

PROGRAMACIÓN DE 9 A 12 MESES

A continuación os mostramos los objetivos a trabajar en las distintas áreas del desarrollo y una serie de actividades para llevarlos a cabo. No os limitéis a las actividades que os ofrecemos, hay muchas más; tan sólo es necesario un poco de imaginación y sobre todo cuanto más cotidiana, espontánea y divertida sea la actividad mejor resultado tendrá para el niño y para vosotros. No se trata de que seáis terapeutas, se trata de aprovechar los momentos lúdicos y familiares para estimular el desarrollo de vuestros hijo/a.

AREA MOTORA

OBJETIVOS:

1. REFORZAR LAS ADQUISICIONES ANTERIORES:
 - A. CAMBIOS POSTURALES
 - B. GATEO
 - C. INCORPORARSE CON APOYO
2. DE PIE CON APOYO
3. EQUILIBRIO ESTANDO DE PIE
4. SABER CAERSE
5. ANDAR CON AYUDA
6. DE PIE SIN APOYO
7. ESTIMULACIÓN VESTIBULAR
8. ANDAR DE FORMA INDEPENDIENTE
9. SUBIR ESCALONES GATEANDO.

1. Reforzar las adquisiciones anteriores

a. Cambios posturales: dejar al niño cada vez más tiempo en el suelo y favorecer que pase de sentado a boca abajo o que se ponga en posición de gateo y de ahí a sentado, etc.

b. Gateo: favorecer el gateo poniendo juguetes llamativos fuera de su alcance. No ponga al niño en el tacatá y procure dejarlo en el parque el menor tiempo posible.

c. Incorporarse con apoyo: que el niño se levante cogido a una silla, o apoyándose en un mueble, pared, puertas, etc. Favorezca que pase de sentado a cuatro apoyos (posición de gateo), de ahí a rodillas y luego a de pie con apoyo.

2. De pie con apoyo

- No trate de ponerlo de pie antes de tiempo. Ayúdelo a incorporarse para que él se ponga de pie espontáneamente. Si ve que no lo hace por miedo o porque se ha acostumbrado al gateo y no porque esté inmaduro, entonces sí será bueno que le acostumbre a estar de pie (sin obligarle demasiado) apoyado en un sofá o en un mueble bajo jugando con algo llamativo para él.

- Procure que se vaya apoyando con las manos en el mueble o sofá y menos con el pecho; para ello sujétele usted las manos y háblele o bien deje que se apoye en sus rodillas (estando usted sentado) o en la pared.

- De ahí pasaremos al apoyo con una sola mano. Cójale usted una mano y hágale caricias o muévasela haciendo los lobitos o bien ofrezca al niño un juguete para que lo golpee con esa mano mientras queda apoyado con la otra. Vaya alternando la mano con la que se apoya.

3. Equilibrio estando de pie

a. Ponerse en cuclillas: jueguen a que hacen gimnasia, y póngase usted en cuclillas y luego de pie para que le imite. Hágalo delante de un espejo o con música.

b. De pie, agacharse: coja el juguete con el que el niño esté jugando, estando de pie apoyado, y vaya bajándolo hacia el suelo para que tenga que agacharse para cogerlo. Conforme avance, baje más el juguete hasta dejarlo en el suelo. Si es necesario ayude al niño sujetándolo un poco de la cintura, o bien de la mano con la que está apoyado.

c. Sentarse en un escalón: ponga al niño cerca de un escalón y dígame que van a sentarse. Cójale de las manos y ayúdele soltándolo suavemente o empujándole un poquito hacia atrás. Luego ayúdele a que lo haga cogido de una mano a la barandilla o a la pared. Luego anímele a que se vuelva a poner de pie agarrándose a la barandilla o a su mano.

4. Saber caerse

- Coja al niño de las manos cuando esté de pie y juegue con él llevándolo a la posición de sentado, empujándolo suavemente hacia atrás de forma que caiga sobre sus nalgas. Haga esto, al principio, en la cama o bien poniendo algún cojín debajo. Poco a poco retire la ayuda para que caiga él sólo hacia atrás sentándose.

