

De doce a quince meses

“El movimiento es placer,
mensaje,
expresión,
y vida de acción”

Javier Aguirre

¿Cómo pasa el niño de la reptación al gateo, posteriormente a la posición de erguido en *equilibrio estático* y de ahí a dar sus primeros pasos? Es un proceso de madurez, pero ésta llega por la estimulación de los órganos encargados de cada función determinada. El niño recibe estímulos de su propio cuerpo y de su entorno social. Son los que le hacen madurar.

Objetivos de doce a quince meses

Es la etapa en la cual se logra esa capacidad humana de caminar sobre los dos pies. Los objetivos estarán centrados en:

Afianzar el *equilibrio en bipedestación* (sobre los dos pies) gracias al *control neuromuscular* de la cabeza-espalda-cintura pélvica-miembros inferiores, sin ayudas.

Desarrollar la marcha autónoma, aunque también utilicemos ayudas.

Es una etapa en la que el niño sigue con el gateo y refuerza los músculos de la *cintura escapular*.

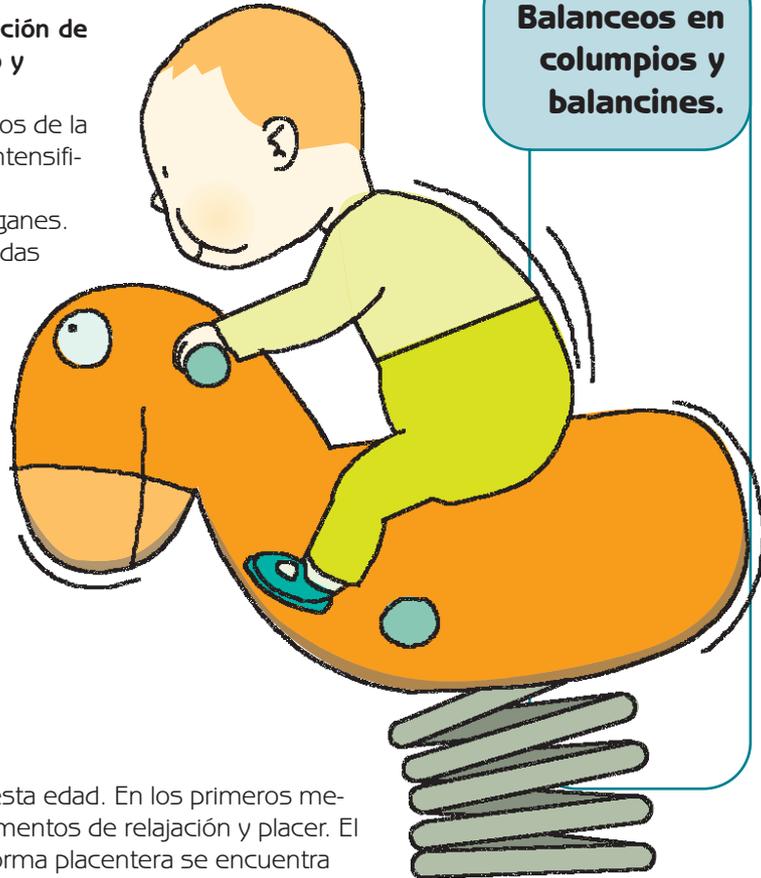
En etapas anteriores también era importante la relajación, pero en ésta la intentamos con mayor intencionalidad.

Las acciones manipulativas siguen atendidas de manera consciente. Las manos hacen crecer la inteligencia y la inteligencia hace posible mejores actividades manuales.

Actividades de doce a quince meses

■ Movimientos de estimulación de los órganos del equilibrio y control postural.

- Mantenemos los ejercicios de la etapa anterior, aunque intensificamos su ritmo.
- Deslizamientos en toboganes.
- Desplazamientos en ruedas giratorias.
- Balanceos en columpios y balancines.
- Volteretas y giros que le da el adulto.



