

## Niños de cero a 1 año:

### Sugerencias de actividades para realizar en casa

- En el momento del baño, entregar una esponja pequeña para que el niño frote algunas partes del cuerpo concretas. Colocar flotando en el agua dos objetos diferentes y pedir al niño que coja uno de ellos, apoyar el sobre una parte del cuerpo del niño y decir su nombre a la vez que experimenta con su textura.

### Para los que no gatean

- Tumbarse al bebé boca arriba, sujetarle la parte superior del cuerpo colocando una mano sobre el hombro izquierdo y con la otra mano mantener juntas y un poco flexionadas las piernas, dirigiendo su cuerpo, de cintura para abajo, hacia la derecha. Repetir el ejercicio sujetando el hombro derecho y dirigiendo sus piernas hacia la izquierda.
- LA CIGÜEÑA: Prepararemos una tela o toalla doblada y, con el niño boca abajo, la pasaremos por debajo de su pecho. Cogemos las puntas de la tela y utilizaremos el cabestrillo para levantarle el pecho 1 cm del suelo. Lo ayudaremos a ponerse a cuatro patas y a impulsarse con los brazos y las piernas. En definitiva, gateará de una forma muy rudimentaria hacia el juguete que le hayamos puesto enfrente.

### Para lo que intentan dar sus primeros pasos

- Si tu bebé se está de pie e intentando caminar, ayúdale a practicar con un juego de tirar y empujar. Usa un objeto que pueda moverse con facilidad como una silla de plástico del tamaño de un niño o una caja de plástico para juguetes llena de juguetes blandos. Mientras se sujeta a los bordes para obtener apoyo, puedes sostener el otro lado y mantenerlo estable. Luego tira despacio de la caja hacia tu lado para animarle a que dé un paso adelante. Pronto comenzará a empujar mientras tú tiras con suavidad.
- Con las cajas podéis construir túneles. Las abriremos destapando la tapa y el fondo y las reforzaremos con cinta adhesiva por los lados. Empezaremos haciendo un túnel no demasiado largo y los animaremos a traspasarlo poniendo un juguete muy visible al otro lado. Más ideas Varias cajas de cartón unidas con cinta adhesiva pueden formar un túnel muy largo. Si es posible se pueden decorar las cajas por fuera con colores brillantes (papel de aluminio, cartulinas brillantes,..)



**Aprovechar cualquier oportunidad durante los juegos y las rutinas cotidianas para hablar al bebé de forma sencilla, clara y asegurándose de que observa el movimiento de sus labios. No «infantilice» su lenguaje, formule preguntas sencillas que el bebé pueda responder de forma no verbal y darle instrucciones fáciles que pueda seguir.**