

Motora gruesa

Actividades que estimulan el desarrollo y aprendizaje de su bebé



Su bebé se va poniendo más fuerte cada día. Ahora puede sostener su cabecita y observar lo que está pasando a su alrededor. Está aprendiendo a sentarse por sí misma, aunque es posible que use sus manos para apoyarse. Le encanta pararse cuando usted la sostiene. En poco tiempo, podrá pararse solita.

Jugando en el piso

Ponga una frazada en el suelo de la casa o afuera, bajo la sombra. Ponga a su bebé en la frazada sobre su estómago con algunos de sus juguetes favoritos para motivarla a que se estire, a que gatee, a que se dé la vuelta, o a que se mueva para alcanzar los juguetes. Después póngala sobre su espalda.

¡A sentarse!

Ayúdele a su bebé a que se siente solito. Siéntese detrás de él y dele un poco de apoyo. Un hermano/a mayor también lo puede ayudar a que se siente. Al principio, su bebé tratará de sentarse solo, apoyándose en sus propias manos. Después su bebé podrá agarrar un juguete o libro mientras está sentado. Susúrrle al oído que es un bebé maravilloso. Poco a poco usted no necesitará ayudarlo tanto a que se siente.

¡A dar saltitos!

Tome a su bebé de las manos y ayúdela a pararse. Déjela que dé saltitos sobre el piso, sobre el sillón, o sobre su regazo. Cántele una canción mientras ella brinca: "¡Saltitos, saltitos, saltitos, mi bebé saltarina!".

¡A pararse!

Alrededor de los 7 meses, a su bebé le gustará pararse agarrándose de una mesa o silla y tratará de alcanzar varios objetos. Quite todo lo que se pueda quebrar de las mesas o de estantes que estén al nivel de su bebé y ponga algunos de sus juguetes favoritos sobre la mesa para que trate de alcanzarlos.

La pequeña exploradora

Cuando su bebé aprenda a gatear, tratará de explorar toda la casa: "¿Qué hay debajo de la mesa?, ¿Qué hay detrás de la silla?". Asegúrese de que las áreas que su bebé está explorando sean seguras y que estén limpias. Esta actividad los hará hacer ejercicio a los dos.

Pista de obstáculos

Cuando su bebé ya pueda gatear, a los 6–7 meses de edad, usted puede crear una pista de obstáculos simple con almohadas y frazadas para que su bebé gatee por encima y alrededor de ella.

(continúa)

Motora gruesa, 4-8 meses (continua)

Ayudante de cocina

Cuando su bebé pueda sentarse solo, dele una olla pequeña o la tapadera de una cazuela y una cuchara para que juegue. A su bebé le gustará escuchar el ruido que hacen la olla y la cuchara cuando las golpea la una con la otra.

Notas:



iNo 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 atentamente a la bebé cuando esté acostada boca abajo.