

DESARROLLÁNDONOS

JUNTOS



A SENTARSE!

Los bebés van ganando fuerza en distintos lugares de su cuerpo, como las piernas, espalda, brazos y cuello. De a poco se podrán sentar derechos para interactuar con su medio.

En esta pose, aprenderán a levantar sus brazos sobre su cabeza.

En un inicio necesitarán ayuda del resto para poder sentarse, ya sea que una persona esté sentado detrás del bebé para darle un soporte, como también una pared, sillón u otro tipo de mueble.

¿Cómo puedo trabajar el "sentarse" con mi bebé?

Pon a tu bebé sentado en el suelo; puedes poner una manta debajo para que sea más blando. Sujétalo de las caderas por unos segundos, y luego acuéstalo en el piso boca arriba para que descanse. Repite este ejercicio unas 5 o 6 veces.

Motricidad fina en desarrollo

Desde los 6-7 meses en adelante, los bebés comienzan a ser capaces de agarrar ciertos objetos y juguetes a su alrededor; tienen la habilidad de poder utilizar sus manos para tomar las cosas cercanas y atractivas.

¡A gatear!

Aproximadamente a los 9 meses, los bebés comienzan la gran experiencia de gatear. Acá es cuando son capaces de explorar solitos el medio que los rodea al tener la fuerza suficiente para sostenerse y equilibrarse entre sus brazos, manos, piernas y hombros.

Gatear es la primera forma de independencia que adquiere tu bebé, ya que deja de necesitar de un otro para moverse y llegar a distintos lugares.

ACTIVIDAD JUGANDO CON LAS MANOS



Para estimular el desarrollo de la motricidad fina en bebés, una de las actividades a la que podemos recurrir corresponde a: jugar con las manos.

Elige canciones que puedan relacionarse con movimientos de manos; puedes mover las palmas de un lado al otro, mover los dedos índices, los pulgares, y/o empuñar las manos.

El objetivo de esto es que, en la medida en que le cantes a tu bebé, vayas haciendo distintos gestos con las manos. De esta forma, tu bebé puede tratar de imitar tales movimientos con sus manitos, trabajando así su coordinación motora.