

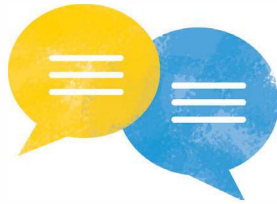


PEDIATRIC CARE • SUPPORTING • PARENTING
A Program of ZERO TO THREE

Visita a los 30 meses

Lenguaje

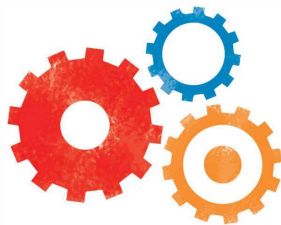
A los niños les encanta oír hablar de ellos mismos. Cuando sea la hora de la siesta o de ir a la cama, haga que se convierta en un hábito recordar los hechos del día. Por ejemplo: "Cuando te levantaste hicimos el desayuno, ¿te acuerdas de lo que preparamos?" "¡Huevos!" "Muy bien, huevos; luego comimos todos los huevos y después fuimos a pasear al parque". "¿Qué vimos en el parque?" "¡Patos!" "¡Muy bien, patos!" Siga contando la historia. Si su hijo estuvo en la guardería o con una niñera, hable de las rutinas cotidianas.



de los ingredientes. Deje que el niño ayude con el mayor número de pasos posibles y hable de cada uno. Cuando esté revolviendo, pregunte: "¿Qué está pasando con la mezcla ahora?" Una vez que la preparación esté en el horno, pregunte: "¿Se está poniendo más caliente o más fría?" Cocinar desarrolla las habilidades científicas de predecir, observar y describir. También desarrolla las habilidades matemáticas a medida que usted cuenta dos huevos o una barra de mantequilla. ¡Ellos se sentirán encantados y orgullosos de tener algo delicioso que comer cuando esté listo!

Ciencias y matemáticas

A los niños les encanta ayudar en la cocina. Elija una receta sencilla para hacerla juntos. A los niños pequeños les gusta tomarse su tiempo, de modo que asegúrese de que usted no tiene prisa si ha previsto que van a cocinar juntos. Hable de cada uno



Manejo de los sentimientos

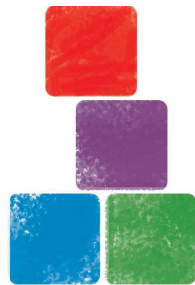
¿Ha notado que es difícil para su hijo dejar una actividad y pasar a otra? Es por eso que es útil avisarle antes de terminar una actividad. Mientras esté disfrutando del momento del baño, hágale saber cuando quedan solamente dos minutos. Use un reloj despertador y diga: "Cuando suene la alarma será hora de salir del agua". Puede decirle que el agua ya no está tan tibia o hablar del siguiente paso de



su rutina que le gusta. Cuando suene la alarma, diga: "¡Ya está! Es hora de ponerse el pijama para que podamos leer libros". Mientras que su hijo más pequeño solo entendió "dos minutos más" como un aviso, su hijo de 30 meses puede usar este momento para ayudarse a manejar sus sentimientos.

Solución de problemas

Ayude a su hijo a descubrir dónde se colocan diversos objetos del hogar. Tome un libro y diga: "¿Dónde va este libro?" O: "Aquí están tus zapatos, ¿dónde van?" Haga esto con todo lo que sea necesario guardar. Si el niño no sabe dónde se coloca algo, diga: "Vamos a ver si puedo encontrar el lugar donde va esto". Luego llévelo al lugar que corresponda.



Habilidades físicas

Sople pompas de jabón y haga que su niño pequeño las persiga. Él puede usar sus músculos grandes para saltar y reventar pompas cuando estas flotan hacia arriba. Vea cuántas puede reventar. Puede reventarlas con un dedo, con las palmas de las manos o pisar las que caen al suelo. Puede ayudarlo a hacer sonidos graciosos o contar las pompas a medida que



se revientan. El niño también puede tratar de soplar para hacer las pompas él mismo. Para esto usa sus músculos faciales y los de la boca. También necesita autocontrol y paciencia para soplar lo suficientemente lento como para formar una pompa.

Arte y música

Diviértanse al aire libre con las tizas.



La tiza para las aceras está muy bien para dibujar círculos y cuadrados grandes. Haga diseños y hable sobre las formas, los colores y los dibujos a medida que los va dibujando. También puede convertir las formas en caras u otros objetos. Debido a que la tiza se limpia con facilidad, también puede dibujar con tiza sobre las cercas y otras superficies exteriores.

Libros recomendados para leer a esta edad

- *Whose Toes Are Those?*, por Jabari Asim
- *If You Give a Mouse a Cookie*, por Laura Numeroff
- *Corduroy*, por Don Freeman
- *Beautiful Oops*, por Barney Saltzberg