Pitt | School of Education
Office of Child Development

Desarrollo

Edades
Nacimiento-6

El Desarrollo Motor

Cómo desarrollar las habilidades físicas de tu niño

Tú y Tu Niño

Una guía para los nuevos padres

El desarrollo de tu niño es un proceso complejo que continúa toda la niñez. El cuerpo del niño cambia constantemente. Al cambiar, el niño desarrolla sus habilidades motores y físicas.

Algunos de los cambios son “marcadores” del desarrollo como cuando tu niño aprende a sentarse o a caminar. Con el paso del tiempo, los niños desarrollan todo tipo de habilidades motores, desde caminar, a correr, a saltar, a poder agarrar y usar un lápiz.

Ver a tu niño crecer es una experiencia maravillosa y tomar nota del progreso es importante.

Pero con demasiada frecuencia, los padres se preocupan innecesariamente sobre si el desarrollo de su niño es “normal.” El hecho es que ningunos dos niños se desarrollan a la misma velocidad. Cada uno pone su propio paso.

Así que si tu niño se desarrolla un poco más lento que otro niño que conoces, no te alarmes. Pero si aún estás preocupada, siempre puedes consultar un doctor.

AL REVÉS
ALGUNOS MARCADORES Y ALGUNAS ETAPAS DEL DESARROLLO MOTOR

ocd.pitt.edu
@OCDPitt

Esta publicación de la Universidad de Pittsburgh y la Oficina para el Desarrollo de Niños es posible gracias al patrocinio de el fondo para el desarrollo educativo Frank and Theresa Caplan Fund for Early Childhood Development and Parenting Education.

Usted y Su Niño solo puede reproducirse para usos sin fines de lucro.

CÓMO SE DESARROLLAN LAS HABILIDADES FÍSICAS DE TU NIÑO

Aquí tienes una lista de “marcadores” del desarrollo. Recuerda, estos son sólo promedios. Tu niño progresará a su propio paso, así que úsalos como guía general.

El Primer Año

- 1 – 2 meses: Los bebés empiezan a levantar la cabeza y los hombros al acostarse boca abajo. Pero si están sentados, normalmente la cabeza caerá hacia el frente.
- 2 – 3 meses: Los bebés agarran objetos con la palma de su mano. Pueden recoger la cabeza al sentarse aunque la cabeza puede menearse.
- 4 – 6 meses: Los bebés pueden rolar hacia su lado de su estómago. Algunos bebés pueden sentarse sin apoyo por periodos cortos.
- 7 – 9 meses: Los bebés aprenden a darse la vuelta de su espalda a su estómago alrededor de esta edad. También pueden jalarse para pararse, gatear en cuatro, y usar sus dedos y pulgares para agarrar las cosas mucho mejor.
- 10 – 12 meses: En esta etapa, los bebés usualmente pueden sentarse por periodos razonablemente largos, moverse con facilidad, pueden caminar agarrados de la mano de un adulto, pararse sin apoyo, y sostener una crayola y poder rayar con ella.

1 – 2 Años

- 12 – 15 meses: En promedio, los niños aprenden a caminar alrededor de esta edad con los primeros pasos temblorosos llegando alrededor de 1-año. Los primeros pasos pueden llegar más tarde, o a veces, más temprano. Pero la edad cuando el niño toma sus primeros pasos no quiere decir nada. Los niños a esta edad también usualmente pueden apuntar, quitar las tapaderas.de los recipientes, y quitarse la ropa.
- 15 – 24 meses: El balance y control del niño mejora durante este periodo. Caminar se vuelve más firme. Su confianza mejora hasta que puedan correr, y caminar al revés. También pueden patear una pelota grande, rayar bien, y amontonar bloques.

CÓMO SE DESARROLLAN LAS HABILIDADES FÍSICAS DE TU NIÑO

2 – 3 Años

- Los niños son muy activos durante este periodo. Les gusta correr y subirse a las cosas. También les gusta saltar con ambos pies y parecen estar en movimiento constante. Algunos aprenden a montar juguetes de pedales. -
- Las habilidades motores finas también mejoran durante este periodo. Los niños aprenderán a voltear objetos, como abrir puertas y cerrar jarras. También empiezan a usar sus dedos más individualmente y los controlan mejor. Algunos niños hacen dibujos, algo temblorosos pero reconocibles.

3 – 6 Años

- Las habilidades motores son mucho más finas durante esta etapa. Los niños usualmente dominan sus habilidades en vez de llegar a nuevos marcadores de progreso, y usualmente se notan más coordinados.
- Su habilidad para rebotar, aventar, y cachar pelotas también mejoran. Los niños también aprenden a brincar y saltar con un pie. A la edad de 6 años, su balance y coordinación pueden haberse desarrollado lo suficiente como para permitirles a andar en bicicleta.
- Los niños también pueden enfocarse más sobre los objetos a la distancia durante estos años. Usualmente se enfocan mejor sobre las líneas de texto en un libro. A la edad de 6, pueden aprender a dibujar varias formas y fotos reconocibles, coloreando dentro de las líneas, y escribir letras.

Cómo puedes ayudar

- Presta apoyo y ánimos. Demuestra confianza en las actividades del niño. - Deja que el niño determine el paso.
- Date cuenta que algunos niños son más coordinados que otros.
- No critiques.
- Consulta con tu doctor si tu niño no hace muchas de las cosas a su edad, o si deja de progresar regularmente.

Pitt | School of Education
Office of Child Development