

## OPORTUNIDADES DIARIAS A LA HORA DE JUGAR

### 12-15 meses continuación

- Hacer matracas y cosas ruidosas llenando pequeños recipientes con porotos, arroz, pasta o monedas. Asegúrate de controlar porque aún puedo intentar poner pequeños objetos en mi boca.
- Me encanta cuando me lees, señalas fotos, y me permites dar vuelta la página.

### 15-18 meses

- Practiquemos hacer pompas de jabón. Puedo perseguir, hurgar, romper, patear y pisar las pompas que hacemos.
- Me encantan los juegos hacia atrás y hacia adelante como girar y tirar pelotas de diferentes tamaños y texturas.
- Disfruto mucho espacio para actividades de movimiento y exploración. ¡Mírame ahora cuando camino mucho más estable!

### 18-24 meses

- Comienzo a ser creativo: un cubo puede ser un animal o un camión con sonidos y todo.
- Todos los lugares que vamos son tiempo de juegos para mí. Aún los mandados, transporte compartido, ir y venir, y las compras en el almacén. ¡Hay tanto para ver y

hacer y mirar! Ayúdame a aprender los nombres de gente y cosas señalándome y repitiéndome todo.

- Los juegos de escalar ayudan a fortalecer mi cuerpo. Podemos hacer fuertes y túneles para gatear a través de ellos, con mantas viejas, almohadones, ropas, chaquetas o cajas.

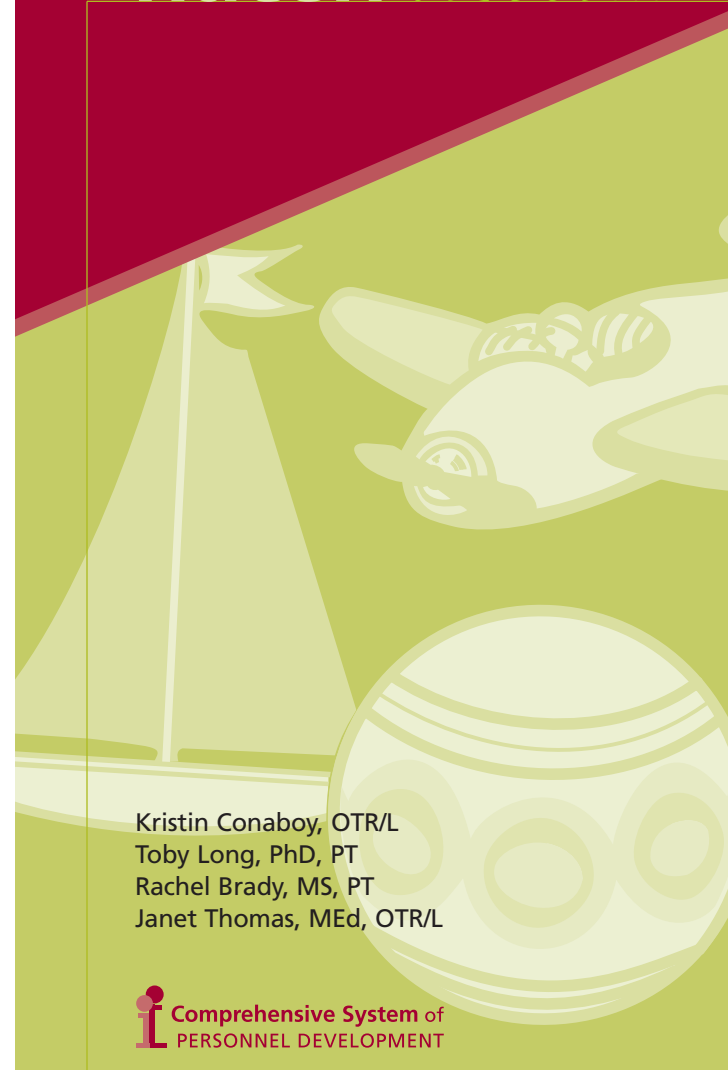
### 24-36 meses

- Andar en auto, ómnibus, taxi o tren puede ser un gran momento para que juguemos. Podemos señalar objetos y hablar sobre lo que hacen, los sonidos que emiten y sus colores.
- Empiezo a fingir. ¡Podemos gatear por allí y hacer que somos animales, bailar y hacer que somos bailarines y cantantes o volar por el cuarto como aviones. Podemos practicar sonidos con todo lo que fingimos ser!
- Continúa alentándome a usar mis manos para garabatear y dibujar y doblar, abrir, cerrar y agitar con pequeños objetos. ¡Podemos intentar masa plástica para moldear!
- Déjame experimentar juegos sucios como pintar con los dedos, crema de afeitar, arena y agua. ¡Puedo ayudar a limpiar!
- Dame suficiente espacio y oportunidades para correr, escalar, saltar, patinar, empujar y tirar.