■ La relajación.

Es muy característica de esta edad. En los primeros meses también pasa por momentos de relajación y placer. El niño cuando duerme de forma placentera se encuentra muy relajado. En esta edad realiza buena cantidad de movimientos y ello le lleva a entregarse de forma relajada en el sueño. Al niño le place y le relaja el que pasemos la yema de nuestros dedos por su espalda, brazos y piernas. Son *sensaciones táctiles* y *cinestésicas* de gran importancia en el desarrollo de las capacidades del niño.

Diccionario

Cuadrupedia. Movimientos de desplazamiento con apoyo simultáneo de extremidades superiores e inferiores; la más significativa en las personas es el gateo.

Desarrollo fisiológico. Capacidad de las células del cuerpo humano para desarrollar funciones específicas para las que están programadas. Referidas al movimiento: metabolización y utilización de la energía para la contracción muscular.

■ La coordinación dinámica general.

- Acompañarle de la mano le permite caminar más tiempo. No obstante, el movimiento que enriquece más su patrimonio motriz es el que realiza por sí mismo y voluntariamente.
- El niño podrá caminar descalzo o con calcetines.
- Hacer giros sobre el eje longitudinal (hacer la croqueta) en la cama o en un suelo apropiado, limpio y cálido.
- Sentarse y levantarse del suelo o de sillas muy bajas.
- Subir escaleras gateando. Es un movimiento que desarrolla la fuerza de las extremidades inferiores y superiores. Es conveniente que el niño lo practique con vigilancia cercana para evitar caídas. Recordar que el gateo es de gran interés también en esta etapa.



- Trepár por espalderas hasta el primer o segundo peldaño. Igual que la actividad anterior, permite incrementar y enriquecer el patrimonio motriz. Si el niño tiene la oportunidad de trepar, trepará, aunque ello requiere la vigilancia para que no se caiga y se dañe.
- Tomar una pelota en las manos y lanzarla o rodarla.
 - Los programas de natación son de gran interés para niños pequeños. La base de la adaptación está en el ritmo de la respiración. Para ello se le mete al niño dos segundos dentro del agua y dos segundos fuera. Esta secuencia se realiza con la frecuencia necesaria para una adaptación al medio acuático, que se consigue con facilidad. Como en todas las actividades a las que nos estamos refiriendo, la natación debe llevar un componente lúdico, de placer, cuando menos en su globalidad (es posible que el bebé muestre su disconformidad momentánea, aunque el resultado final sea placentero).

Es bueno que el niño camine descalzo en buenas condiciones de higiene, seguridad y temperatura.

Diccionario

Desarrollo motor. Adquisición de nuevos movimientos y capacidades para repetirlos y adaptarlos a nuevas necesidades.

Desarrollo neuro-motriz. Es el desarrollo funcional entre el sistema nervioso y el muscular en su tarea de coordinar los movimientos.

■ Manipulación.

- Proporcionarle objetos que pueda investigar, a los que pueda quitar y poner elementos, cambiar de lugar, cambiar de forma, que le den la posibilidad de crear nuevas figuras y formas.
- Proporcionarle tornillos de madera que pueda enroscar y desenroscar.
- Proporcionarle cubos para que realice torres. Nosotros construimos y él construye.
- Mantenemos las actividades de los meses anteriores.

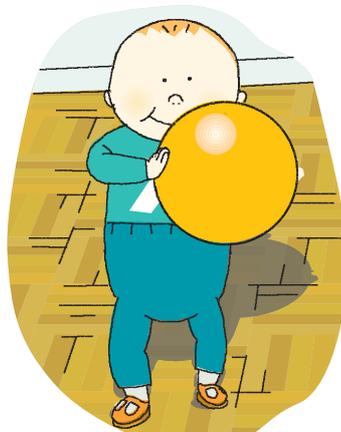


Colocamos al bebé tumbado sobre nuestras piernas o sobre la mesa. Le damos masajes sobre la espalda.

