticipe gestos de canciones.
- Anticipar acciones de cuentos narrados previamente. Esto se consigue dejando que sea el propio niño el que diga lo que sigue de la canción que se está cantando o del cuento que se está narrando.

Reconocimiento:

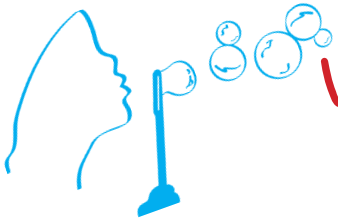
- Señalar una o dos partes del cuerpo primero en sí mismo, luego en la persona que está con el/ella o en el muñeco. .
- Reconocimiento de sí mismo y de sus familiares más cercanos en distintas fotografías familiares.

Comprensión:

- Le pediremos que siga ordenes de dos elementos, ejemplo: Coge la pelota y la muñeca; mete el coche y la pelota; dos acciones: coge el coche y dámelo, dame la pelota y mete la muñeca...
- Hacerle preguntas sobre acciones y situaciones que ocurren en cuentos cortos que acaba de escuchar.

RECUERDE:

- Llamar la atención de los niños y las niñas con estímulos adecuados a su capacidad de respuesta.
- Crear oportunidades y momentos especialmente estimulantes que favorezcan sus aprendizajes y su desarrollo.
- Si el estímulo es adecuado, porque el niño o la niña pedirán más.
- Trabaje de forma lúdica, haciéndole participar de lo cotidiano.
- Evite hacerle todo.
- Refuerce positivamente por medio de besos, abrazos, caricias, etc.



Lenguaje infantil (12 a 18 meses)

Los padres hablarán con su hijo frecuentemente, ya que es a través de esta interacción, por la que el niño realiza sus aprendizajes más importantes. Mediante el uso del lenguaje, puede satisfacer y expresar la curiosidad por el mundo que le rodea.

Cómo estimular el lenguaje:

Con la aparición de primeras palabras llega un momento clave para la estimulación del lenguaje. Los padres pueden:

- Favorecer la intercomunicación aprovechando los momentos de juego, alimentación, baño...
- Aprovechar las palabras que el niño va incorporando a su lenguaje, utilizándolas en distintos contextos y gratificándolas siempre.
- Describir verbalmente, y de forma sencilla, las cosas que hacemos nosotros y las que hace él.
- Jugar a realizar movimientos con la boca, la lengua, a soplar, a fruncir los labios, dar besitos...

Comunicación y lenguaje (18 a 24 meses)

El desarrollo del lenguaje inicia una carrera importante en esta edad, ya que comenzará a comunicarse de forma oral con mayor frecuencia[7] .

Cómo estimular la comunicación:

Es importante que el adulto mantenga una actitud estimuladora en estos momentos ya que esto le ayudará al niño a desarrollar este tipo de comunicación tan importante.

- Jugamos a nombrar sus juguetes. Elegimos unos cuantos, le señalamos uno y le preguntamos ¿Qué es esto?, si no responde se lo decimos nosotros, esperamos unos segundos y hacemos lo mismo con otros juguetes. No es necesario que diga el nombre de los juguetes, es suficiente con que nos escuche y atienda a lo que le estamos enseñando, si en ese momento está distraído es mejor esperar, no debemos forzar al niño a que nos escuche ni a hablar. Si forzamos esta situación corremos en riesgo de conseguir lo contrario de lo que pretendemos.
- Jugamos a terminar las palabras. Elegimos palabras sencillas y le enseñamos a que las termine.
- Le enseñamos a decir "si" o "no". Le ofrecemos un juguete y le preguntamos si lo quiere, cuando extienda los brazos para cogerlo se lo ofrecemos diciendo "si", le ofrecemos dos juguetes, le damos uno cuando vaya a cogerlo le decimos "no" y le damos el otro diciendo "si".
- Lo mismo cuando le damos la comida ¿Quieres comer?, le enseñamos la comida, se la ofrecemos diciendo "si".
- Contar cuentos con libros muy sencillos, nosotros le relatamos lo que está pasando.
- Nombrarle las acciones más importantes del día: es hora de comer, de vestirse, de acostarse...Hay que hablar al niño nombrándole los objetos que utiliza y las acciones que realiza.

