

1 Año Constructores de Relaciones

Las actividades de Constructores de relaciones ayudan a su hijo a desarrollar una visión positiva de sí mismo y a aprender a jugar con los demás.



Lo Mismo de Siempre

- ✓ Las rutinas ayudan al bebé a sentirse seguro
- ✓ El bebé se conecta con usted
- ✓ El bebé aprende qué esperar durante el día

Piense en las cosas que hace todos los días y que son iguales. Estas son las rutinas diarias que ayudan a su hijo a saber qué esperar. Aquí hay algunos ejemplos de rutinas que puede que ya esté haciendo.

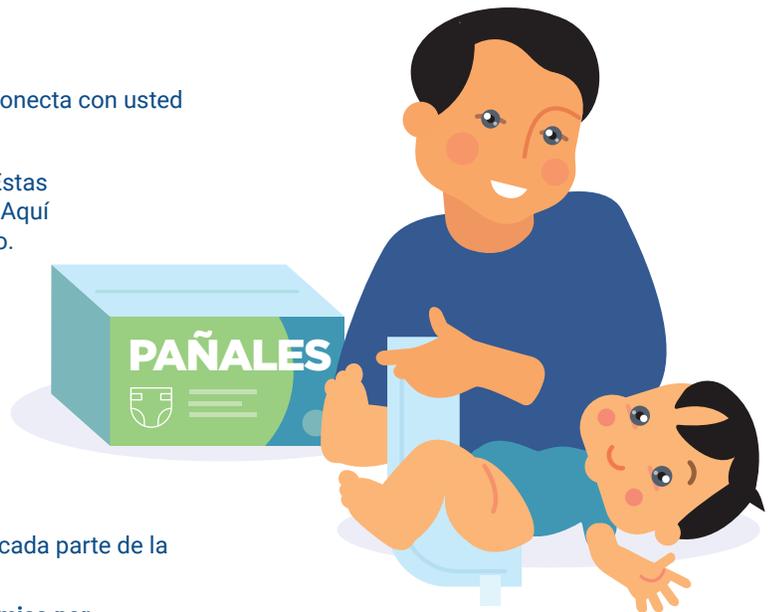
- Quitarle la pijama al bebé
- Ponerle un pañal nuevo
- Darle un beso en la barriguita o hacerle cosquillas en los pies
- Ponerle la ropa del día

Tal vez recorra el mismo camino a pie o en automóvil para llegar a la guardería todos los días. Tal vez tenga una rutina para las comidas, el baño y la hora de acostarse.

Sea lo que sea que se le ocurra, acostumbre a contarle a su hijo cada parte de la rutina a medida que la va haciendo, Podría decir:

¡Ahora te hago cosquillas en la barriga! Luego, te pongo la camisa por encima de la cabeza.

El brazo en las mangas. Ahora te meto los pies en los pantalones. ¡Y un beso para tus pies!



Jugar Lado a Lado

- ✓ El bebé aprende a jugar con los demás
- ✓ El bebé aprende a preguntar y a compartir
- ✓ El bebé aprende a respetar lo que es "mío" y "suyo"

Planea un tiempo para que su hijo juegue con otros niños de su edad. Es probable que su hijo de un año juegue casi siempre solo, pero está aprendiendo a estar rodeado de los demás.

Deje que los niños jueguen uno al lado del otro, cada uno haciendo su propio juego. Tenga suficientes juguetes para que puedan "compartirlos" con otro niño. Enséñeles a ofrecer un juguete a su compañero o pregúntele si quiere tomar prestado un juguete. Si los niños quieren el mismo juguete, o si un niño no quiere compartir un juguete, hable con los niños sobre esto, Podrías decir:

Cuando Reece haya terminado con el juguete, puedes tener tu turno.

Puedes animar a su hijo a compartirlo o explicarle que se trata de un juguete especial y que usted ha traído otro para que compartan.



Estamos Compartiendo

- ✓ El bebé aprende a jugar y a trabajar con los demás
- ✓ El bebé aprende "mío" y "tuyo"

Ayude a su hijo de un año a aprender a compartir. Empiece con un bocadillo que puedan comer juntos, como pedazos de cereal. Déle un poco a su hijo y coma un poco usted. Primero dele un pedazo de cereal a su hijo, preguntándole:

¿Quieres un poco de mi cereal?

Después pregunte:

¿Me das un poco de tu cereal, por favor?

A ver si su hijo le da uno de sus bocadillos. Siga preguntando hasta que le ofrezca uno, o ponga suavemente uno de su mano en la suya, dígale algo como:

¡Muchas gracias! ¡Compartiste tu bocadillo conmigo! Qué amable.

Una vez que su hijo entienda la idea de compartir, puede probar este juego con carritos, bloques y otros juguetes.



Seguir Direcciones

- ✓ El bebé está aprendiendo a seguir direcciones
- ✓ El bebé está construyendo su memoria

Ayude a su hijo a aprender a seguir direcciones. Empiece con direcciones sencillas como:

Por favor, tira el papel a la basura.

Puede que tenga que decir el nombre de su hijo y repetir la indicación para que sepa que le está dando una. Si necesita ayuda, tómelo la mano y siga las indicaciones paso a paso. Ayúdele a recoger el papel, a llevarlo a la basura y a tirarlo. Cuando terminen la tarea, háblele de lo que han hecho.

¡Pon el papel en la basura!

Piense en las palabras que conoce su hijo. ¿Conoce "zapatos", "manzana" o "pelota"? Utilice estas palabras en las indicaciones que le dé.

Por favor, tráeme tus zapatos, Andrés. ¡Gracias! ¡Me trajiste tus zapatos! Ahora vamos a ponértelos.

A medida que su hijo se acerque a los dos años, o sea mayor, tal vez sea capaz de seguir una dirección en dos partes, como

Por favor, tráeme tus zapatos y siéntate.



Un Espacio Seguro para Sentimientos Grandes

- ✓ El bebé aprende a manejar las emociones fuertes
- ✓ Mantiene al bebé seguro

Es común que los niños de un año tengan berrinches. Ayude a su hijo a superar sus emociones fuertes. Crea un espacio seguro para él, como una cama u otro lugar con cojines o almohadas donde no pueda hacerse daño ni hacer daño a los demás. Quédece con él para ayudarlo a calmarse.

También puede intentar averiguar qué está intentando decir con sus acciones. A veces, si su hijo tiene hambre, está cansado o frustrado, será más probable a que tenga y muestre sus sentimientos más fuertes.

Su hijo está aprendiendo que es su propia persona. Aprende que tiene sus propios deseos, que pueden no ser los mismos que los de los demás. Si su hijo pateo o pega cuando está enfadado, puede hacerse daño a sí mismo o a los que lo rodean. Es importante crear un espacio seguro.

