Juegos

Mi cuerpo

Toca las diferentes partes de mi cuerpo mientras las nombras a través de canciones o rimas. Puedes empezar por las manos y los pies y luego seguir hacia la barriguita. Algunas de estas canciones pueden ser “Cinco lobitos”, “Pica, pica, pollito”, “Date, date, date”.

Enséñame dibujos o fotos

Señálame con el dedo lo que quieres que mire hablando en tu tono normal y diciendo muchas palabras sencillas. Así iré relacionando las palabras con objetos y acciones.

Busca, busca...

Coge una pelota pequeña o un peluche. Enséñamelo y escóndelo debajo de un trapo. Puedes empezar cubriendo una parte y luego tapándolo por completo. Después, pídeme que lo busque.



Para recordar...

- Durante estos meses, necesito un espacio amplio libre de obstáculos para que pueda gatear y dar mis pasitos sin peligro.
- No me dejes mucho tiempo sentado en la sillita sin hacer nada.
- No me fuerces a caminar en sillitas móviles porque no estoy preparado.
- Juguemos en sitios que no sean mi cunita para que aprenda a distinguir el espacio de jugar y el de dormir.
- Sácame de paseo con todo lo que necesito para no pasar apuros.
- Hasta los 2 años, es mejor que no use la tableta, ni el móvil, ni el ordenador.
- Me gusta tener rutinas: acostarme y comer cada día a la misma hora.



Contenidos:
María José Rodrigo López, Sonia Byrne y Enrique Callejas Castro.
(Universidad de La Laguna)



Parentalidad Positiva: Ganar Salud y Bienestar de 0 a 3 Años

Guía práctica: 6-12 meses

Gobierno de España · Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social
Estrategia Promoción de la Salud y Prevención en el SNS
Universidad de La Laguna
canariasaludable.org
Servicio Canario de la Salud
Gobierno de Canarias

Un camino juntos

Los niños y las niñas necesitamos cuidados y mucho cariño para crecer sanos.

Con tu ayuda descubrimos el mundo que nos rodea y aprendemos muchas cosas.

El juego, las canciones y las caricias nos ayudan en nuestro desarrollo físico y psicológico.

Cada uno somos diferentes y seguimos nuestro propio ritmo. En esta Guía Práctica te contaré cómo voy creciendo y lo que me ayuda a crecer en cada etapa.

Además, te enseñaré a entender mis señales para que puedas saber qué es lo que necesito en cada momento, ¡aunque no sepa hablar bien, sé comunicarme!

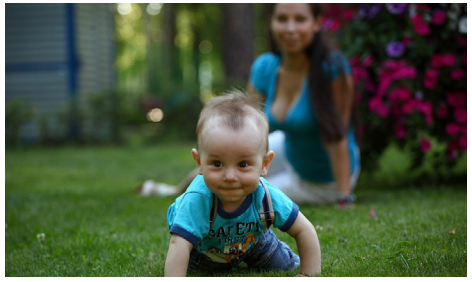
Me gustaría que pudieras compartir la tarea de cuidarme y educarme con la persona en la que más confíes y que se sienta también responsable de mi bienestar. Así van a ir bien las cosas en casa, estaremos todos más contentos y yo creceré más sano y feliz.

¡Caminemos juntos!



Observo a mi bebé

- A los 7 meses, articulo sílabas e incluso llego a combinarlas.
- A los 8 meses, imito pequeños gestos como aplaudir, saludar o decir adiós.
- En torno a los 9 meses, soy capaz de buscar objetos que he visto esconder.
- A los 10 meses, empiezo a gatear, arrastrarme y aprendo a sentarme solo.
- A los 11 meses, señalo con la mano abierta o con el dedo cuando quiero que me alcancen algo.
- A los 11 meses, me gusta darte objetos o juguetes y que me los devuelvas.
- Ya os conozco muy bien y os diferencio de los extraños, por eso a veces rechazo a las personas desconocidas.
- Sigue mis juegos porque es la mejor forma de estimularme y el modo de conocer mis necesidades, deseos, gustos, e inquietudes.



Día a día

Alimentación y afecto

Poco a poco, puedo empezar a probar alimentos triturados y nuevos sabores. Ponme a comer con los demás y dime lo que voy a comer, los cubiertos, los platos…

Higiene

Ahora ya puedes bañarme sentado, aunque siempre con vigilancia. Me gusta chapotear. Si me lo pides, puedo colaborar cuando me vistes estirando las piernas o los brazos.

Ocio

Déjame que juegue solo algún ratito y anímame cuando haga pequeños recorridos gateando.

Sueño y descanso

Todavía duermo siesta por la mañana y por la tarde. Ya puedo dormir por la noche sin interrupciones, pero si empiezo a llorar, ven y cógeme, me ayudará a tranquilizarme y a seguir durmiendo.