Valoración a los quince meses

La valoración del progreso de un niño a esta edad pasa por su manifestación en la capacidad de caminar. El niño de quince meses debe tener seguridad al caminar. Podrá subir escaleras en gateo. Se agachará y levantará desde la posición de pie aunque sea con lentitud. Valoraremos positivamente el hecho de que siga su proceso de gateo en algunos momentos, al igual que será positivo que gateen aquellos niños que no caminen o tengan alguna dificultad para ello. La acción manipulativa le llevará a investigar las cosas que tiene a su alcance y será un niño que investiga en su tarea diaria de coger, retener, sentir y soltar o lanzar.

La realización de estas actividades sin constatar en el bebé un esfuerzo especial denota que su progreso es natural. Si practicamos esas mismas actividades intensificando la frecuencia e intensidad y las realizamos durante más tiempo, el niño se verá favorecido y superará notablemente su desarrollo normal.



De quince a dieciocho meses

“Si nuestra vida es moverse, sentirse, hablar y querer, cuánto falta en esas mentes carentes de ese saber”

J. Aguirre

Objetivos de quince a dieciocho meses

En este momento de su vida el niño, por lo general, ya camina. Es capaz de desplazarse hacia atrás y le gusta esta práctica. Alcanzado el equilibrio principal, ponerse de pie, busca desarrollar el equilibrio desde otros movimientos.

Puede conseguir en algún intento iniciar la carrera. Podemos intentar, llevándole de la mano, que corra 50 metros sin parar.

Es interesante en esta etapa desarrollar la relación interpersonal entre niño y adulto. Debemos propiciar situaciones que lo faciliten e insistir en la realización de actividades conjuntas.

Diccionario

Descoordinación. Falta de control y precisión para realizar movimientos con naturalidad y eficacia.

Edad cronológica. Días, meses o años que tiene la persona a la que nos referimos.

Edad neurológica. Madurez del sistema nervioso de una persona. La edad neurológica pueden estar adelantada o retrasada con la edad cronológica.

Actividades de quince a dieciocho meses

■ La coordinación dinámica general.

- Facilitar situaciones que permitan que las actividades duren más tiempo. Incrementar el tiempo de participación.
- Ayudarle en terrenos de cuevas, subidas y bajadas.
- Caminar hacia atrás. Si estamos en el pasillo de casa, realizamos el movimiento una vez hacia adelante y otra vez hacia atrás. También podemos practicar en superficies de arena, hierba, o similares.
- Subir escaleras con peldaño bajo de la mano de un adulto.
- Bajar escaleras gateando hacia atrás.
- Sentarse y levantarse del suelo o de sillas muy bajas.
- Hacer que camine en transición de llano a cuesta en suelo de hierba o arena.

- Subir escaleras gateando. Es posible que prefiera subirlas caminando, pero también es conveniente que siga prácticas de *cuadrupedia*.

- Trepas por espalderas hasta el tercero o cuarto peldaño, siempre con vigilancia. Igual que la actividad anterior, permite incrementar y enriquecer los movimientos.

- Coger balones y lanzarlos o rodarlos.

- Dar patadas a un balón.

- Continúa siendo de gran interés seguir algún programa de natación.



**Subir y bajar
escaleras
llevándolo de
la mano.**

■ **Movimientos de estimulación de los órganos del equilibrio.**

- Mantenemos los ejercicios de descripciones anteriores, pero aumentando el ritmo y la amplitud.
- Cogemos al niño de los sobacos y giramos con él en un movimiento similar al de una noria.
- Lo lanzamos al aire y lo recogemos al bajar.
- Deslizamientos en toboganes.
- Desplazamientos en ruedas giratorias.
- Balanceos en columpios y balancines.
- Dos personas mayores asimos por sus cuatro esquinas una manta extendida. Situamos al niño en el centro de la misma y lo balanceamos.
- Le damos volteretas en la cama, sobre el suelo...