[7] Véase el documento "Ejercicios de lenguaje"

Desarrollo personal-social (12 a 18 meses)

Socialización

- Reforzar las respuestas que supongan iniciativas para la interacción.
- Facilitar la reacción adecuada ante la utilización de tonos exagerados de voz que indiquen distintas emociones de alegría, tristeza, sorpresa, etc. poniendo al niño en situaciones que le hagan reaccionar con expresiones diferentes.
- Estimular para que realice una actividad previamente aprendida "cuando se le pide": (¿Cuánto te quiere mamá?)...
- Facilitar la iniciativa y que sea él quien pida lo que quiere dirigiéndose al adulto: Haremos que se interese por un objeto y lo ponemos fuera de su alcance para que de alguna manera nos indique que lo quiere por medio de gestos, miradas, vocalizaciones...
- Responder con sonrisa a estímulos auditivos y táctiles que le gustan.
- Pedirle que nos de aquellos objetos que tenga cerca y que sean familiares para él.

Hábitos de autonomía

Comida:

- Podemos ofrecerle galletas, trozos de pan o de manzana, etc. para que el niño los coja e intente llevárselos a la boca y comérselos él solo, bajo la atenta mirada de los padres.
- Introducir comida semi-sólida, iniciándole en la utilización de la cuchara. Mediante el juego se puede comenzar esta tarea para que tenga la intención de utilizar la cuchara; si no es así, facilitaremos su utilización ayudándole a llevar la cuchara desde el plato hasta la boca, para que sea él quien termine la acción, introduciéndola en la misma.
- Facilitar la utilización de la taza con asas para beber agua, llenándola con poca cantidad y dejando que sea él quien la coja y se la lleve a la boca.

Vestido:

- Dejar que colabore en el vestido: metiendo los brazos y piernas en las prendas.
- Intentar subir el pantalón.
- Dejar que se quite la ropa pequeña o termine la acción de vestirse.
- A medida que le ayudamos en el vestido iremos nombrando las partes del cuerpo implicadas, para su reconocimiento corporal.

Aseo:

- Dejar que participe en las actividades de aseo de manos y cara: frotar las manos; ayudarle a cerrar el grifo.

Desarrollo personal-social (18 a 24 meses)

Socialización

- Potenciar el encuentro con otros niños (centro infantil, parque, otros familiares...), facilitando que aprenda a desenvolverse en otros entornos y con personas diferentes.
- Le pedimos que salude y que responda a los saludos de los demás, al menos con algún gesto.
- Le enseñamos a recoger los juguetes con ayuda del adulto.
- Poco a poco puede ir aprendiendo que hay cosas que se pueden hacer y otras que no; sin reñirle, pero advirtiéndole y enseñándole.
- Mostrar una actitud receptiva y atenta ante los intentos del niño por transmitirnos algo.

Hábitos de autonomía

Vestido

- Le enseñamos a quitarse la ropa. Empezamos con prendas sencillas, calcetines, pantalón, abrigo...Le explicamos cómo tirar de ellos, antes sacamos un poco la prenda para facilitarle la labor.
- Le pedimos que colabore en bajar cremalleras, abrir cierres, deshacer lazadas, etc.
- Con el abrigo, chaqueta, pantalón etc. puesto, le ayudamos a bajar la cremallera.

