



GOBIERNO DE  
MÉXICO

## Educación Inicial

# PRIMEROS PASOS PARA UNA VIDA FELIZ

Tarea de todos y de todas



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

**AEF** CIUDAD **MÉXICO**  
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

[gob.mx/aefcm](http://gob.mx/aefcm)

## Etapas



### **ETAPA 1:**

Recién Nacido  
1 mes



### **ETAPA 2:**

Primera Infancia  
2 a 5 meses



### **ETAPA 3:**

Primera Infancia  
6 a 11 meses



### **ETAPA 4:**

Primera Infancia  
1 año a  
1 año y 5 meses



### **ETAPA 5:**

Primera Infancia  
1 año y 6 meses a  
1 año y 11 meses



### **ETAPA 6:**

Primera Infancia  
2 años a  
2 años y 5 meses



### **ETAPA 7:**

Primera Infancia  
2 años y 6 meses a  
2 años y 11 meses



### **ETAPA 8:**

Primera Infancia  
3 años

**PRIMEROS PASOS PARA UNA VIDA FELIZ**



# Primera Infancia

2 a 2 años 5 meses

## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años de edad, tu hijo/a es posible que tenga conversaciones de dos o tres frases, tú probablemente podrás comprender lo que está diciendo o por lo menos la mitad de lo que dice.
- A medida que crece su conciencia de ser una persona independiente, hablará acerca de sí mismo/a, de lo que está haciendo, lo que le gusta y lo que no.
- Los/as niños/as empiezan a sentir timidez, una sensación que muchos no habían experimentado.

## ¿Qué es lo más importante?

- Muestra simpatía hacia otros/as niños/as e intenta consolarlos/as.
- Responde cuando se le corrige.
- Interrumpe lo que está haciendo.
- Juega principalmente al lado de otros/as niños/as, aunque empieza a incluirlos/as en juegos como correr y perseguirse.
- Tu niño/a estará y se sentirá capacitado/a para hablar numerosas y variadas palabras. Cantará canciones y reconocerá los colores básicos.
- Le entusiasma y disfruta cada vez más de la compañía de otros/as niños/as.

## ¿Qué debes de hacer?

- Dedicar parte de tu tiempo con tu niño/a, a la hora de ver la televisión, tanto para identificar si un determinado programa de televisión es adecuado o no, o como para que el acto no sea tan pasivo y sí un poco más educativo (seguro que tu hijo/a tendrá muchas preguntas que hacerle para satisfacer sus curiosidades y en este aspecto algunas veces la televisión puede convertirse en un estímulo).



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años de edad, tu hijo/a ya no se encuentra en el período de lactancia, por lo que su alimentación cada vez será más variada.
- Es capaz de comer por sí solo/a y expresar lo que le agrada y desagrada.

## ¿Qué es lo más importante?

- Ya debe tener el gusto para probar diversos y variados alimentos, es el momento de continuar con esta conducta, pero además se busca incidir en otras cuestiones como el comportamiento en la mesa y el que empiece a comer solo/a.
- Se deben realizar al menos cinco comidas al día desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena, tu hijo/a realiza un gran desgaste físico y mental, es una etapa en la que desarrolla gran número de habilidades.
- En función de sus horarios puede que también sea necesario darle algo ligero antes de irse a dormir. Estos tentempiés deben ser saludables y no se debe optar por pan, jugos industriales o chucherías.

## ¿Qué debes de hacer?

- Introduce más verduras y pescado en su alimentación.
- No te preocupes si a la hora que coma tu hijo/a se ensucia un poco, es necesario para que tu niño/a pueda aprender a comer sin ayuda.
- Léele cuentos, leyendas o fábulas para impulsar y desarrollar su imaginación.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años de edad, tu hijo/a vive un gran cambio: experimenta mayor libertad e independencia para actuar y ante los límites se desconcierta y se enfada, sobre todo cuando quienes le frenan son las personas adultas que lo y la cuidan.
- Suele “pelear” para romper los límites. Esto es indicativo de independencia.