- Igualmente, sobre una superficie blanda, estando el niño de pie, juegue a que lo lanza hacia delante, cogiéndole por la espalda, para que saque sus brazos a fin de evitar el golpe. Esto mismo se puede hacer desde la posición de rodillas.

5. Andar con ayuda

- Estando el niño de pie con apoyo llame su atención desde varias direcciones para que trate de avanzar hacia alguna de ellas levantando un pie.

- Estando de pie el niño apoyado, por ejemplo en el sofá, anímele a que se desplace lateralmente en busca de un juguete o de una persona. O bien que lo haga apoyado en la pared o en un armario, etc. Si no lo hace, coja al niño por la cintura e impúlselo en esa dirección suavemente.

- Puede apoyar al niño en una silla pequeña o en un soporte y vaya arrastrándolo despacito para que conforme avanza la silla el niño tenga que avanzar

a la vez. Vaya disminuyendo la ayuda que le da al niño y vigile que no se caiga al desplazar el soporte muy rápido.

- Favorezca la marcha en distintas situaciones; por ejemplo, que tenga que darle la vuelta a la cama para llegar a usted o a algún juguete; o que llegue a un juguete teniendo que ir apoyándose en los muebles.

Es importante que celebre siempre cualquier esfuerzo del niño por mínimo que sea con alabanzas, besos, sonrisas, etc. No debe obligar al niño, sino favorecer las situaciones para que el niño sienta la necesidad de desplazarse andando, siempre de forma progresiva y en función del ritmo madurativo del niño.

6. De pie con apoyo

Es importante que el niño se mantenga de pie sin apoyo y conserve el equilibrio. Hay que quitarse las prisas porque ande sólo, primero ha de mantenerse de pie, dar un pasito, detenerse, etc....

- Si el niño está apoyado en una mano y en la otra tiene un objeto, ofrecerle un segundo para que lo coja con la otra mano, por ejemplo.

- Cántele canciones con gestos con ambas manos para que al tratar de imitarle se vea obligado a soltarse momentáneamente. Refuércelo con besos y abrazos para darle seguridad. Si ve que le da miedo, coja al niño y cambie de actividad.

- Póngalo de pie apoyado con la espalda en la pared y juegue con él.

7. Estimulación del equilibrio

- Móntelo en un tobogán, en un columpio, en un balancín, balancéelo suavemente, agarrando bien al niño por la espalda, etc.

- Juegue con el niño a que vuela, lánzelo al aire, hágale la carretilla, etc. Juegos dinámicos que favorezcan las reacciones de equilibrio.

8. Andar de forma independiente

Que el niño ande sólo no debe convertirse en una obsesión, ni se ha de obligar al niño a hacerlo. No hay que tener prisa, cuando esté preparado andará y nosotros le facilitaremos el camino para ello, pero nunca le forzaremos.

- Ir separando los soportes en los que el niño se apoya para que tenga que dar algún pasito sin ningún apoyo. Poner un juguete en un mueble que esté un poquito distante y anímele a que vaya hacia otra persona que está en frente de usted. Esto debe ser un juego para el niño.

- La separación de los soportes (mueble, silla, sofá, personas) será cada vez mayor conforme el niño adquiera seguridad. Animar y alabar mucho al niño por sus primeros pasitos.

- Coja al niño de la espalda por la ropa y ayúdelo a desplazarse, evitando que corra demasiado. Pare de vez en cuando y fomente el equilibrio del niño estando de pie sin ayuda, es decir sin apoyo.

10. Subir escalones gateando

- Ponga en el suelo almohadas o cojines grandes y anime al niño a subirse a ellos gateando y pasar de uno a otro, bajarse de ellos, etc.

- Ponga algún juguete atractivo en el segundo escalón y anime al niño a que suba gateando a cogerlo. Los escalones deben ser pequeños al principio. Ayúdelo si lo necesita.

ÁREA PERCEPTIVO-COGNITIVA

OBJETIVOS:

1. RELACIONES CAUSA-EFECTO.
2. DESARROLLO DE ESQUEMAS.
3. RELACIONES ESPACIALES DEL OBJETO.
4. USO DE MEDIOS PARA ALCANZAR FINES.

