

# ¿Qué puedo hacer para apoyar el desarrollo de mi niño/a?

A continuación se dan actividades en las cinco áreas principales de desarrollo. Trate de hacer cada actividad más difícil conforme su niño/a crece o mejora en esa habilidad.



## COMUNICACIÓN

- **Adivinanzas.** Dele pistas a su niño/a sobre un objeto visible en el cuarto y pídale que adivine qué es.
- **Palabras y acciones.** Describa en palabras lo que su niño/a está haciendo, viendo o tocando. Por ejemplo “estás tirando la pelota”.



## MOTOR GRUESO

- **Lleve a su niño/a al parque.** Suban y bajen por la resbaladilla, saltara a la cuerda.
- **Juegos de movimiento.** Dé instrucciones a su niño/a como “El rey pide que andes de puntillas,” o “Simón dice que brinques por el cuarto”.



## MOTOR FINO

- **Dibuje formas con un lápiz o crayón (por ejemplo: triángulos, círculos, líneas rectas).** Pídale a su niño/a que dibuje formas junto a las suyas pero sin calcarlas
- **Enséñele a su niño a usar tijeras.** Practique cortando líneas rectas y formas.



## RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

- **Coloque objetos de distintos tamaños y texturas en una bolsa.** Deje que su niño toque los objetos sin mirar. Pídale que adivine cada uno de los objetos.
- **Planifique una búsqueda del tesoro.** Dibuje un mapa o dele a su niño pistas sobre cómo encontrar un objeto escondido en el cuarto.



## PERSONAL-SOCIAL

- **Juegue a disfrazarse y a crear personajes imaginarios.** Los niños pueden usar muñequitos, títeres o muñecas para representar escenas.
- **Deje que su niño/a ayude a la hora de comer.** Pueden practicar echando leche o jugo en un vaso o sirviéndose comida en su propio plato.



# ETAPAS DEL DESARROLLO DE LOS NIÑOS

[www.earlystagesdc.org](http://www.earlystagesdc.org)



## ¿Qué son las etapas de desarrollo?

A medida que los niños crecen, van desarrollando habilidades específicas como poder subir escaleras o reconocer los colores. Estas se llaman etapas de desarrollo. Un niño activo desarrollará las habilidades físicas más rápidamente. Un niño/a tímido puede que se demore más en desarrollar el habla. Estas dos situaciones pueden ser completamente normales. De modo que en vez de preguntar si su niño es normal, puede ser más útil preguntar si su niño/a ha llegado a etapas específicas del desarrollo.

Las siguientes páginas mencionan algunas etapas de desarrollo importantes ordenadas por la edad en la cual la mayoría de los niños las logran. Esta información le puede ayudar a darse cuenta si un niño anda bien o si puede necesitar más ayuda.



## ¿Cuándo debo llamar a Early Stages?

Entre más temprano reciba servicios su niño, mejor. Si le preocupa el modo en que su hijo camina, habla, juega, aprende y se comporta, confíe en sus instintos y llámenos. Los niños recomendados a Early Stages reciben un examen de desarrollo preliminar, y si es necesario una evaluación más a fondo.

Early Stages puede recomendar los siguientes servicios: la enseñanza especializada, la terapia del habla/lenguaje, la terapia física, la terapia ocupacional, los servicios psicológicos y los servicios de apoyo del comportamiento. Todos nuestros servicios son **gratuitos**.

- Para niños entre los 2 años y 8 meses y los 5 años y 10 meses de edad, llame a Early Stages al 202-698-8037 o visite nuestra pagina web en [www.earlystagesdc.org](http://www.earlystagesdc.org).

- Para niños menores de 2 años y 8 meses de edad, llame a Strong Start, el Programa de Intervención Temprana del DC al 202-727-3665.



1125 New Jersey Avenue NW  
Washington, DC 20001  
phone: 202-698-8037  
fax: 202-654-6079





### Al final del **TERCER MES,** la mayoría de los bebés:

- Levantan la cabeza y el pecho cuando están boca abajo
- Mantienen levantada la parte superior del cuerpo con los brazos cuando están boca abajo
- Dan patadas
- Abren y cierran las manos
- Se llevan las manos a la boca
- Agarran y sacuden los juguetes
- Observan los objetos que se mueven
- Observan los rostros de cerca
- Reconocen objetos y personas familiares
- Comienzan a usar las manos y los ojos al mismo tiempo
- Comienzan a balbucear e imitar algunos sonidos
- Sonríen cuando oyen las voces de sus padres
- Les gusta jugar con otras personas
- Pueden llorar cuando se deja de jugar<sup>1</sup>