## ¿Qué es lo más importante?

- Debe comer alimentos variados y con una dieta equilibrada que en todos los casos el pediatra indique. Consumir verduras a libre demanda y frutas variadas.
- Para ampliar su vocabulario, debemos, mostrarle libros infantiles con ilustraciones y nombrarle los objetos, enseñarle canciones, para que tenga una mejor expresión.
- Se trepa y baja de muebles sin ayuda.
- Sube y baja las escaleras agarrándose.
- Tira la pelota por encima del hombro.
- El niño/a ya camina por su cuenta y con buen paso. Puede hacerlo incluso arrastrando o cargando un juguete, sin que ello le impida el avance coordinado.
- También suele empezar a patear pelotas.

## ¿Qué debes de hacer?

- Enséñale a tu hijo/a buenos hábitos, si es posible respetando sus gustos.
- Ofrécele alimentos atractivos y variados, insiste en el consumo de verduras o frutas.
- Dale alimentos variados en sabores, de modo que aprenda a distinguir y nombrar cada uno de ellos (dulce, salado, amargo, agrio).
- Recuerda que lo ideal es comer cinco comidas al día.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 1 mes, tu hijo/a ya sabe seguir instrucciones simples.
- Usan tres o más palabras en combinaciones.
- Expresan sus sentimientos y deseos.
- Usan objetos para representar a otros objetos.

## ¿Qué es lo más importante?

- Tiene dificultades para prestar atención.
- Memorizan rimas pequeñas.
- Pueden unirse a un grupo para cantar.
- Comienza a pensar en hacer algo antes de hacerlo.
- Tiene dificultad para tomar decisiones, pero quiere tomar las propias para sentirse más independiente.
- Le gusta imitar el comportamiento de los adultos y de los demás.

## ¿Qué debes de hacer?

- Pídele ayuda tu hijo/a para realizar tareas del hogar, enséñale a que recoja sus juguetes, su cuarto, entre otras cosas para que vaya aprendiendo a ser ordenado/a.
- Enséñalo a vestirse, usar ropa limpia acorde a su edad.
- Acude con el doctor más cercano si llega a enfermarse o a tener algún accidente.
- Enséñale a lavarse los dientes frente a un espejo y luego dale el cepillo para que lo haga él o ella solo/a. De todas maneras, hasta que sea más grande es importante que le cepille los dientes para lograr una buena higiene.



## ¿Hoy qué pasa?

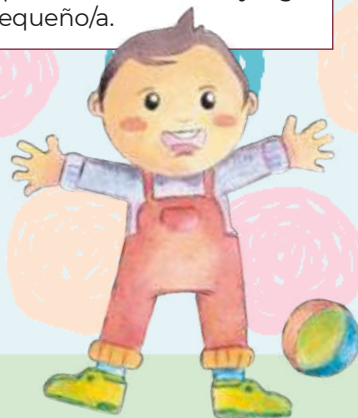
- 2 años y 1 mes, tu hijo/a perfecciona todas las habilidades adquiridas hasta hoy: caminar, saltar, correr, subir o bajar escaleras y bailar.
- También puede mantener el equilibrio en un solo pie durante algunos segundos.
- Toma los objetos con facilidad por lo que ya puede poner un objeto sobre otro, armando torres.
- Puede conversar con mayor fluidez con las personas que conoce.
- Sabe decir su nombre.

## ¿Qué es lo más importante?

- Preguntará el porqué de las cosas.
- Su memoria se está desarrollando. Por eso en esta etapa es importante que le respondas, ya que de esta forma puedes establecer reglas. Por ejemplo, que no se separe de tu lado en el supermercado y respóndele cuando te pregunte el por qué. Recuerda que los/as niños/as necesitan que les repitan varias veces las cosas, así que ten paciencia.
- Se entretiene saltando en el mismo lugar, empuja y arrastra sus juguetes cuando camina.
- Ha mejorado la capacidad de apilar bloques o torres, arma y desarma figuras.
- Es capaz de pasar las páginas de un libro, mirarlo y sostenerlo por un rato.
- Dibuja líneas y hace otras pequeñas marcas en un papel.

## ¿Qué debes de hacer?

- Enséñale a tu hijo/a a lavarse las manos, los dientes solo/a y a ordenar sus cosas.
- Salta y juega, puedes decirle que vaya llevando sus juguetes al canasto o contenedor saltando o corriendo, esto le ayudará a divertirse y a entender el orden de las cosas.
- Deja que te ayude a cocinar con tareas simples como mezclar, espolvorear, amasar, etc. Siempre cuidando que no haya nada peligroso a su alcance, la cocina puede ser como un juego para tu pequeño/a.





## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 1 mes, tu hijo/a puede intentar dar la vuelta hacia delante o saltar desde la altura de un banco.
- Le gusta trepar, subir y bajar por toboganes.
- Toma los objetos con facilidad por lo que ya puede poner un objeto sobre otro, armando torres.

## ¿Qué es lo más importante?

- Logra subir las escaleras, aún se le dificulta un poco bajar los escalones.
- También, ha desarrollado el movimiento entre el talón y los dedos del pie que los adultos suelen hacer.
- Habla claramente la mayor parte del tiempo.
- La mayoría de los/as niños/as tienen mucha energía. Intenta dar a tu hijo/a la posibilidad de salir a correr fuera todos los días.
- Moverse lo/a ayudará a que incremente su fuerza y aumente su coordinación.
- Cada día mejora su habilidad para saltar, lanzar una pelota, cepillarse los dientes sin ayuda, lavarse y secarse las manos.

## ¿Qué debes de hacer?

- Muestra a tu hijo/a cómo saltar en un solo lugar y ayúdale a que él o ella lo haga.
- Dale libros para que los hojee, esto le ayudará a su coordinación fina.
- Enséñale a abrir botellas de plástico con tapa de rosca.
- Muéstrale objetos ligeros y pesados para que compare su peso.
- Ayuda a tu hijo/a a reconocer sus emociones diciéndole qué es lo que siente y la razón de ello; por ejemplo, "estás triste porque mamá se va, estás contento porque mamá te regaló una paleta".



## ¿Hoy qué pasa?

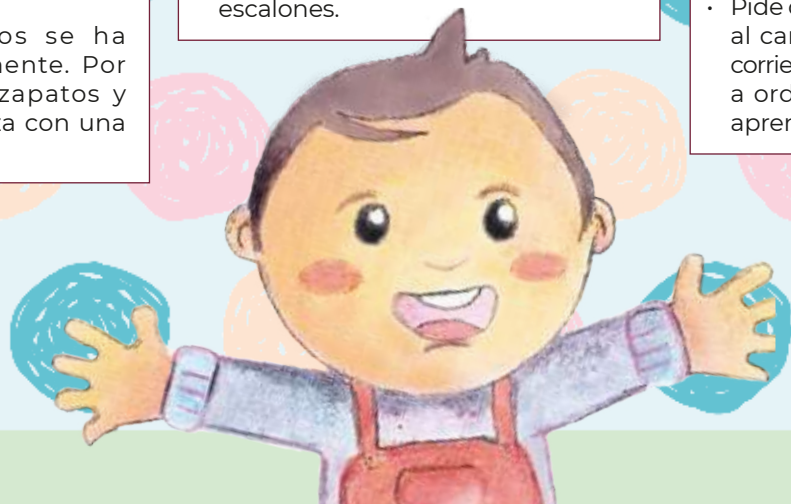
- 2 años y 1 mes, tu hijo/a ya usa un lenguaje más amplio, puede estar usando correctamente más de 20 o 30 palabras, aunque no todas ellas tienen un significado completamente claro.
- Cada día está dando pasos más firmes y seguros. Es importante que lo/la animes a hacer suficiente actividad física para su adecuado crecimiento.
- El uso de sus manos se ha desarrollado notoriamente. Por ejemplo, se saca los zapatos y puede sostener una taza con una sola mano.

## ¿Qué es lo más importante?

- La alimentación debe incluir mayor cantidad de alimentos.
- Paulatinamente tu hijo/a va tomando un ritmo constante al caminar.
- Ha mejorado su coordinación, ya no se tambalea tanto, incluso en ocasiones se para en un pie por períodos cortos sin problema.
- Si bien, logra subir las escaleras, aún se le dificulta un poco bajar los escalones.

## ¿Qué debes de hacer?

- Favorece la realización de diferentes actividades físicas que suelen hacer los bebés como gatear, correr o jugar a la pelota, pero aún debes de tener cuidado que no ocurra algún incidente.
- Procura que tu hijo/a corra fuera de casa, así lograrás que esté menos impaciente, nervioso/a y que duerma mejor por las noches.
- Pídele que vaya llevando sus juguetes al canasto o contenedor saltando, corriendo. También, puedes enseñarle a ordenar los calcetines mientras aprende sobre "pares".