Llevarle sobre los hombros a la vez que bailamos.



■ Manipulación.

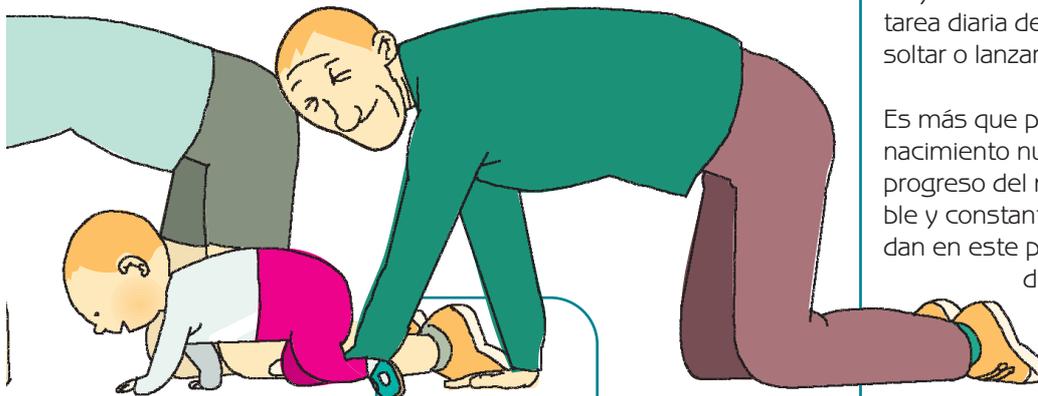
- Proporcionarle objetos que pueda combinar, con los que pueda crear figuras, investigar sus formas y las diferentes posibilidades de juego a su alcance.
- Mantenemos las actividades de los meses anteriores.
- Ponerle cubos para que realice torres. Nosotros construimos y él construye.
- Practicar el juego de "cinco lobitos", o similar.
- Desplazar bolitas sobre un rail, o actividad similar.

Valoración a los dieciocho meses

La valoración de un niño a esta edad pasa por su grado de seguridad a la hora de caminar y girar. Podrá subir escaleras en situaciones sencillas, aunque suba el peldaño con la misma pierna y luego junte la otra en el peldaño superado. Podrá bajar escaleras gateando hacia atrás. Podrá trepar por espalderas con el cuidado de un adulto. Valoramos positivamente el hecho de que siga su proceso de gateo en algunos momentos, al igual que **será positivo que gateen aquellos niños que no caminen o tengan alguna dificultad para ello**. La acción manipulativa le llevará a descubrir las cosas que tiene a su alcance y será un niño que investiga en su tarea diaria de coger, retener, sentir, y soltar o lanzar.

Es más que posible que, si desde su nacimiento nuestra actitud ante el progreso del niño ha sido responsable y constante, las pautas que se dan en este programa en cuanto a desarrollo de su motricidad estén más que superadas.

La atención que les prestamos, nuestro acompañamiento, nuestras iniciativas de trabajo conjunto y las posibilidades de imitación que le aportamos les favorecen en su desarrollo motriz, su autoestima, su capacidad de expresión, su *afectividad* y su *socialización*.



Gatear en la arena o sobre la hierba en equipo.



De dieciocho a veintiún meses

Objetivos de dieciocho a veintiún meses

En esta etapa el niño corretea cuando le comprometemos a ello. Los brazos y las manos ayudan al equilibrio en la carrera. Intentamos que corra 50 metros sin cogerle de la mano.

Intentamos que suba escaleras con apoyo del mismo pie.

Intentamos que camine en tramos en pendiente hacia arriba.

Intentamos que pase hojas de libros sin doblarlas. Ensartar bolitas en cordones.

Provocamos en él respuestas habladas sobre preguntas puntuales de su vida y entorno.

