Fundamentos para Familias

Bebés Increíbles

¿Qué deberíamos ayudar a los niños a aprender antes de entrar a kindergarten? Este folleto proporciona cierta información sobre el desarrollo y aprendizaje de su hijo basada en *Fundamentos para el Aprendizaje y Desarrollo Temprano de Carolina del Norte.* Se incluyen ideas de actividades que usted puede hacer con su niño –en las rutinas diarias de su vida familiar– que ayudarán a apoyar a su hijo. Usted puede modificar estas actividades para que se adapten a las necesidades de su familia. Si tiene preguntas acerca del desarrollo o aprendizaje de su hijo, puede hablar con el maestro o el médico de su niño.

Enfoques de Aprendizaje

Los bebés están aprendiendo sobre el mundo. Muestran interés en su cuerpo y en objetos de colores brillantes. Los bebés utilizan sus sentidos para aprender—ven, miran, saborean, tocan y huelen.

Maneras de Apoyar a su Niño

- Exponga a su bebé a imágenes y sonidos nuevos.
- Salga a dar un paseo afuera.
- Cuelgue juguetes coloridos en su cochecito.
- Llévela por diferentes lugares alrededor de la casa.

Desarrollo Social y Emocional

Los bebés están aprendiendo sobre sí mismos y los demás. Ellos reconocen a los miembros de la familia y disfrutan mirándolos. Los bebés repiten acciones para lograr el mismo efecto —sonríen y arrullan para llamar la atención de un miembro familiar. Los bebés prefieren ser cargados por los adultos con quienes se sienten más seguros —y a veces lloran cuando están separados de esos seres especiales.

Maneras de Apoyar a su Niño

- Ayude a su bebé a entender que los miembros familiares están allí para apoyarlo y librarlo de peligro.
- Use una voz calmada y positiva con su bebé.
- Tranquilice a su bebé cuando esté molesto o alterado. Él comenzará a aprender a consolarse a sí mismo, pero ahora necesita que lo ayudes. Cuando lo cargas y consuelas con palabras o música, le dejas saber a tu bebé que está protegido —que puede confiar en ti para ayudarlo, incluso si no sabes exactamente lo que necesita.

Salud y Desarrollo Físico

Los bebés están creciendo y desarrollándose muy rápidamente. Con el tiempo, duermen menos durante el día y más por la noche. Los bebés practican movimientos del cuerpo dando patadas y moviendo sus brazos, estirándose para alcanzar los juguetes y aprendiendo a sentarse. Ellos aprenden a recoger objetos y los exploran agitándolos, tirándolos y metiéndoselos en la boca.

Maneras de Apoyar a su Niño

- Pruebe rutinas para la hora de la siesta y la hora de acostarse —puede empezar con un baño de agua tibia, música suave y un libro de cuentos tranquilo.
- Mientras su bebé no pueda voltease por su cuenta, lo más seguro es que la ponga boca arriba. Pero puede hacer un juego llamado "Hora de la barriguita" cuando esté jugando con ella. Ponga al bebé boca abajo sobre una superficie dura —como el piso de la cocina— sin almohadas o cobijas. Y acuéstese en el piso de frente a su bebé con un juguete favorito o simplemente juegue "peek-a-boo" ("Aquí estoy"). Este ejercicio —en tan sólo unos minutos al día— le ayuda a su bebé a fortalecer su cuerpo, que estará listo para caminar y gatear más adelante.

Desarrollo del Lenguaje y Comunicación

Los bebés están aprendiendo a comunicarse. Se voltean cuando escuchan sonidos, especialmente las voces de las personas favoritas. Ellos usan señales con las manos (estirándolas para que los carguen) y sonidos (llanto, arrullos) para llamar la atención y comunicar sus necesidades. Los bebés prestan atención a libros ilustrados cortos y les gusta mirar las fotografías, especialmente de los miembros familiares.

Maneras de Apoyar a su Niño

- Hable con su bebé —todo el tiempo. Dígale a su bebé lo que está haciendo, a dónde van y que ropa le está poniendo. Cuantas más palabras escuchen los bebés, más palabras van a utilizar.
- Trate de leer libros ilustrados cortos todos los días. Usted puede leer las palabras en la página —o inventarlas. Puede hablar de las fotos y hacer preguntas (que usted responde). Esto ayuda a los bebés a entender que los libros cuentan historias —y lo más importante— ¡que los libros son divertidos!
- Sea cual sea su lengua materna, siga utilizándola en su hogar y comunidad. El aprendizaje de dos idiomas es beneficioso para el desarrollo del cerebro infantil.

Desarrollo Cognitivo

Los bebés usan sus sentidos para aprender sobre el mundo que les rodea. Muestran asombro y fascinación con nuevos objetos, eventos o personas. Los bebés buscan los objetos y personas que estaban presentes —y luego no. Ellos se quedan mirando las cosas que son nuevas o que les gusta.

Maneras de Apoyar a su Niño

- Juegue peek-a-boo (Aquí estoy) con su bebé. Cúbrase la cara con las manos o una pequeña toalla, y destápela diciendo: "Peek-a-boo"/"Aquí estoy" o alguna otra frase que sea especial para usted. Cambie el juego conforme su bebé crece —permítale que le quite sus manos o toalla de la cara para lograr un resultado divertido (Peek! / ¡Aquí!) .
- Diga: "¿Dónde está papá?" y aparte sus manos y diga: "¡Aquí está!".