5. RECONOCIMIENTO DE OBJETOS Y PERSONAS FAMILIARES.
6. PERMANENCIA DEL OBJETO.
7. IMITACIÓN.
8. DISCRIMINACIÓN DE OBJETOS FAMILIARES.
9. RECONOCIMIENTO DE SÍ MISMO.
10. PERFECCIONAMIENTO DE LA PRENSIÓN.
11. JUEGOS DE AGUA.

1. Relaciones causa-efecto

- Que el niño apague y encienda la tele, el equipo de música; que le de al timbre de la puerta; que descuelgue el teléfono y se lo ponga en la oreja; que abra un grifo, etc. y así vaya descubriendo lo que ocurre cuando es él mismo quien actúa sobre los objetos. Ayúdelo para que se dé cuenta de lo que ocurre al hacer todo esto. Puede también utilizar juguetes musicales que al apretar algún botón suenen, o bien salga un muñeco que esté escondido, etc.

- Ante cualquier actividad diaria ayude al niño a conseguir lo que pide; se trata de que el niño ante un problema pida ayuda al adulto. También habrá que estimular su capacidad de exploración para que la demanda de ayuda no sea sistemática. En cualquier caso, es bueno que el niño aprenda a utilizar al adulto como medio para conseguir algo.

2. Desarrollo de esquemas

- Enseñar al niño a que vaya estableciendo asociaciones entre los objetos y sus usos funcionales: mientras le prepara la comida y cuando se la da, déjele la cuchara y un plato; mientras le viste, déjele un zapato, un peine, el bote de colonia, etc. juegue con esos objetos a alguna actividad.

- Que el niño observe actividades cotidianas: que vea cómo os secáis el pelo, cómo se afeita papá, cómo guardáis la ropa, ponéis la mesa, etc.

- Estimular al niño a que juegue con los objetos según su uso: que tire una pelota, que haga pitar un muñeco y no se limite a chuparlo, que ruede un aro, etc.

3. Relaciones espaciales del objeto

- Enseñe al niño a reconocer el lado funcional de los objetos: coger una foto y enseñársela, darle la vuelta y animar al niño para que la vuelva y encuentre el lado donde se ve la cara; coger un álbum de fotos, cerrarlo para que el niño lo abra y encuentre las fotos; coger un espejo pequeño para que el niño se vea y darle la vuelta; animarle a que se vuelva a mirar, etc.

- Jugar a meter objetos en un recipiente respetando los turnos: usted mete uno, luego el niño, luego usted, etc.; por ejemplo, háganlo a la hora de guardar los juguetes con los que el niño ha estado jugando. Es importante que el niño mire alternativamente a usted y a los objetos que guarda durante la actividad, evitando que baje la cabeza y sólo se fije en meter cosas, sin más. Establezca un “diálogo” con el niño; cuando él le muestre un juguete para guardar, usted le dice cosas sobre él (color, forma, qué es).

- Recurrir a actividades diarias para fomentar esta habilidad: sacar y meter ropa de la lavadora, vaciar un bolso, meter ropa en cajones, etc.

- Juegue con dos objetos (por ejemplo, una cuchara y un plato, o bien un palo y una caja) para que aprenda a combinar ambos juguetes con el fin de hacer ruido y divertirse. También puede jugar con pintura de dedos y un papel, después puede pasar a lápices de colores; la idea es que el niño empiece a combinar dos elementos en el juego. Vaya usted diciéndole al niño lo que está haciendo para que vaya asociando.

- Enseñe al niño a apilar aros grandes en un soporte fijo. Primero puede utilizar su brazo y pulseras, y que el niño se las ponga.

4. Uso de medios para alcanzar fines

- Si el niño mira un cuento, o algún juguete tápelo usted con sus manos de forma que el niño si quiere seguir viéndole tenga que apartarle las manos del objeto.

- Ponga algún juguete encima de un trapo grande alejado del niño de forma que tenga que tirar del trapo para alcanzar el juguete. Después haga lo mismo pero

poniendo el objeto fuera del trapo para que el niño tenga que buscar otro medio para alcanzarlo, bien ir a por él o pedir ayuda al adulto. También puede utilizar arrastres.

- Estando el niño en la trona, ate el extremo de una cinta al lateral y ponga al final de la cinta atado algún juguete, de forma que el niño tenga que tirar de la cinta hacia arriba para conseguirlo, etc.