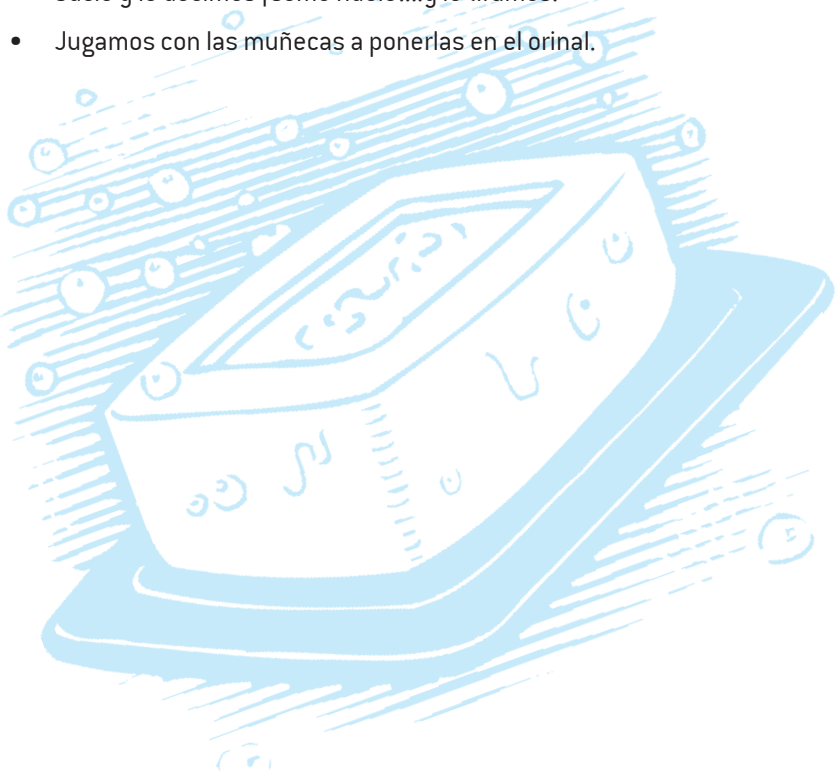
Comida

- A la hora de comer no debe haber prisas, el niño tiene que aprender a comer solo y necesita tiempo.
- No debemos regañarle si se distrae o se ensucia, está aprendiendo y por lo tanto debemos enseñarle y darle esa oportunidad.

- Sentarse a su lado y ayudarle a comer a la vez que dejamos que coma solo.
- Utilizar la cuchara y el tenedor con ayuda.
- Beber solo en una jarra con asa, evitando pro tanto las tetinas.

Aseo

- Le enseñamos a lavarse manos y cara, antes y después de las comidas.
- Le enseñamos a peinarse.
- A la hora del baño le damos una esponja para que juegue con ella y vaya aprendiendo a usarla adecuadamente.
- Observamos si indica de alguna manera que tiene ganas de hacer pis o caca.
- Le pedimos que nos ayude a limpiarse o a cambiar el pañal, le hacemos buscar el pañal, le pedimos que coja las toallitas, le enseñamos su pañal sucio y le decimos ¡Como huele!...y lo tiramos.
- Jugamos con las muñecas a ponerlas en el orinal.



Pautas educativas
2 a 3 años

3 El tercer año de vida

En esta etapa, aumenta la necesidad de manifestarse como persona "diferente" del adulto, es lo que llamamos la afirmación del "yo". Consigue mayor autonomía en determinados hábitos, siendo el momento de la adquisición del control de esfínteres. Es capaz de establecer pequeñas relaciones con otros niños. Este importante avance hará que puedan aparecer a menudo:

— **Conflictos de autoridad:** Surge el enfrentamiento entre sus deseos y lo que le piden sus padres.

— **Comportamientos inadaptados:** el niño de esta edad es exclusivista, tiene un gran sentimiento de la propiedad y quiere todo para él, lo que a menudo desemboca en querer acaparar a sus padres continuamente.

Acercarse a los objetos, nombrarlos y explorarlos, le ayudará a conocerlos y a pensar sobre ellos, como paso previo y fundamental para posteriores aprendizajes tales como agrupamientos, clasificaciones, reconocimiento de semejanzas o diferencias, conceptos, nuevo vocabulario...etc.

El ejercicio físico mejorará su apetito, le ayudará a dormir y descansar mejor. Así mismo moverse, desplazarse por el espacio, superar poco a poco pequeños obstáculos, etc., ayudará a los niños a conocer mejor no solo su entorno sino, sobre todo, sus propias capacidades de movilidad y la sensación de seguridad que le permitirá seguir creciendo.

A través del juego y la experimentación se favorecerá el conocimiento de su entorno y la relación con los iguales siendo estas fuentes inagotables para su desarrollo evolutivo.

Es una etapa crucial en el desarrollo del lenguaje. A partir de ahora el niño, va a ser capaz de expresar muchas más cosas para regocijo suyo y de los que le rodean. En estos momentos tiene gran interés por los objetos y personas de su entorno próximo y siente curiosidad por el nombre y las cualidades de los mismos.

En sus juegos, aparece el "como si..." o inicio del juego simbólico, e imita las acciones del adulto. Este tipo de juego sirve para que el niño acepte la realidad y la vaya asimilando.

Este es el final de un período, en el que el niño ha asentado los pilares que marcarán el inicio de otras etapas, en las que se afianzarán los avances de su desarrollo evolutivo posterior.

Pautas educativas desarrollo motor

Motricidad Gruesa:

Tumbado:

- Nos tumbamos boca arriba y jugamos a dar vueltas sobre nosotros mismos.
- Lo mismo pero nos tumbamos boca abajo.
- Hacemos un túnel con cajas de cartón o sillas y nos arrastramos por debajo.

Gateo:

- Imitamos las posturas de los animales y andamos como ellos, haciendo también su "voz" (onomatopeyas).
- Hacemos carreras gateando.
- Le damos un trapo para que lo arrastre por el suelo y jugamos a darle brillo...

