Juegos

Hacer como que...

Imaginemos situaciones como dar de comer al muñeco, podemos hacer que le damos una galleta al peluche, que conducimos un coche, que comemos, que cantamos juntos, etc.

De un lado a otro

Colócame juguetes en dos superficies cercanas, por ejemplo, sobre dos sillas y anímame a pasarlos de una superficie a otra. Si ves que mis piernas están rígidas, ponme el juguete en el suelo y ayúdame a recogerlo flexionando un poco las piernas para agacharme, sin llegar a sentarme.

Construyendo juntos

Hagamos pequeñas casitas y construcciones juntos. Dime el nombre de las piezas, por ejemplo, “este es el verde” y lo que queremos hacer.



Para recordar...

- Enséñame objetos de la vida cotidiana y explícame para qué sirven. Soy muy curioso y me gusta aprender.
- Protégeme de riesgos como enchufes, electrodomésticos o productos tóxicos. Ante una situación peligrosa, retírame del peligro y explícamelo con gestos y palabras.
- Cuéntame lo que hacen los niños, los animales y los nombres de las cosas enseñándome ilustraciones.
- Cuando me llevas la contraria, puedo tener mi primera rabieta. Distráeme o evita ponerme en situaciones que me cansen, en las que haya mucho ruido, que tenga falta de sueño, hambre, etc.
- Me gusta pasear pero no estar todo el tiempo atado. Me gusta el encuentro con otros niños, observar a un perrito cómo salta, oler las flores, etc. Todo es nuevo para mí, disfruta enseñándomelo.
- 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)



Día Mundial de la Salud 2019

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

Guía práctica: 12-24 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

Entre los 12 y los 15 meses

- Comienzo a ponerme de pie y a dar mis primeros pasos, me gusta explorarlo todo.
- Pido con gestos que me alcances cosas, pero también me gusta enseñártelas sin mas para compartirlo contigo.
- Imito las acciones de los otros y respondo a instrucciones sencillas.

Entre los 15 y los 18 meses

- Imito los sonidos que escucho. Además, comienzo a decir mis primeras palabras.

A partir de los 20 meses

- Exploro de manera más autónoma y me lanzó a descubrir nuevos lugares.
- Comienzo a tener claro lo que es mío y lloro si me lo quitan.
- Me miro al espejo y ya me voy conociendo, también conozco a los demás en las fotos.
- Ya sé muchas palabras y me gusta que me las repitas y me muestres lo que estoy diciendo.

Día a día

Alimentación y afecto

Me gusta sentarme a la mesa con los demás, ya puedo comer con el resto y empiezo a manejar cubiertos, vasos… Dame alimentos variados sin sal ni azúcar. La comida es para mí una oportunidad para aprender y disfrutar.

Higiene

Déjame que colabore más, me gusta lavarme las manos y ayudar a preparar el baño. Y poco a poco, hacer cosas solo, como quitarme alguna prenda.

Ocio

Cada vez disfruto más jugando con otros niños y niñas, enséñame a compartir. Deja que tome la iniciativa y que invente juegos.

Sueño y descanso

Si ves que me balanceo de un lado a otro, es que empiezo a estar cansado. A veces necesitaré dormir, pero otras simplemente descansar haciendo algo más calmado.

