

Motora gruesa

Actividades que estimulan el desarrollo y aprendizaje de su bebé



Su bebé crecerá muy rápido en las primeras semanas. Ella mantendrá sus extremidades muy cerca de su cuerpo y sus puños estarán cerrados. A pesar de que su cuello todavía no tiene mucha fuerza, ella querrá levantar su cabecita, especialmente si está acostada sobre su estómago. (Es importante que supervise atentamente a su bebé cuando esté sobre su estómago.) En unas cuantas semanas, ella podrá levantar la cabeza por algunos segundos mientras usted la abraza contra su hombro. Generalmente sus rodillas estarán dobladitas sobre su estómago, pero en pocas semanas empezará a patear.

¡A abrir los bracitos!

Después de darle un baño a su bebé y cuando se sienta relajada y despierta, tome los puños de la bebé y póngalos junto a su pechito, ábrale los bracitos suavemente y luego ciérrselos otra vez. Cante una tonadita mientras hace esto: "A cerrar los bracitos, a abrir los bracitos, a cerrar los bracitos, y a besar los bracitos". A la bebé le gustará el juego y le gustará ver la cara feliz de usted.

Sobre la pancita

Cuando el bebé esté sobre su estómago, acuéstese junto a él y ponga su cara junto a la de él. Agárrele los deditos y véalo a los ojos, háblele y cántele algo. Sonría y dígame lo maravilloso que es. Repita el ejercicio en otra ocasión del otro lado del bebé.

Cosquillitas en los pies

Cuando su bebé esté recostada sobre su espalda, ayúdela a reconocerse los pies por medio de juegos con sus piecitos y deditos. Bésele la planta de los pies y dígame: "¡Mmm, qué piecitos tan ricos tienes!". Dele mordiditas suaves en los dedos y haga sonidos que vibren en sus dedos. Vea la cara de la bebé para asegurarse de que se está divirtiendo.

¡A levantar la cabecita!

Cuando su bebé esté sobre su estómago, observe si su cuello y su cabeza se están poniendo más fuertes. Cuando el bebé comience a levantar la cabecita, póngale un juguete o una cuchara brillante enfrente y móvelo a que levante más la cabeza para ver mejor el juguete. Dígame que es muy fuerte cuando levante la cabeza.

A encontrar a mamá (o a papá)

Cuando su bebé esté sobre su espalda, acuéstese al lado de ella y ponga su cabeza al lado de la cabeza de la bebé. Hable con ella y llámela por su nombre: "Mi bebita, ¿dónde está tu mami?". Cuando la bebé voltee su cabecita al oír su voz, sonríale y muéstrela una cara feliz: "¡Me encontraste!". Después cámbiese de lado y repita el juego.

(continúa)

Motora gruesa, 0-2 meses (continua)

Hora del baño

Cuando esté bañando a su bebé, dele un masaje. Hable con él mientras le talla su “cuellito suavcito”, su “pancita arrugadita”, o su “fuerte espalda y lindas nalguitas”. También puede hablar con él mientras lo seca después del baño. Cuando el bebé sienta sus manos en las diferentes partes del cuerpo, él aprenderá sobre su cuerpo y le encantará escuchar la ternura en su tono de voz.

Notas:



¡No se olvide! Las actividades siempre deben ser supervisadas por un adulto. Cualquier material que se le dé a un niño/a debe ser revisado cuidadosamente para confirmar su seguridad. Siempre supervise al bebé cuando esté recostado sobre su estómago o cuando esté en el agua.