De pie:

- Andamos por encima de un camino marcado en el suelo.
- Andamos subiendo exageradamente las piernas, sin flexionar las rodillas. Después flexionándolas.
- Imitar ejercicios con las piernas, fijándose en el adulto: Nos tumbamos y nos cogemos los pies, como si fuéramos a chuparlos.
- Abrimos y cerramos la piernas (sentados en el suelo).
- Sentados nos cogemos las rodillas.
- Pataleamos...
- Jugamos a correr simplemente, sin obstáculos ni nada que lo complique.
- Cuando sienta seguridad: Correr hacia una meta, pasar entre sillas puestas en hilera, corriendo.

- Correr en círculo.
- Andar hacia atrás, deprisa.
- Chutar balones mientras anda o corre.

Brazos:

- La independencia del hombro respecto del brazo, nos da muchas posibilidades y ambos brazos trabajarán simultáneamente.
- Apoyados en la pared, subimos los brazos y los bajamos.
- Lo mismo, pero sin apoyarnos en la pared.
- En la misma postura, nos palpamos el cuerpo desde la cabeza hasta los pies, diciendo las partes que tocamos.
- Corremos con los brazos extendidos como volando. Después con los brazos en la cabeza. De la mano de un compañero. Con un muñeco agarrado en el pecho.
- Imitar posturas de los brazos. Cruzarlos sobre los hombros, cambiar de mano. Poner una encima de la otra y después al revés... Levantar un brazo y otro no, al revés...

Motricidad Fina

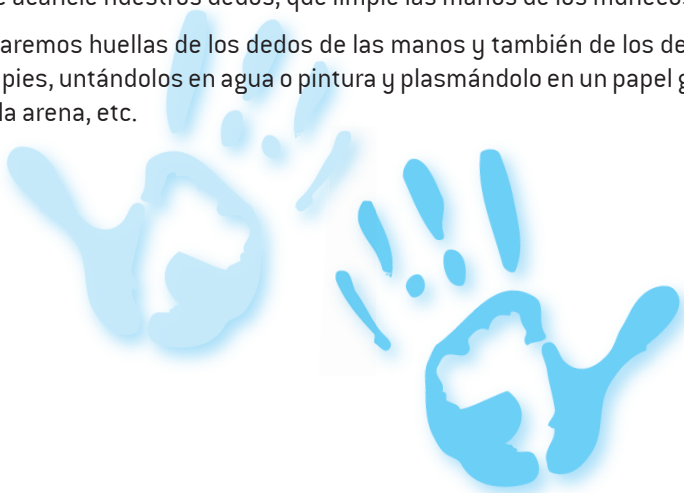
Manos:

- Encajar objetos simples en su lugar. Ensartar collares de bolas grandes o de macarrones previamente pintados. Enhebrar y desenhebrar; pasar cordones por agujeros...
- Lanzar objetos primero con una mano y luego con la otra.
- Lo mismo, pero con balones o globos que requieran las dos manos para cogerlos y lanzarlos.
- Jugar a tirar o empujar balones de gran tamaño o pelotas pequeñas. Primero con una mano; después con la otra.
- Untar objetos de plástico con aceite de bebé o con crema, de forma que sea difícil cogerlos.
- Lo mismo, pero untando las manos del niño con el mismo aceite.
- Jugamos a amasar plastilina sin darle forma, únicamente manipularla y aplastarla. Posteriormente haremos churros...

- Construcción de tren (cubos en fila), etc.
- Con papeles de revistas y/o periódicos le enseñamos a rasgarlos y hacer pedacitos.
- Garabatear y/o pintar con distintos tipos de pintura de dedos, siempre con vigilancia del adulto.
- Al final de la etapa se puede iniciar la imitación de trazos vertical y horizontal, con ayuda.
- Le enseñamos a pegar y despegar gomets y/o cintas adhesivas, utilizando el pulgar y el índice.

Dedos:

- Jugamos a pintar cada dedo de un color, con pintura de dedos. Primero todos de un color, después cada uno de color diferente.
- Jugamos a dar palmadas dedo con dedo. Primero pulgar con pulgar; índice con índice... Después todos con todos. El pulgar con cada uno de los demás de la misma mano...
- Picamos encima de la mesa solamente con la punta de los dedos.
- Apoyamos los dedos en superficies de diferente textura: cristal, plástico; la pared; papeles diferentes... ¿hace ruido?, ¿deja marca?, ¿es blando o duro?...
- Que acaricie nuestros dedos, que limpie las manos de los muñecos.
- Dejaremos huellas de los dedos de las manos y también de los dedos de los pies, untándolos en agua o pintura y plasmándolo en un papel grande, en la arena, etc.