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 2 meses, tu hijo/a es capaz de realizar muchas actividades con su cuerpo; por ejemplo: saltar, correr, subir o bajar escaleras, bailar, etc.
- Te percibe de forma diferente, ya que se ha vuelto más independiente; pero aún formas parte de él o ella.

## ¿Qué es lo más importante?

- Sonríele y háblale en tono expresivo y suave.
- Indícale a tu hijo/a tu sentir y muéstrale manifestaciones de afecto y cercanía.
- Enséñale normas de cortesía para aplicarlas en diferentes situaciones.
- Puede nombrar los personajes del cuento y cantar las canciones infantiles.
- Va a comenzar a tener cierta rebeldía; por lo que se te recomienda hablar con él o ella de sus malos actos, para que comience a realizar ciertos cambios.

## ¿Qué debes de hacer?

- Favorece que tu hijo/a se vista y desvista, se quite solo/a los calcetines y los zapatos que no tengan cintas, pues no se las puede desatar, comienza a interesarse por abotonarse y desabotonarse la ropa.
- Acomoda un objeto en el piso y haz que el niño/a trate de saltarlo, ayúdale si es necesario.
- El control de esfínteres es un proceso complejo que lleva tiempo. Es probable que por un tiempo tengan accidentes o retrocesos ante cambios importantes, como por ejemplo la llegada de un hermano/a. Como padres es fundamental guiarlos en esta tarea, sin enojarse, si se ensucian o si se orinan fuera del inodoro o en la cama. Aplaudes sus esfuerzos para motivarlo/a positivamente, hasta que llegue el momento en que finalmente lo logre.



## ¿Hoy qué pasa?

## ¿Qué es lo más importante?

## ¿Qué debes de hacer?

- 2 años y 2 meses, tu hijo/a va a seguir creciendo; aunque su cabeza lo hace más despacio, sus piernas y torso comienzan a alargarse, haciendo que las proporciones de su cuerpo se parezcan más a las de un adulto.
- Puede que ahora coma poco, pero sigue dándole comidas nutritivas.

- Debes insistir en los límites, sobre todo en acciones que pueden alterar su desarrollo y salud.
- Muestra empatía, es decir, trata de ponerte en su lugar y toma en cuenta su punto de vista esto ayuda mucho, ya que la visión de tu hijo/a aún es poca ante las experiencias de la vida, y es necesario mostrar con calma todas las opciones que le puedes dar ante una situación, acción, conflicto, entre otras.

- Pasea con él/ella en diversos lugares y con diferentes personas, para favorecer la socialización.
- Dale oportunidad para jugar con masa de manera libre, por ejemplo, a crear formas: animales, estrellas, casas, etc. así tu hijo/a desarrolla su motricidad fina. Una vez hechas unas cuantas figuras, podrá inventar una historia con todas ellas y representarla.
- Estimula su memoria, puedes contarle un cuento y pedirle que te lo repita o enseñarle la letra de alguna canción para cantarla juntos.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 2 meses, tu hijo/a puede caminar de puntitas con ayuda o solo/a.
- Puede caminar sobre una línea recta llevando un objeto ligero en las manos.

## ¿Qué es lo más importante?

- Para no interferir con las comidas principales es importante que programes sus meriendas o pequeños bocados y procura que sean alimentos saludables.
- Si tu hijo/a no desea comer, es importante que respetes esa decisión.
- Sólo intenta establecer el horario de las comidas y evita darle otros alimentos antes de sentarse a comer la comida principal. Es importante también que establezcas las reglas en la mesa. Por ejemplo, no arrojar la comida al piso o no jugar con ella.

## ¿Qué debes de hacer?

- Favorece que tu hijo/a elija sus juguetes o juegos, eso le ayudará a aprender a tomar decisiones.
- Comprende el mundo desde la visión de las necesidades de él o ella.
- Evita endulzar o salar demasiado su comida, no permitas que coma entre horas y en especial golosinas, pues es muy frecuente la aparición de caries.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 2 meses, tu hijo/a puede llegar a tener un comportamiento “egoísta”.
- Maneja objetos pequeños con facilidad.
- Puede apilar bloques, tirar torres, sacarse los zapatos, pasar las páginas de libros y sostener un vaso en una sola mano.
- Salta hacia adelante con los pies juntos.

## ¿Qué es lo más importante?

- A medida que tu hijo/a crece es importante ir estableciendo horarios de alimentación y sueño.
- Establecer horarios de alimentación y sueño no es una molestia a su libertad, sino que lo cuida y genera la estabilidad necesaria para su crecimiento.
- Tiene mayor capacidad en el control de sus movimientos.