- Coja por ejemplo, un tambor y un palo, déjele jugar y luego aléjele el palo fuera de su alcance para que tenga que ir a por él y entienda que necesita el palo para seguir jugando.

5. Reconocimiento de objetos y personas familiares

- Pregúntele al niño, al entrar a casa, por algunos objetos familiares (¿dónde está la cama del nene?; ¿y la pelota?, etc.). Anime a que el niño mire el objeto que se le propone, que lo toque, lo señale, etc. Repita esto en distintos sitios de la casa y de fuera.

- Ponga al niño junto a la ventana o cerca de la puerta cuando vayan a llegar personas familiares. Haga que se fije en ellos mientras se acercan y luego pregúntele “¿quién es?”, diciendo usted la respuesta adecuada; etc.

6. Permanencia del objeto

- Juegue al escondite con algún objeto utilizando dos pantallas; por ejemplo, dos trapos, uno al lado del otro, y un coche. Esconda el coche debajo de uno de los trapos y anime al niño a recuperarlo; cuando el niño tenga el coche, déjelo jugar con él y luego esconda el coche, mientras el niño mira, en el otro trapo y déjelo allí animando al niño a que lo busque. Generalice este tipo de juego a situaciones cotidianas (por ejemplo, guardar su ropa en un cajón y luego en otro para que la busque, etc.).

- Esconda un juguete, llamativo para el niño, debajo de dos pantallas, una encima de la otra, por ejemplo, un cojín y un trapo, o dos cajas, de forma que el niño para recuperar el juguete tenga que quitar primero una y luego la otra. Hay que procurar que el niño no quite las dos pantallas a la vez.

- Cambie de sitio juguetes del niño y déjelos en otro lugar no habitual. Animele a buscarlos, con su ayuda si es preciso.

- Juegue a ver libros de imágenes. Cuando le guste mucho alguna, descríbasela y luego pase la hoja, preguntando al niño “¿dónde está?”. Espere unos segundos a ver lo que hace el niño y luego ayúdele a pasar la hoja para volver a ver la imagen.

- Juegue a esconder golosinas o juguetes pequeños en la palma de la mano. Cámbieselos de una mano a otra sin que el niño lo vea y animele a buscarlo o bien abra la mano poco a poco hasta que descubra el objeto.

- Esconda juguetes en recipientes de apertura fácil y diferente y ciérrelos, animando luego al niño a que los abra y busque el objeto y lo coja.

7. Imitación

- Imitación de gestos en canciones y juegos, bien delante de un espejo o frente al niño: las palmitas, besos, los lobitos, el gesto del adiós, el cucú, etc....Juegue con el niño repitiendo la acción y sin forzarle a que imite. Respete los turnos y dele tiempo para que le imite. Procure que esté pendiente de usted y no se distraiga mirando a otro lugar. Si ve que se cansa, cambie de actividad. Estos juegos han de ser espontáneos y divertidos para el niño, no hay que obligarlo.

- Vaya aumentando el número de gestos y canciones: golpear la mesa con la mano, tamborilear con los dedos, hacer chasquidos con los dedos, levantar los brazos, tocarse la cabeza o la nariz, etc. Alabe siempre los intentos del niño.

- Otra forma de jugar a la imitación, es imitando usted los gestos y acciones del niño, incluso sus vocalizaciones dejando que sea el niño el que tome la iniciativa.

8. Discriminación de objetos familiares

- Juegue con el niño en el suelo o sentados ante una mesa. Enséñele tres objetos familiares para él (cuchar, pelota, muñeco). Coja otro objeto igual a uno de los tres que le ha mostrado al principio y pida la niño “busca una igual como éste”, señalándole el que usted tienen en la mano. Ayúdele a buscarlo y espere su

respuesta. Si no la hay, repita otra vez la instrucción y ayúdele mostrándole usted la respuesta correcta.

Repita el juego varias veces, sin cansar al niño. Cambie la disposición de los objetos para que no estén siempre en el mismo lugar. A medida que el niño va dando respuestas adecuadas, introduzca nuevos objetos.