Este trabajo ha contado con el apoyo del Programa de Intervención Temprana del Distrito de Columbia bajo el número de permiso 9G0003 y el Centro de Desarrollo Infantil y Humano de la Universidad de Georgetown.

# Las experiencias diarias hacen *una...*



Kristin Conaboy, OTR/L  
Toby Long, PhD, PT  
Rachel Brady, MS, PT  
Janet Thomas, MEd, OTR/L

 Comprehensive System of  
PERSONNEL DEVELOPMENT

# TIEMPO DE JUGAR

# ...Una vida de diferencias.

## OPORTUNIDADES DIARIAS A LA HORA DE JUGAR

### 0-4 meses

- ¡Este mundo alrededor de mí es tan nuevo! Muéstrame contrastes brillantes de blanco y negro o juguetes de colores brillantes, objetos del hogar, o que hagan ruido.
- Me gustaría ver un juguete sobre una cuerda moverse en direcciones diferentes. ¡Pronto intentaré alcanzarlo y golpearlo! Muévelo lentamente en todas direcciones así puedo intentar seguirlo con la mirada.
- ¡Lo que más me gusta es la música suave, que me canten, sonrían y me charlen!
- Mientras estoy despierto, necesito pasar algún tiempo sobre mi pancita para ayudar a mi cuerpo, cabeza y cuello a endurecerse.
- Mantén objetos fuera de mi alcance y alíentame a mirarlos. Comienzo a disfrutar el juego del escondite e intento mantener, mover, sacudir, hurgar, o usar mi boca para explorar objetos seguros.

### 4-6 meses

- ¡Quiero que me coloquen en posiciones nuevas como sentarme con tu apoyo, jugar sobre mi pancita, y girar para alcanzar juguetes que me muestren!
- Me encanta alcanzar y tomar juegos y objetos que tengan texturas diferentes, formas, colores, pesos y funciones.
- Quiero aprender a usar mis manos juntas sacudiendo y sosteniendo, golpeando juntos, empujando, tirando y dejando caer juguetes y objetos del hogar.

- Es todavía interesante para mí explorar objetos de tamaño seguro usando mi boca- es divertido probar nuevas texturas como liso, blando, duro, frío, o abultado.
- Puedo sostener pequeños objetos. Alíentame a usar mis dedos como “rastrillo” para tomar juguetes pequeños, objetos, o comida como ser cereales.
- Manténme mirándote y de pie sobre tu falda con mis pies planos. Cada vez que doble mis piernas, empújame hacia arriba para agregar velocidad y ayudar a fortalecer mis piernas. Practica sonidos como “whee” y “zoom”.

### 6-9 meses

- Disfruto aplaudiendo, jugando al escondite, al juego de imitaciones con sonidos y caras, escondiendo y encontrando objetos, y apilando juguetes, cajas, bloques, y recipientes. Poner juguetes fuera de mi alcance cuando puedo sentarme solo, practicar el equilibrio, y fortalecer mi cuerpo cuando los alcanzo y lo giro hacia los juguetes.
- Desde mi pancita, alíentame a darme vuelta para alcanzar juguetes.
- Estaré listo para gatear jugando con juguetes mientras me mantengo sobre mis manos y rodillas. Si me cuesta mantener mi posición, pon un almohadón o una toalla/manta enrollada bajo mi pancita para mantenerme en cuatro patas. ¡Puedo

ser capaz de alcanzar juguetes que sostengan frente de mí balanceándome hacia ellos!

### 9-12 meses

- Estoy en movimiento. Quiero gatear hacia atrás y hacia delante sobre superficies diferentes o sobre mantas y almohadones para fortalecer mi cuerpo.
- Llenaré y vaciaré baldes y recipientes con todo tipo de objetos del hogar seguros.
- Alíentame a tirar hacia arriba para pararme cerca de algo contra lo cual pueda mantenerme. Me gusta jugar mientras me paro cerca del borde de los muebles, golpee objetos, imito sonidos de animales, doy vuelta páginas gruesas de libros, señalo dibujos en libros, y abro y cierro objetos.

### 12-15 meses

- Alíentame a jugar en posiciones diferentes como ser de rodillas, parado, sentado y gateando. Ten un armario bajo lleno de objetos del hogar seguros como ser Tupperware, tazas y platos de plástico, corta galletitas, ollas y recipientes, y botellas de agua para imitar tapping o golpeteo, apilar, revolver, poner y sacar la tapa, abrir tapas giratorias, verter y “cocinar”.

**Muéstrame *el camino para* obtener lo mejor *todos los días!***