Desarrollo Cognitivo

Ejercicios de observación-atención:

- Jugar a buscar un objeto en su entorno.
- Observar lo que vemos en un cuento e ir nombrando imágenes, acciones, responder a preguntas que le hagamos, etc.
- Buscar personajes u objetos escondidos en láminas o cuentos sencillos.
- Escuchar un cuento corto sin que el niño realice muchas interrupciones.
- Escuchar atentamente una canción.

Ejercicios de memoria:

- Cambiar el nombre de las cosa y que las diga bien.
- Esconder un juguete para ver cuál falta.
- Lo mismo con láminas o cartas...
- Reproducir canciones, onomatopeyas, dichos...
- Jugar a recordar los nombres de sus familiares, compañeros...
- Recordar los nombres de los personajes más conocidos de los cuentos.
- Juegos de memoria sencillos, en general.

Juego Simbólico:

- **Juegos del "como si":**
  - Jugar con una caja, como si fuera un coche.
  - Un cepillo puede ser un micrófono para cantar.
  - Etc.
- **Juegos de imitación al adulto:**
  - El niño hace de mamá que da de comer a la muñeca.
  - De médico que cura al osito.
  - Etc.

Ejercicios de Lógica:

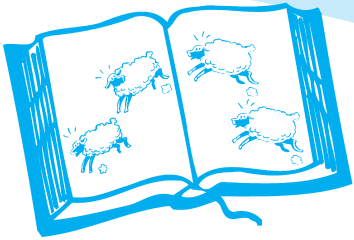
- Agrupar objetos por categorías: Los que tienen ruedas, animales, piezas de construcción...
- Agrupar u ordenar elementos por alguna característica: color, forma, tamaño...
- Jugar con cantidades: mucho – poco; lleno – vacío; todo – nada.
- Hacer series de dos elementos: camión, coche; camión-coche...
- Emparejar imágenes que sean iguales (lotos de animales, barajas de distintos temas, dominós...).
- Puzzles de tres a seis elementos.

Aprendizajes básicos:

- **Conceptos básicos:**
  - Introducimos en nuestro vocabulario los conceptos básicos y les mostramos lo que significa cada uno, a través de ejemplos con objetos, acciones, canciones, imágenes...
  - ¿Cuáles son estos conceptos?
    - Arriba-abajo.
    - Dentro-fuera.
    - Encima-debajo.
    - Delante-detrás.
    - Cerca -lejos.
    - Grande-pequeño.
    - Igual-diferente.
    - De día-de noche.
  - ¿Cómo los trabajaremos? Para que el niño comprenda el significado de estos conceptos, es importante que los experimente primero con su propio cuerpo. (por ej.: Hacerle ver que arriba tiene la cabeza; que la lengua se puede meter y sacar de la boca...). Posteriormente buscando la relación del niño con el objeto (por ej.: meterse dentro de un aro; ponerse detrás de su mamá). Por último, podrá también comprobarlos con dos objetos entre sí (por ej.: poner el cochecito encima de la silla; poner la muñeca detrás del balón...); ver láminas de día y comentar lo que hacemos durante el día; lo mismo con la noche...

- **Colores:**
  - Introducimos los nombres de los colores que vamos a trabajar en nuestro vocabulario. (Color de la ropa, de frutas, de juguetes...)
  - Vamos introduciendo los colores básicos uno a uno (Rojo, amarillo y azul).
  - Comenzamos con colores totalmente opuestos para conseguir la discriminación más fácilmente. (rojo-azul; azul-amarillo; amarillo-rojo)
  - Inicialmente dejamos que el niño haga garabatos y los pinte del color que quiera. Se lo nombramos.
  - Le enseñamos juguetes del mismo color con el que estamos pintando y le pedimos que nos señale objetos o dibujos de ese color.
  - Jugamos con plastilina de un color determinado y le pedimos que lo nombre.
  - A partir de aquí, y cuando ya conozca dos o más, comenzaremos a discriminar distintos colores entre sí y a nombrarlos de forma adecuada.
  - Dibujaremos líneas simples para que las imite en papel grande o en una pizarra. Los niños a partir de dos años y medio a tres años comienzan imitando la línea vertical, la horizontal y, a veces, el círculo.