## ¿Qué debes de hacer?

- Enséñale a caminar de puntitas y ayúdele, sosteniéndolo de los brazos, a que imite el movimiento.
- Enséñale a tener cuidado en las calles.
- Convive con otros/as niños/as, motívalo/a a que establezca una conversación con ellos/as.
- Desarrolla en tu hijo/a, la percepción del día y la noche mediante la observación de los elementos naturales como el sol, la luna y las estrellas.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 3 meses tu hijo/a ya corre, salta, camina, experimenta el equilibrio, baila con un adulto puede estar sorprendido/a y asustado/a si se cae, aunque no necesariamente se daña.
- Tu hijo/a explora, por lo que aumenta la necesidad de dar significado a las cosas, es decir aumenta su vocabulario, acompañado de una gran riqueza gestual.
- Es capaz de entender órdenes sencillas.



## ¿Qué es lo más importante?

- A tu hijo/a le va a gustar más que lo llames por su nombre y no que le sigas diciendo bebé. Debes de evitar los apodosos o sobrenombres (claro que, si lo acostumbraсте a decirle alguna palabra cariñosa, la puedes seguir usando, pero sin olvidar que ese no es su nombre) incluyendo decirle bebé y por supuesto los diminutivos, él/ella se va a sentir mejor.
- Ayúdale a adquirir confianza y seguridad en sí mismo/a. Es determinante para desarrollar la capacidad afectiva, el cariño por los demás y la gratitud.
- Remeda a las personas, seres y objetos que conoce.
- Se reconoce al verse en el espejo.
- Emplea una palabra cuando necesita ir al baño.

## ¿Qué debes de hacer?

- Enseña a tu hijo/a cada parte de su cuerpo, empezando por la cabeza, siguiendo por la cara y brazos, hasta llegar a los pies. Haz que el/la niño/a vaya señalando con su dedo en cada repetición.
- Invítalo a soplar burbujas. El soplado de burbujas ayuda a coordinar sus labios, mejillas y mandíbula con flujo de aire.
- Pide a tu hijo/a que elija un juguete, su ropa o alimentos, lo ayuda a diferenciarse como persona y continuar construyendo de manera más tangible su forma de ser.

## ¿Hoy qué pasa?

## ¿Qué es lo más importante?

## ¿Qué debes de hacer?

- 2 años y 3 meses, tu hijo/a descubrirá que con sus piernas podrá desplazarse de forma muy divertida.

- Podrá memorizar rimas o partes de canciones simples.
- Aprenderá observando lo que le rodea y fijará estos conocimientos adquiridos mediante la interacción con sus juegos.
- Será capaz de generar imágenes mentales y desarrollará su imaginación de una forma increíble, de pronto una uva será un coche a la hora de comer.

- Enséñale a tu hijo/a canciones, léele cuentos, leyendas, fábulas cortas, libros y repítele algunas palabras para que pueda ir reteniendo poco a poco esa información.
- Tu hijo/a imita diálogos especialmente por teléfono, incluso es posible que le pidas que te pase el teléfono cuando estás hablando con alguien, aunque luego no digas nada, debes de realizar juegos que le ayuden a estimular el habla, ya sea que hables con él/ella a través de un teléfono de juguete, pero sin olvidar que ya es capaz de entender y utilizar el “sí” y el “no”.
- Juega a cocinar, a apilar cosas, a hacer una casa u otros juegos, tienes que dejar que realice ciertas actividades para que desarrolle su aprendizaje, de tal forma que puedas tener una mejor comunicación con tu hijo/a.





## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 3 meses, recuerda que tu hijo/a garabatea espontáneamente.
- Gira un recipiente para verter el contenido.
- Construye torres de cuatro bloques o más.

## ¿Qué es lo más importante?

- Podría usar una mano con más frecuencia que la otra.
- Apunta a un objeto o imagen cuando se lo mencionan.
- Reconoce los nombres de las personas, objetos y partes del cuerpo con los que está familiarizado/a.
- Dice varias palabras individuales (aproximadamente entre quince a dieciocho meses).

