

Hay cinco aspectos esenciales para el desarrollo saludable de su niño. Encuentre más experiencias de aprendizaje estimulantes en estas páginas de **"Massachusetts Early Learning Guidelines for Infants and Toddlers"** (Directrices de educación temprana en Massachusetts para bebés y preescolares), que pueden descargarse del sitio web del Departamento de Educación y Cuidados Tempranos: www.mass.gov/eec



El bienestar físico y el movimiento son críticos para el aprendizaje y el desarrollo de su niño

Niños preescolares (de 12-33 meses)
Bebés (desde recién nacidos hasta los 15 meses)

1	Desarrollo socioemocional	pág. 31	pág. 101
2	Desarrollo del lenguaje y la comunicación	pág. 47	pág. 120
3	Desarrollo cognitivo	pág. 65	pág. 144
4	Salud y bienestar físico (este folleto)	pág. 80	pág. 153
5	Enfoques de aprendizaje	pág. 83	pág. 163



Sherri Killins, Ed.D., Comisionada

Preparado por Davis Publications,
 Worcester, Massachusetts



Consultores de educación temprana:

Susan Etheredge, Ed.D., profesora y directora de Educación y Estudios Infantiles, Smith College, Northampton, Massachusetts

Cathy Weisman Topal, M.A.T. Estudios visuales, conferenciante y profesora de arte, Smith College, Northampton, Massachusetts

Ilustraciones por Melissa Iwai

© 2011 Massachusetts Department of Early Education and Care
 Spanish

¡Juega conmigo!



Su niño necesita rutinas divertidas y saludables todos los días.

Esté activo con su niño...



Durante los primeros tres años de vida, usted sienta las bases del desarrollo cerebral y el aprendizaje de su niño.

Cosas que su **bebé** puede hacer

Actividades para la salud física y bienestar

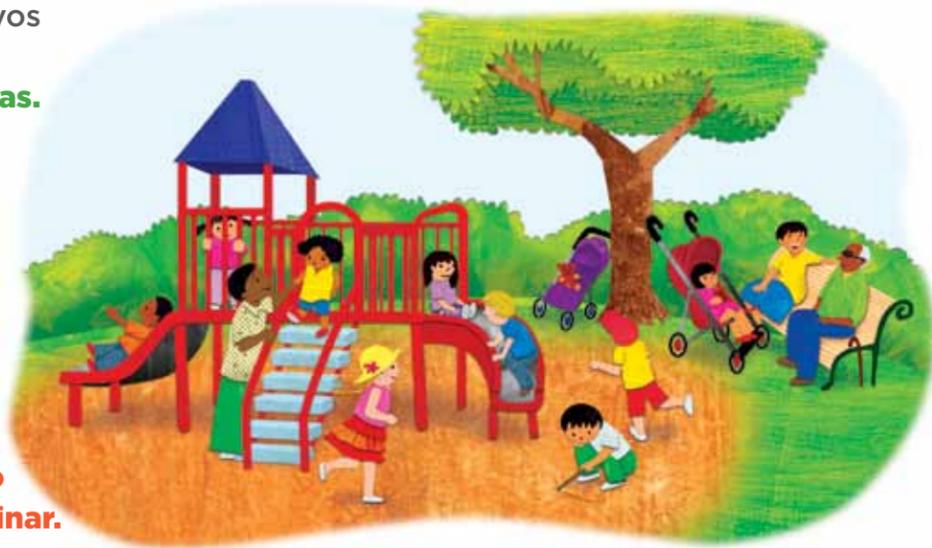


Alimentación saludable

Elija alimentos frescos y nutritivos para su bebé. **¡Qué ricas! A mí también me encantan las batatas.**

Estar a la intemperie

Disfruten jugando juntos al aire libre y viendo cómo juegan los demás. **Ha llegado la hora de salir a caminar.**



Alcanzar

Note las diferentes maneras en que su bebé se estira y flexiona para alcanzar objetos. **¡Uy, qué buen estirón!**



Empujar, jalar y rodar

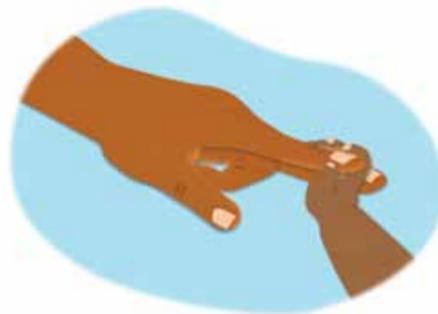
Deje que su bebé practique empujar hacia arriba, levantar el torso jalando y rodar.

¡Qué sorpresa! ¡Rodaste y te diste vuelta!



Agarrar y soltar

Coloque objetos que le interesan al bebé un poquito más allá de su alcance. **¡Qué fuerte que eres!**



Cosas que su **niño preescolar** puede hacer

Actividades para la salud física y bienestar

Autocuidado

Dé el ejemplo de un cuidado físico saludable. **Vamos a usar hilo dental y a cepillarnos los dientes juntos.**



Treparse, saltar y levantar

Aproveche las oportunidades diarias de movimiento no estructurado. **¡Me encanta ver cómo corres!**



Practicar con dirección

Deje que su niño explore el dibujo y la escritura, supervisado y con materiales apropiados.

Has hecho marcas muy grandes. ¿Puedes hacer marcas pequeñas también?



Participar en las rutinas diarias

Invite a su niño a que ayude en forma segura con actividades como cocinar y limpiar. **¡Qué divertido es preparar una rica comida juntos!**



Coordinar los movimientos de ojos y manos

Empiece los juegos de tirar y atajar con objetos de diferentes tamaños y texturas. **Esta vez voy a rodar la pelota por aquí.**



Desarrollo de la destreza

Use materiales como plastilina y arcilla de moldear para que su niño apriete, ruede, dé palmaditas y golpee. **Veo que estás pinchando la arcilla. ¿Qué le pasa cuando la pinchas?**