- **Formas básicas:**
  - Seguimos el mismo procedimiento que con los colores, pero introduciendo las formas básicas en este orden: redondo, cuadrado y triángulo.
  - Las comparamos con objetos reales y familiares para el niño.



El lenguaje infantil

Los niños necesitan recibir la atención e interés de los padres desde el momento en que nacen. Es necesaria la estimulación de otras personas, estar cerca de ellos, mirarlos, oír sus voces y responder a sus demandas.

La experiencia del uso del lenguaje que el niño recibe en su hogar, puede ser un factor esencial a la hora de determinar sus actitudes hacia el aprendizaje en etapas posteriores de su vida.

Es conveniente que los padres hablen con su hijo frecuentemente, ya que es a través de esta interacción, por la que el niño podrá satisfacer y expresar la curiosidad por el mundo que le rodea, estableciendo lazos sociales y afectivos con las personas de su entorno más próximo.

Cómo estimular el lenguaje en niños de 2 a 3 años[11]:

- Describir verbalmente las cosas que hacemos y las que hace él.
- Pedir que nombre las cosas y no utilice solamente el gesto.
- Aprovechar las palabras que el niño ya utiliza para incorporarlas a las conversaciones.
- Jugar a construir pequeñas frases referidas a personas y objetos del entorno familiar.
- Narrar sencillos cuentos infantiles y hacer preguntas sobre los personajes, situaciones, lugares etc. que aparecen en esos cuentos.
- Proporcionar al niño un entorno lingüístico simplificado para que le sea accesible, pero que a su vez sea capaz de crecer en complejidad, conforme crecen sus necesidades comunicativas.
- Favorecer las situaciones de juego en las cuales nuestro hijo sea una parte activa.

[11] Ver capítulo de "Ejercicios de lenguaje"

- Familiarizar al niño con pequeñas canciones infantiles.
- Crear situaciones comunicativas que favorezcan la aparición del lenguaje oral:
  - — Pasear charlando, describiendo lo que vemos.
  - — Utilizar fotografías familiares, libros de imágenes etc. y hacer comentarios con el niño.
- Para la adquisición normal del lenguaje es esencial una actitud comunicativa positiva y estimulante, intentando que el niño aprenda a hablar de forma natural, en la medida en que interactúa con el entorno social (familia, amigos etc.).
- El niño va construyendo el lenguaje de manera activa y necesita que pongamos a su alcance todos los medios para que lo consiga.

Desarrollo personal y social

Socialización

- Favorecer las relaciones sociales.
- Enseñarles a saludar a la gente y responder a los saludos de los otros, utilizando el gesto y la palabra.
- Puesto que a esta edad los niños quieren que sus deseos sean satisfechos al momento, es normal encontrarnos con berrinches y enfados si no podemos atenderlos inmediatamente. En ese caso, es aconsejable hablarle para que se de cuenta de que le estamos prestando atención.
- Fomentar el juego con otros niños, favoreciendo el compartir y el inicio de la cooperación.
- Al final del período, el niño puede aprender normas de conducta adecuadas que van a favorecer sus relaciones sociales: esperar su turno tanto para jugar como para hablar; respetar a los amigos y compañeros y sus juguetes, respetar los materiales de juego de casa o del aula o, etc.

Hábitos de autonomía personal:

Vestido:

- Ya puede colaborar en el vestido poniéndose los calcetines o quitándoselos; deshaciendo el lazo de los zapatos; cerrar broches; unir velcros; bajarse y subirse pantalones y ropa interior...
- Jugamos a vestir y desvestir a los muñecos.

Comida:

- Puede comer solo, utilizando la cuchara; bebiendo solo en un vaso; utilizando la servilleta si se le recuerda, y al final del período, utilizar un tenedor de poca punta para alimentos blandos.

Aseo:

- Limpiarse los dientes con cepillo y agua.
- Lavarse las manos y la cara.

Control de esfínteres:

- Aprovecharemos la capacidad de comprensión de los niños de esta edad para enseñarles este proceso.
- A partir de los dos años, el niño suele manifestar sus necesidades fisiológicas con gestos o palabras, por lo que podemos iniciar el proceso de control de esfínteres[12] :
  - Podemos empezar a poner al niño en el orinal y pedir que haga pis y caca.
  - Aprovecharemos si tiene una hora fija Sobre todo para la defecación y le pondremos siempre a esa hora.
  - No le tendremos excesivo tiempo sentado en el orinal porque podría llegar a rechazarlo.

[12] Véase Capítulo de Higiene y salud: "Programa Orientativo para el control de esfínteres diurno"