## ¿Qué debes de hacer?

- Explícale cada límite o experiencia que va experimentando, habla con él o ella ya que es determinante para su sana educación.
- Debes ser firme, pero a la vez tratarlo/a con amor, así tu hijo/a poco a poco se irá adaptando y creciendo acorde a su edad.
- No son recomendables los remedios caseros para los/as niños/as, sobre todo los/as más pequeños/as. Lo real es que lejos de aportar algún beneficio pueden ser perjudiciales para ellos/as.



## ¿Hoy qué pasa?

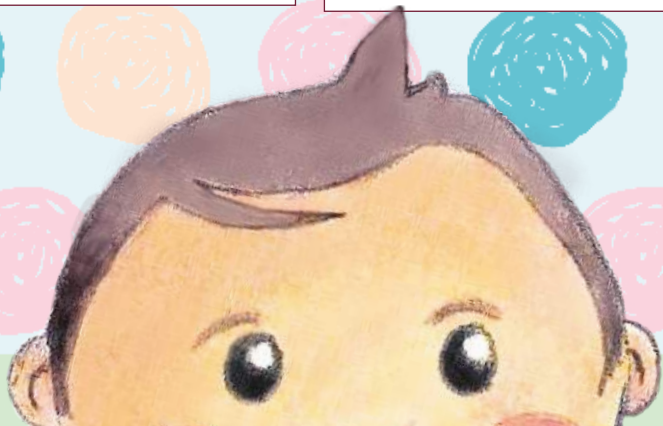
- 2 años y 3 meses, tu hijo/a en la parte lógica de su cerebro va desarrollándose poco a poco y todavía es completamente emocional, por tanto, le resulta muy complicado razonar porque su cerebro todavía no está preparado para ello.
- Es capaz de jugar junto a otros/as niños/as sin sentirse incómodo/a; interactúa con ellos/as, pero se le dificulta compartir, así que dale tiempo.

## ¿Qué es lo más importante?

- Con la marcha tu hijo/a explora, por lo que aumenta la necesidad de dar significado a las cosas, es decir aumenta su vocabulario, acompañado de una gran riqueza gestual.
- Inicia el juego de imitación; puede hacerlo jugando a la tienda, a comer, o bañarse, etc.
- Su memoria y su atención continúan aumentando, pero aún le cuesta concentrarse en una tarea concreta más de 10 minutos.

## ¿Qué debes de hacer?

- Se ven tantos cambios en tu hijo/a en estos meses porque el cerebro crece más rápidamente durante los primeros años de vida. Cada niño/a es único/a y diferente, cada uno/a aprende a su ritmo; unos/as más rápido que otros/as. Muchos/as tienen problemas ante los cambios repentinos, trata de darle tiempo para adaptarse a las nuevas personas y lugares. Habla con él o ella todo el tiempo, incluso antes de que el niño/a comience a hablar, esto ayudará en su aprendizaje.
- Muestra cómo debe realizar diferentes actividades como saltar en un solo lugar y ayúdale a que él o ella lo haga.
- Dale libros para que los hojee, esto le ayudará a su coordinación fina.
- Intenta empatizar con él o ella, dedícale un rato diario de juego juntos y haz las actividades que le resulten complicadas de un modo más divertido.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 4 meses, tu hijo/a está desarrollando la capacidad de demostrar un sentido de confianza en aquellos/as que lo/la cuidan, se nota más empático/a y se siente cómodo/a con algunas personas.
- No esperes que tu hijo/a se comporte perfectamente todo el tiempo, ya que los berrinches son su forma de mostrar su frustración por algo que no puede hacer ni pensar.
- Su memoria y su capacidad de aprendizaje se han desarrollado hasta el punto de que ya es capaz de reconocer los colores, nombrar las diferentes partes del cuerpo o identificar a las personas por su nombre.

## ¿Qué es lo más importante?

- Es importante que comprendas que jugar no es una pérdida de tiempo sino todo lo contrario, enséñale a respetar y compartir siempre que sea posible.
- Es más independiente en actividades de habilidades para la vida diaria.
- Se enoja mucho con ustedes (sus padres) o cuidadores si tratan de ayudarlo/a a hacer cosas que quiere hacer por sí solo/a.
- A través del juego explora el medio que lo rodea, su imaginación es cada vez más grande y aprende a convivir con los demás.