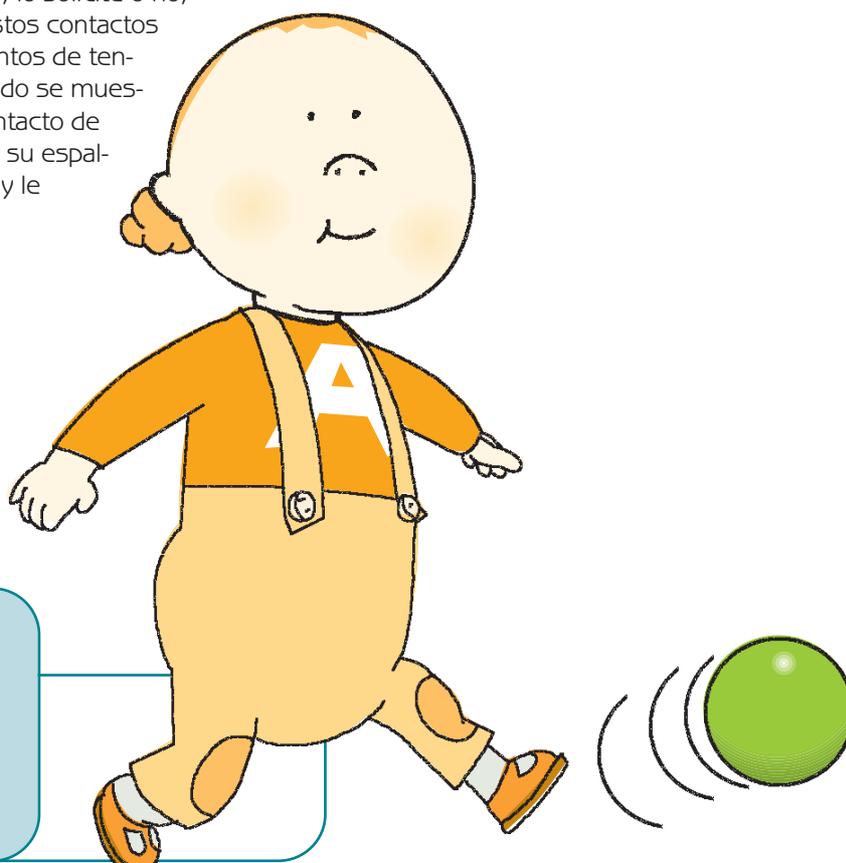
Actividades de dieciocho a veintiún meses

■ Movimientos de estimulación de los órganos del equilibrio.

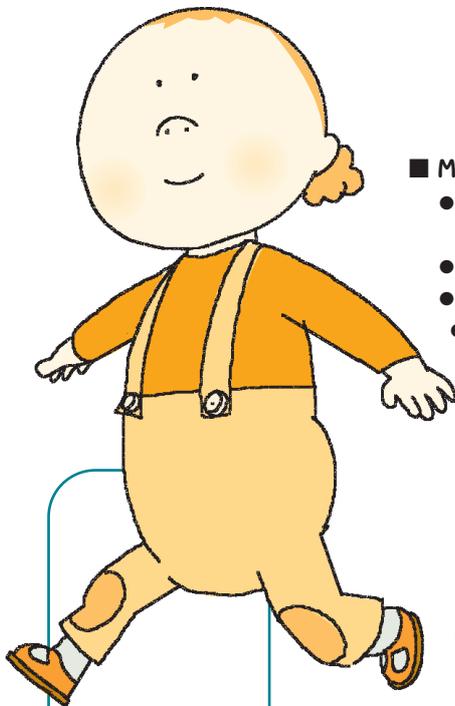
- Mantenemos los ejercicios de etapas anteriores.
- El ritmo y la amplitud aumentan al realizarlos.
- Los giros sobre el eje longitudinal los realiza por su propio impulso. Jugamos con él y participamos en su tarea.
- Bailamos llevándole en hombros.
- Volteretas, con ayuda, en la cama o colchoneta.