3 Mes



### Al final del **SÉPTIMO MES,** la mayoría de los bebés:

- Giran sobre el estómago hacia la espalda y viceversa
- Se sientan
- Alcanzan objetos
- Mueven los objetos de una mano a la otra
- Soportan su peso sobre las piernas cuando se les sostiene
- Ven a colores
- Ven a distancia
- Usan la voz para expresar sentimientos
- Responden a su propio nombre
- Balbucean
- Entienden las emociones por el tono de la voz
- Investigan los objetos con las manos y la boca
- Luchan por alcanzar los objetos que están fuera de su alcance
- Les gusta jugar a esconderse y reaparecer de repente diciendo algo como “bubú”
- Muestran interés por los espejos<sup>1</sup>

7 Mes



### En su **PRIMER AÑO,** la mayoría de los bebés:

- Gatean
- Se empujan hacia arriba para pararse
- Caminan agarrándose de los muebles
- Pueden caminar unos pocos pasos sin ayuda
- Agarran con los dedos
- Dicen “papá” y “mamá”
- Tratan de imitar las palabras
- Responden a “no” y a solicitudes sencillas
- Usan gestos simples, como mover la cabeza para decir “no” y sacudir las manos para saludar
- Exploran los objetos
- Comienzan a usar los objetos (beben de una taza, se cepillan el cabello)
- Encuentran objetos escondidos con facilidad<sup>1</sup>

1



### En su **SEGUNDO AÑO,** la mayoría de los bebés:

- Caminan solos
- Saltan
- Jalen los juguetes detrás de ellos mientras caminan
- Llevan juguetes mientras caminan
- Empiezan a correr
- Patean una pelota
- Se suben y se bajan de los muebles
- Suben y bajan las escaleras mientras se agarran de los pasamanos
- Hacen garabatos con lápices de colores
- Construyen torres de 5 o más bloques
- Reconocen los nombres de personas conocidas, de objetos y de partes del cuerpo
- Usan 2 palabras juntas
- Siguen instrucciones sencillas (de 1 ó 2 pasos)
- Comienzan a clasificar los objetos de acuerdo a las formas y los colores
- Comienzan a hacer juegos imaginarios
- Imitan el comportamiento de otros

2



### En su **TERCER AÑO,** la mayoría de los bebés:

- Pueden hacer las cosas por ellos mismos (como ponerse la ropa y alimentarse)
- Les gusta jugar imaginariamente y con otros niños
- Cuentan historias con 2 o 3 oraciones
- Se les puede entender la mayoría de las veces
- Pueden decir el nombre de un amigo/a
- Se reconocen como niño o niña
- Construyen una torre de 6 a 8 bloques
- Arrojan una pelota por encima de la cabeza
- Andan en triciclo
- Suben las escaleras alternando los dos pies
- Hacen equilibrio sobre 1 pie por un segundo
- Copian un círculo
- Dibujan a una persona con 2 partes del cuerpo (la cabeza y otra parte del cuerpo)
- Saben ir solos al baño durante el día<sup>2</sup>

3



### A los **CUATRO AÑOS,** la mayoría de los bebés:

- Juegan con otros niños
- Pueden seguir las normas familiares
- Juegan con sus juguetes favoritos
- Prestan atención a los cuentos
- Participan de juegos imaginarios
- Saben su nombre y apellido
- Cantan una canción o recitan un poema de memoria
- Saben qué tienen que hacer si hace frío, están cansados o tienen hambre
- Se les puede entender
- Nombran 4 colores
- Juegan juegos de mesa o de cartas
- Dibujan a una persona con 3 partes
- Brincan sobre un pie
- Hacen equilibrio sobre 1 pie por 2 segundos
- Construyen una torre de 8 bloques
- Copian una cruz
- Pueden comer solos
- Se cepillan los dientes
- Se pueden vestir solos

4



### A los **CINCO AÑOS,** la mayoría de los bebés:

- Son más propensos a estar de acuerdo con las normas
- Les gusta cantar, bailar y actuar
- Pueden distinguir la fantasía de la realidad
- Recuerdan parte de una historia
- Dicen oraciones de más de 5 palabras
- Saben su nombre y dirección
- Pueden contar 10 o más objetos
- Mencionan correctamente al menos 4 colores
- Se paran sobre un pie durante diez o más segundos
- Brincan, se columpian y trepan.
- Copian un triángulo y otras figuras geométricas
- Escriben en imprenta algunas letras del abecedario
- Usan el tenedor y la cuchara
- Se visten y se desvisten sin ayuda<sup>2</sup>

5