## ¿Qué debes de hacer?

- Ayuda a tu hijo/a a controlar sus acciones ya que a esta edad hay bastantes empujones, gritos y berrinches.
- Si le ayudas a comprender el porqué de las reglas le será más fácil seguirlas.
- Explícale que hay algunas cosas que se hacen para estar seguros, como dar la mano al cruzar la calle o ponerse el cinturón de seguridad.
- Mantén las reglas razonables, claras, consistentes y ten paciencia mientras aprende a seguirlas.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 4 meses, tu hijo/a en el desarrollo físico los cambios más importantes se observan en su motricidad fina.
- Aunque intente, todavía no podrá abrocharse los botones de una camisa o del pantalón.
- La atención de tu hijo/a aumenta por lo que algunas veces estará tan concentrado en su juego que se enojará si lo/a interrumpe.

## ¿Qué es lo más importante?

- Debes de preocuparte si los alimentos que le gustan comer no son saludables, aunque debes intentar que pruebe otros, sobre todo si los que come no son muy nutritivos. Si este es el caso, se te recomienda mezclar en los alimentos que ya come, alimentos más sanos y que no tengan tanto sabor como: yogur natural, germen de trigo, queso, crema, hojas de espinacas procesadas, etc.
- Estimula a tu hijo/a para lograr el máximo desarrollo de sus capacidades físicas, emocionales y sociales.
- Genera un ambiente de motivación para que se vaya familiarizando con el exterior y despierte sus sentidos.

## ¿Qué debes de hacer?

- Su conducta es más creativa, generalmente se interesará mucho más en la creación que en el orden. No te desesperes, piensa que tu hijo/a no sabe qué es el orden y por eso debes enseñarle cómo hacerlo. Cada vez que termine de jugar, dibujar, etc. Enséñale a guardar los lápices, los crayones o lo que haya sacado.
- Es interesante observar como aumenta su capacidad de concentración y atención. Suele ser la época en que comienzan a mirar películas infantiles, puede repetirlas varias veces el mismo día, así que no te desesperes y déjalo/a ver las películas las veces que él o ella quiera.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 4 meses, tu hijo/a puede que sea capaz de controlar sus acciones, pero no siempre sus emociones.
- Puede que tu hijo/a comience a decir algunas sílabas para pedirte lo que quiere.

## ¿Qué es lo más importante?

- Es importante que el momento de la comida o la cena, sea un encuentro familiar de comunicación.
- Debes dar el ejemplo de los primeros hábitos.
- El juego es la actividad propia del hijo/a así como su forma de conocer el mundo.

## ¿Qué debes de hacer?

- Platica con él o ella, de todo lo que hace.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 4 meses, tu hijo/a es probable que empuje, grite y que tenga berrinches. No puedes esperar un comportamiento perfecto por su parte todo el tiempo; los berrinches son su forma de mostrar cuándo está frustrado/a o enojado/a.

## ¿Qué es lo más importante?

- Tu hijo/a puede tener delicadeza para tomar objetos, sostener su vaso con una sola mano, tomar el lápiz con mayor perfección o ponerse los zapatos solo/a.
- Aunque intente, todavía no podrá cerrar y quitar botones de una camisa o del pantalón.
- Es importante para la estimulación del lenguaje que le repitas correctamente la frase o las palabras que tu hijo/a quiere expresar, en una oración con sentido.

## ¿Qué debes de hacer?

- Generalmente se interesará mucho en la creación que en el orden. No te desesperes, piensa que tu hijo/a no sabe qué es el orden y por eso debes enseñarle cómo hacerlo. Cada vez que termine de pintar o jugar con arcilla, enséñale a guardar los lápices, los crayones o lo que haya sacado.
- Su memoria y su capacidad de aprendizaje se han desarrollado hasta el punto de que ya es capaz de reconocer los colores, nombres de las diferentes partes del cuerpo o identificar a las personas por su nombre, por lo que debes de seguir reforzando para que vaya adquiriendo más aprendizajes.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 5 meses, tu hijo/a es capaz de saltar en un sitio con ambos pies.
- Camina hacia atrás.
- Baja las escaleras con ayuda.
- Construye torres con bloques.
- Pasa las páginas de un libro de una en una.
- Come solo/a sin tirar la comida.
- Con sus dos manos puede servir agua en un vaso.
- Al desvestirse puede ya quitarse los pantalones.