■ La relajación.

Si hemos practicado en etapas anteriores el contacto de nuestras manos sobre su espalda, brazos y piernas, el niño estará habituado a ello y lo solicitará. En cualquier caso, lo solicite o no, son convenientes estos contactos relajantes en momentos de tensión nerviosa o cuando se muestre intranquilo. El contacto de nuestras manos con su espalda le da tranquilidad y le relaja.



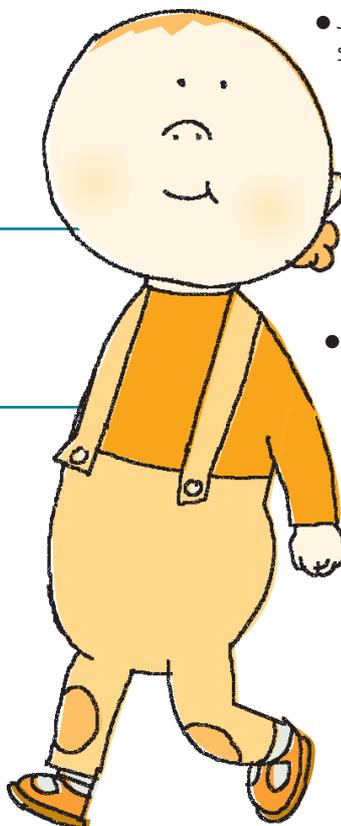
**Chutar
pelotas
ligeras.
También
lanzar con
las manos.**



**Caminar
hacia
adelante y
hacia
atrás.**

■ Movimientos de coordinación dinámica general.

- Es muy útil que gatee, como juego y como afianzamiento del *movimiento contralateral*.
- Realizar marcha hacia adelante.
- Realizar marcha hacia atrás.
- Caminar descalzo le permite una mejor *propiocepción plantar*.
- Comienza a correr. Un adulto puede ayudarle asiéndole de la mano. Es también recomendable que comience a practicar la carrera de forma libre, sin ayuda.
- Saltar a pies juntos con ayuda, cogido de las manos, de forma libre.
- Bajar escaleras poniendo los dos pies en el mismo peldaño.
- Trepár, subir por espalderas. Facilitarle situaciones en las que tenga la posibilidad de realizar actividades similares.
 - Jugar "al corro de la patata", o similares, con niños mayores y con adultos.
 - Hacer *braqueo* con ayuda, en anillas o escalera horizontal. Ayudarle si lo necesita para que realice el movimiento con éxito.
 - Subir escaleras con los dos pies en el mismo peldaño.
- Jugar con globos.
- Chutar balones y pelotas.
- Lanzar pelotas pequeñas.
- Realizar torres con cubos.
- Cogemos al niño de las manos y realizamos saltos con dos pies juntos, a la vez que cantamos una canción.



■ Manipulación.

- Continuamos con los movimientos del periodo anterior.
- Le proporcionamos materias moldeables, que no conlleven peligro de ingerir, para que las manipule.
- Hacemos bolitas de papel con él.
- Hacemos bolitas de pan con él.
- Metemos objetos pequeños en cajas de tamaño reducido.
- Es interesante además practicar juegos, como "los cinco lobitos", o "tortitas tortitas que viene papá", o similares.
- Poner pinturas y papel para que garabatee.