9. Reconocimiento de sí mismo

- Juegue con el niño delante de un espejo, a ser posible grande. Llame su atención hacia su imagen y anímele a que la acaricie, le de besos, etc. Si no lo hace, coja sus manos y ayúdele físicamente. Alabe los intentos del niño. A medida que vaya dominando la situación, pídale que acaricie y que bese la imagen de otras personas familiares que juegan con él ante el espejo.

10. Perfeccionamiento de la prensión

- Ponga varios objetos pequeños frente al niño y anímele a cogerlos con sus dedos pulgar e índice. Si es necesario, haga una demostración. Para facilitar al niño la acción, ofrézcale cosas que le llamen la atención (gusanitos, gominolas, monedas, etc.) y póngalos sobre una superficie de goma-espuma o sobre una esponja.

11. Juegos de agua

- Deje al niño un tiempo en la bañera para jugar en el agua. Dele juguetes (botellas de plástico, tapones grandes, cazuelas, embudo, esponja, etc.) de uno en uno para que pueda explorarlos mejor. Si no hace nada con ellos, demuéstrelle usted algunas actividades: llenar un recipiente con otro, vaciarlos, estrujar la esponja, etc. Hacer que la actividad sea espontánea y un juego para el niño. Si el niño no quiere, se cansa o se enfada, no le fuerce y deje la actividad para otro momento.

AREA SOCIO-COMUNICATIVA

OBJETIVOS:

1. COMPRENSIÓN DE LA PROHIBICIÓN.
2. EXPRESIONES EMOCIONALES.
3. ADAPTACIÓN SOCIO-AFECTIVA.
4. IMITACIÓN.
5. COMPRENSIÓN VERBAL.
6. EXPRESIÓN VERBAL

1. Comprensión de la prohibición

- Aproveche alguna situación que se presente de forma natural en la que el niño haga algo que no está bien. Coja al niño por los hombros y, con un tono de voz enérgica y firme y con cara de enfado, dígame NO mirándole a los ojos y procurando que él también le mire. Progresivamente vaya disminuyendo la parte física de la actividad (coger al niño, mirarle a la cara) en la medida en que éste vaya comprendiendo la prohibición. Alabe al niño cuando reacciona correctamente y ayúdele físicamente al principio (retirando su mano, dejando el objeto en su lugar, etc). Después puede usar algunas otras expresiones de apoyo a la prohibición, como “caca”, “quema”, etc.

- Puede realizar esta actividad con la ayuda de algún miembro de la familia. Pídale que haga algo que no esté bien en presencia del niño y dígame NO; cuando esa persona responda al NO, alábele. *Esto proporciona un modelo de conducta a imitar y le permite prever las consecuencias.*

*** Cosas IMPORTANTES a tener en cuenta respecto a este objetivo:** Si prohíbe al niño una cosa, sea usted coherente y luego no le ría la gracia porque, de ser así, le está confundiendo: por favor, mantenga su actitud y su postura hasta el final, aunque el niño llore un poco. Por otro lado, tampoco puede usted estar todo el rato prohibiendo cosas al niño porque esta conducta sería contraproducente; notará usted que, en muchas ocasiones, el niño le provoca haciendo cosas malas para

llamar su atención y a modo de juego; no caiga en esa trampa. También deben tener presente que los distintos miembros de la familia han de adoptar la misma actitud y no caer en ambivalencias que despisten al niño y hagan luego perder autoridad.

2. Expresiones emocionales

- Juegue con el niño a ver álbumes de fotos o libros de imágenes en las que aparezcan personas o animales con expresiones faciales diferentes: contento, triste, enfadado, llorando, sorprendido.

- Enséñele la foto o dibujo y exprese usted con la cara, el gesto y la voz las distintas expresiones que aparezcan; anime al niño a que le imite. Una vez que el niño haya comprendido dos expresiones faciales, juegue con él a poner caras que demuestren diferentes estados de ánimo: “¿cómo se enfada mamá?”, “¿cómo se ríe el nene?”, etc. Ponga usted la cara correspondiente y anime al niño a que le imite.