## ¿Qué es lo más importante?

- Tu hijo/a continuará preguntando el porqué de las cosas, su memoria se está desarrollando, tu explicación debe ser precisa y concreta por eso intenta no responder porque sí o porque no.
- Puede recordar perfectamente las reglas básicas de seguridad, como tomar tu mano al cruzar la calle o no acercarse al horno encendido.
- Le gusta mirar libros de cuentos y revistas. Así enriquece su vocabulario al preguntar por el significado de las imágenes.
- Les gusta jugar con las palabras.

## ¿Qué debes de hacer?

- Invita a tu hijo/a que exprese sus sentimientos y sus conflictos.
- Juega constantemente con él o ella, ya que tiene una importante labor social al propiciar la convivencia y la interacción entre humanos.
- Es importante que continúe el control de esfínteres. Aunque ya identifica el uso del sanitario.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 5 meses, tu hijo/a en esta etapa les gusta mirar libros de cuentos y revistas. Así enriquecen su vocabulario al preguntar por el significado de las imágenes, también les gusta jugar con las palabras.
- Los cuentos, leídos o contados histriónicamente son de atracción para tu hijo/a no sólo le ayudan a aprender y enriquecer el lenguaje, sino también desarrolla el interés de él o ella por la palabra escrita.

## ¿Qué es lo más importante?

- El aumento de peso oscila entre 500 gramos cada dos meses como máximo.
- La vacunación debe ser controlada por el médico.

## ¿Qué debes de hacer?

- Procura que tu hijo/a se vista o desvista solo/a.
- Haz que imite las palabras o frases más complicadas, para que poco a poco aprenda de tu ejemplo, ten cuidado en todo lo que haces ya que él o ella lo irá repitiendo.
- Felicita a tu hijo/a cada vez que logre algo nuevo, es importante reforzar su autoestima.





## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 5 meses, tu hijo/a aprende cada vez mejor a comunicarse. Es un proceso que irá perfeccionando con el tiempo, pero, por ahora expresará sus necesidades, llorando, balbuceando, quejándose y haciendo otros sonidos.

## ¿Qué es lo más importante?

- Favorece el consumo de frutas, verduras, cereales y carnes blancas. No le des postres elaborados, frituras, azúcar, sal ni condimentos.
- La hora de comida debe ser para eso, no un lugar de juegos ni un campo de batalla. No es recomendable relacionar la comida como premio o castigo. Si no quiere comer, no lo/a obligues, pero tampoco le des algo antes de la siguiente comida. Una buena técnica para que quieran comer es hacer los platos entretenidos, con colores, figuras, que participen en su preparación y hacerlos creer que pudieron elegir algo.

## ¿Qué debes de hacer?

- Favorece en tu hijo/a el ejercicio y el juego libre: todos los/as niños/as deben jugar y hacer ejercicio diariamente. Lo mejor es que jueguen al aire libre y corran mucho.
- Es mejor emplear alimentos locales y de temporada, pues hay una clara relación entre la alimentación y el cuidado del medio ambiente.



## ¿Hoy qué pasa?

- 2 años y 5 meses, tu hijo/a puede usar ya al menos 50 palabras, construye frases simples de dos palabras y puede realizar una orden que requiera dos pasos como: "Por favor, lávate las manos y ven a comer". Es posible que la mitad del tiempo entienda lo que le dices, pero tampoco esperes que todo lo que diga tenga sentido hasta los 4 años.

## ¿Qué es lo más importante?

- A medida que crece y se muestra más consciente de lo que otros/as piensan y sienten, estará más interesado/a en jugar con otros/as niños/as.
- Sus músculos están creciendo y por lo tanto está más activo/a que antes.
- Puede lanzar la pelota y patearla hacia delante con gran facilidad.
- Este es el momento para realizar esos pasatiempos que tanto le agradan, como leer, cantar, hacer un poco de ejercicio e incluso arreglos en su casa.

## ¿Qué debes de hacer?

- Puede que tu hijo/a haya comenzado a controlar sus esfínteres, pero aun así pueden ocurrir accidentes durante la noche. No te preocupes y nunca lo retes, recuerda que aún está en plena etapa de aprendizaje. Si tu hijo/a suele tener estos accidentes, toma las precauciones preparando lo necesario para cambiarlo/a rápidamente.
- Deja que empiece a escoger él o ella mismo/a su ropa y enséñale cómo debe vestirse y desvestirse.
- Cuando tu hijo/a no pueda dormir, acarícialo/la, bésalo/la y háblale.