**Corremos
llevándole de la
mano.**

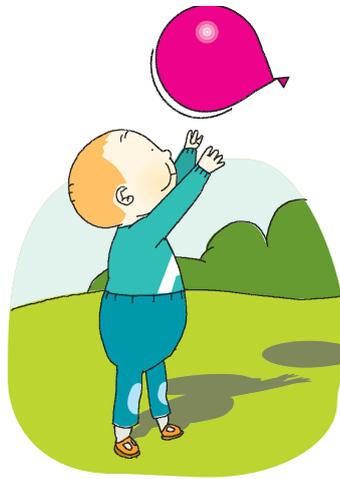
Valoración a los veintiún meses

La carrera es el componente motriz de más clara valoración de un niño de esta edad. Camina con seguridad. Cuando sube escaleras podrá hacerlo con pierna alterna. Podrá hacer rodar un balón por el suelo aplicándole un pequeño impulso. En cuanto a la acción manipulativa, la valoraremos en función de lo precisos que resulten para él los movimientos de doblar un papel, hacer torres de diez cubos y más, ensartar bolitas, etc. Valoraremos positivamente el hecho de que siga su proceso de gateo en algunos momentos. Estimamos positivo, en la valoración de la motricidad, y necesario, para su desarrollo neurológico y fisiológico, que gateen aquellos niños que no caminan o tengan alguna dificultad para ello.

Diccionario

Equilibrio dinámico. Control de la postura en cada fase del movimiento; ejemplo: al caminar, al girar, al saltar.

Equilibrio en bipedestación. La bipedestación es la forma natural de caminar de los seres humanos. El equilibrio en bipedestación es lo que consigue el niño entre los diez y los doce meses. Esto le permite progresar a la marcha, carrera, saltos y otros componentes de la motricidad.



De veintiuno a veinticuatro meses

Objetivos de veintiuno a veinticuatro meses

El niño de dos años debe tener una gran experiencia motriz. Esta experiencia le deberá capacitar para:

Caminar hacia atrás con seguridad. Podrá realizar cambios de dirección de manera suave.

Correr con continuidad. Debemos intentar que consiga, a ritmo muy suave, 20-25 segundos de carrera sin parar.

Manejar las hojas de libros sin doblarlas. Meter y sacar pequeños objetos (que no puedan dañarle) de cajas y meterlos en otras. Formar puzles.

Manejar pinturas cúbicas o de pastilla con trazados diversos.

Estos objetivos sólo son de interés cuando se consiguen como experiencias positivas. El logro de cualquier objetivo estará acompañado de refuerzos positivos. Ejemplo: "somos unos campeones"; "lo haces muy bien"; "nos hemos superado"; "eres un cielo", o cualquier otra expresión que reafirme o remarque sus logros.

Actividades de veintiuno a veinticuatro meses

■ Movimientos de estimulación de los órganos del equilibrio.

- Mantenemos los ejercicios del tramo anterior, pero intensificando el ritmo de su práctica.
- Caminar llevándole de la manos mientras le decimos que cierre los ojos.
- Los giros sobre el eje longitudinal los realiza por su propio impulso. Jugamos con él y participamos en la tarea.
- Bailamos llevándole en los hombros.
- Volteretas, con ayuda, en la cama o colchoneta.

■ La relajación.

Acariciar a nuestros niños es maravilloso, tanto para el desarrollo de su percepción como para potenciar la *socialización* con los que le rodean. Si hemos practicado en etapas anteriores el contacto de nuestras manos sobre su espalda, brazos y piernas, el niño estará habituado a ello y lo solicitará. En cualquier caso, lo solicite o no, son convenientes estos contactos relajantes en momentos de tensión nerviosa o cuando se muestre intranquilo. El contacto de nuestras manos con su espalda le da tranquilidad y le relaja.



**Jugamos
juntos con
un globo.**

■ Manipulación.

- Continuamos con los movimientos del periodo anterior.
- Utilizamos cubiertos en las comidas.
- Manipular materias moldeables, que no conlleven peligro de ingestión.
- Hacemos bolitas de papel con él.
- Hacemos bolitas de pan con él.
- Propiciar que meta objetos en cajas de reducido tamaño.
- Es interesante además practicar juegos como "al corro chirimbo", o similares.
- Proporcionarle pinturas y papel para que garabatee.

Las actividades manuales deben ser múltiples y ricas. La mano desarrolla el cerebro y el cerebro desarrolla la mano.