3. Adaptación socio-afectiva

- Ir exponiendo al niño gradualmente a personas nuevas en la presencia de una persona conocida. Salidas al jardín, visitas a los amigos, familiares lejanos, vecinos, etc. Poco a poco irá tomando más confianza y puede dejar que lo cojan; si el niño muestra rechazo vuelva a tomarlo usted. No debe obligar al niño a pasar un mal rato si no está a gusto con la nueva persona. Habrá entonces que hacer la adaptación paulatinamente.

- Enseñar al niño a aceptar y a mostrar manifestaciones de afecto, con el fin de fomentar su confianza y seguridad. En momentos adecuados (al irse a la cama, cuando algún familiar viene o se va, etc) bese y abrace al niño, dígame adiós. Procure no forzarle a manifestar siempre su afecto, aunque conviene proporcionarle alguna ayuda para hacer posible el contacto físico.

- Fomentar que el niño trate de atraer su atención hacia alguna cosa o situación con vocalizaciones, tocándole, alargándole los brazos, tirándole de la ropa, etc. Respóndale cuando le llama y alábele. Si el niño no trata de llamar su atención; tendrá que hacerlo usted mostrándole cosas y situaciones interesantes. En ocasiones, hágase el despistado esperando a que el niño se fije en algo llamativo y

aguarde a que él se lo descubra. Alabe mucho los intentos del niño por llamar su atención hacia cualquier cosa interesante.

4. Imitación verbal

- Utilice frases simples y patrones de sonido que puedan ser repetidos por el niño: “esto es un coche, el coche hace brrr”, por ejemplo. Repita la frase varias veces, dejando al niño tiempo para responder. Hacer esto viendo libros, en canciones, etc. imitando sonidos de animales y otros como el sonido del reloj, el timbre de la puerta, el “ring” del teléfono, etc. Cantar canciones donde se repita varias veces la misma palabra: “los caballos que van por la tierra trotan, trotan, trotan”, “los pececitos que van por el agua nadan, nadan, nadan”, etc....Que el niño diga los típico ma-ma, pa-pa, ta-ta, etc. Todo a modo de juego y sin forzar al niño a repetirlo. Alabe siempre cualquier sonido del niño aunque no sea el mismo que usted ha emitido.

5. Comprensión verbal

- Enseñe al niño a relacionar las palabras con los objetos que éstas representen aprovechando las rutinas del día. Para ello, cuando le da la comida nombre los objetos que va utilizando mientras el niño los mira y describa sus funciones: “vamos a coger la comida con la cuchara”, “bebe agua en el vaso”, etc. Hacer lo mismo durante el baño, el vestido, paseo....

- Utilice libros de imágenes con dibujos grandes y coloreados que representen objetos, personas o animales familiares. Siente al niño en su regazo y señale los objetos del libro. Pregúntele “¿qué es esto?” y dele la respuesta animando al niño a que trate de repetir sus vocalizaciones.

- Anime al niño a realizar órdenes muy simples; esto estimula el lenguaje comprensivo del niño. Si está jugando con él en el suelo, pídale que se acerque hasta donde está usted: “ven”. Si el niño no le entiende ayúdele usted físicamente, con gestos, cogiéndole de la mano y acercándolo, etc. Pida al niño que le dé algún objeto que tenga en sus manos (“dame”) poniendo usted su mano cerca de la del niño y guiando la mano del niño para que deposite el juguete. Otras órdenes

simples: “siéntate” (señalándole la silla), “tírame la pelota”, etc. Si el niño no le entiende ayúdele haciéndole demostraciones o guiándole usted y alábele siempre.

6. Expresión verbal. Iniciación

Juegue a imitar gestos con los labios y con la boca: “OH, AH...”.Ponga la mano del niño cerca de su boca para que note cómo sale el aire y anímele a que le imite. Delante del espejo haga gestos simples: sacar la lengua, moverla, hacer pedorretas, cerrar los ojos, enséñele como se empaña el espejo cuando exhalamos aire suavemente por la boca, etc. Exagere usted la posición de la boca y los gestos para que sea más llamativo para el niño. Juegue con el niño a soplar una vela, un papel su pelo, etc. Anime al niño por cualquier intento de imitación y vocalización.

**FUNDACIÓN SALUD INFANTIL
CENTRO DE ATENCIÓN TEMPRANA**