

HOJA DE EJERCICIOS 5.2: DESDE EL NACIMIENTO HASTA UN AÑO: ALGUNAS ACTIVIDADES QUE LES GUSTA HACER A LOS BEBÉS

| EDAD | LO QUE LES GUSTA HACER A LOS BEBÉS |
|----------------------|---|
| Recién Nacido | Imitar — haga muecas, saque la lengua y observe cómo su bebé la imita Que lo mezan — en una mecedora o sacarlo a pasear en su coche Escuchar — música suave, un juguete musical, o la voz de la madre Ser tocado/acariciado — acaricie suavemente a su bebé (masaje suave) |
| 1 Mes | Seguir objetos con la mirada Mirar juguetes que se mueven (juguetes que están colgados en su cuna) Mover sus pies como si estuviera manejando una bicicleta |
| 2 Meses | Jugar con títeres Que los carguen y alcen suavemente de arriba a abajo Agarrar y hacer sonar una matraca/cascabel/sonajero |
| 3 Meses | Sacudir la matraca/cascabel/sonajero que tiene puesto en la muñeca Escuchar música con buen ritmo Jugar con juguetes que están colgados en su cuna y golpearlos suavemente |
| 4 Meses | Jugar a las escondidas con su mamá — buscar el rostro de su mamá cuando se esconden Darse vueltas (de estómago a espalda) Mirar burbujas |
| 5 Meses | Mirarse en un espejo Jugar con los juguetes que se inclinan y luego se levantan solos Estar en un columpio de bebés o mecedor a cuerdas |
| 6 Meses | Jugar a las palmaditas Jugar con otros bebés Jugar a los caballitos, montado en su espalda |
| 7 Meses | Jugar a la "cuerda floja" (mamá y bebé jalan de los extremos de un objeto: por ejemplo, una cuerda o un pañal) Buscar juguetes que usted ha escondido Ver libros con bastantes dibujos y colores |
| 8 Meses | Aprender los sonidos de animales (la vaca dice muuuuuuu; el perro dice guau, guau; el pollito dice pío, pío) Jugar a las escondidas con su mamá Golpear objetos como por ejemplo ollas y sartenes |
| 9 Meses | Jugar con su mamá a hacer rodar la pelota Practicar ponerse de pié |
| 10 Meses | Empujar un carrito o camión Jugar con las hojas de revistas (mirándolas, rompiéndolas) Jugar con burbujas |
| 11 Meses | Empujar y jalar cosas que tienen manijas Vaciar de una vasija/recipiente/envase a otra (cosas como, cereal) Jugar con agua |
| 1 Año | Jugar con una pelota de playa Tirar la pelota y meterla en una canasta/cesta Jugar con su propia sombra ¡Explorar todo lo que hay a su alrededor! |