■ **Movimientos de coordinación dinámica general.**

- Practicar el gateo. Es una recomendación que se da desde los ocho meses, pero que mantiene su gran valor motriz.
- Realizar marcha adelante con cambios de pasos.
- Realizar marcha hacia atrás.
- Caminar descalzo le permite una mejor *propiocepción plantar*.



Carreras laterales cogido de la mano.

- Realizar juegos que le lleven a correr. Facilitar las condiciones para que él corra de forma voluntaria y sin obstáculos.
- Saltar a pies juntos, con ayuda, cogido de las manos, haciendo giros hacia izquierda y derecha.
- Bajar escaleras.
- Trepas, subir por espalderas. Darle la oportunidad de realizar actividades similares.
 - Jugar "al corro de la patata", o similar, con niños mayores y con adultos.
 - Hacer *braqueo* con ayuda, en anillas o escalera horizontal.
- Subir escaleras.
- Desplazamientos en lateral con ayudas.
- Jugar con globos.
- Chutar balones y pelotas.
- Lanzar pelotas pequeñas.
- Realizar torres con cubos.
- Practicar *salticado* a la vez que cantamos una canción.
- Jugar con globos y golpearlos, cogerlos, seguir su trayectoria.

Nadar es una actividad idónea en esta etapa.



Valoración a los veinticuatro meses

La carrera la consideramos básica para valorar su desarrollo motriz. El niño con veinticuatro meses corre y se detiene con cierta precisión. Tiene dificultad en los cambios de dirección. Desde los dieciocho meses, momento en el que comenzó a corretear, ha progresado en seguridad. Puede subir y bajar escaleras apoyado en la pared. Valoraremos positivamente su capacidad de mantenerse suspendido de una barra durante diez-veinte segundos. Esto nos demostraría una capacidad manual bien desarrollada y una disposición neuro-muscular suficiente para comenzar a braquear. No es muy frecuente suspender a los niños y niñas de esa edad de anillas o escaleras horizontales, pero ha quedado demostrado que los que han sido entrenados para esa función desarrollan su capacidad manual en un grado más alto.

Cómo organizar los diferentes momentos de trabajo en el segundo año

Debemos aprovechar la espontaneidad de los niños y su naturalidad para hacer movimientos, pero creemos que la propuesta y el compromiso como padres y educadores es de gran importancia. Por eso creemos conveniente aplicar dos sesiones diarias con una duración de diez minutos cada sesión.

1: ejercicios para el desarrollo de su sistema vestibular.

- Cogerle en brazos y girar con él a izquierda y derecha.
- Cogerle por su tórax y ponerle encima de nuestra cabeza. Lanzarlo hacia arriba y cogerle al bajar (todos los padres hacen este ejercicio alguna vez y los niños siempre piden más).
- Hacerle giros sobre el eje longitudinal, como una croqueta. En un suelo que sea blando, cálido y limpio.
- Hacerle volteretas, con ayuda, sobre el eje transversal.
- Con nuestras manos le cogemos de sus brazos por encima de los codos. Girarle en movimiento similar al de una noria.
- Correr con él llevándole a hombros.
- Ponerlo encima de una manta o tela fuerte. Desplazarlo por el suelo en carrera y con giros, procurando que la fuerza centrífuga no le saque de la manta.

2: ejercicios para el desarrollo de la coordinación motriz.

- Reptar por debajo de sillas, por debajo de vallas, etc.
- Gatear por el pasillo de casa o por suelos limpios. Es importante practicar con él.
- Caminar por la sala, pasillo, jardín, pasear en la calle, etc.
- Caminar por pequeños desniveles cogido de la mano.
- Trepas por una espaldera.
- Sería interesante hacer natación si el niño no tiene dificultad para el desenvolvimiento en el agua.
- En todo momento hay que facilitarle la manipulación de objetos que le ayuden a activar su motricidad manual.