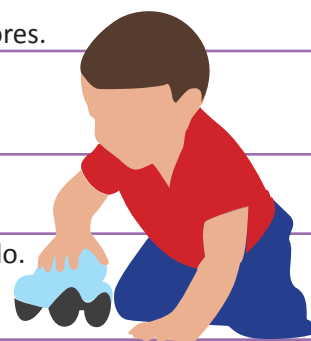


HOJA DE EJERCICIOS 3.5: DESDE EL NACIMIENTO HASTA UN AÑO - ALGUNAS COSAS QUE LES GUSTA HACER A LOS BEBÉS

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 acunen: un paseo en su cochecito también puede calmarlo. Escuchar música suave, un juguete musical o su voz. Que lo acaricien: acaricie suavemente a su bebé.
1 mes	Seguir objetos con la mirada. Mirar móviles. Hacer ejercicios con los pies como si anduviera en bicicleta.
2 meses	Jugar con títeres. Que lo suban y bajen suavemente. Sostener y jugar con un sonajero.
3 meses	Agitar un sonajero en su muñeca. Escuchar música rítmica. Jugar con juguetes colgantes y tratar de golpearlos.
4 meses	Jugar a "te veo". Darse vuelta y ponerse boca arriba. Mirar las burbujas.
5 meses	Mirarse en un espejo. Jugar con un juguete inflable golpeador (juguete que rebota cuando lo golpean). Mecerse en un columpio para bebés.
6 meses	Jugar a las palmaditas. Jugar con otros bebés. Andar a "cococho" (montado sobre la espalda).
7 meses	Jugar al juego de tira y afloja. Buscar juguetes que usted escondió antes. Mirar libros con muchas imágenes y muchos colores.
8 meses	Aprender los sonidos que hacen los animales. Jugar a las escondidas. Golpear ollas y sartenes.
9 meses	Hacer rodar una pelota ida y vuelta hacia usted. Tratar de ponerse de pie.
10 meses	Empujar un coche o camión de juguete en el suelo. Romper revistas. Hacer pompas de jabón.
11 meses	Empujar cosas con palancas. Volcar cosas de un recipiente a otro (el cereal, por ejemplo). Jugar en el agua.
12 meses	Jugar con una pelota de playa grande. Lanzar saquitos para ejercicios o pelotas (o bollos de papel) dentro de un recipiente. Jugar con su sombra. Explorar el mundo que los rodea.



Adaptación de Segal, M. (1985). *Your Child at Play: Birth to One Year*. Nueva York, NY: New Market Press.