



Ages 18-30 Months

For more information regarding Kidango's closures visit www.kidango.org

For more learning resources visit: www.kidango.org/kidango-at-home

Para más información sobre el cierre de Kidango visite www.kidango.org

Para más recursos de aprendizaje visite: www.kidango.org/kidango-at-home



We would love to hear from you!

Please take a moment to complete a survey on this Kidango@Home learning kit!



ASQ Activities

HELP YOUR CHILD LEARN AND GROW!

Try these fun and easy activities with your 18-month-old—a great way to have fun together and encourage your child's healthy development.

AGE
18
MONTHS

Pretend play becomes even more fun at this age. Encourage your toddler to have a doll or stuffed toy do what he does—walk, go to bed, dance, eat, and jump. Include the doll in daily activities or games.

Toddlers love movement. Take him to the park to ride on rocking toys, swings, and small slides. You may want to hold your toddler in your lap on the swing and on the slide at first.

Put favorite toys in a laundry basket slightly out of reach of your toddler or in a clear container with a tight lid. Wait for your toddler to request the objects; giving her a reason to communicate. Respond to her requests.

Sing action songs together such as "Ring Around the Rosy," "Itsy-Bitsy Spider," and "This Is the Way We Wash Our Hands." Do actions together. Move with the rhythm. Wait for your toddler to anticipate the action.

Toddlers will begin putting objects together. Simple puzzles (separate pieces) with knobs are great. Putting keys into locks and letters into mailbox slots is fun, too.

Your toddler may become interested in "art activities." Use large nontoxic crayons and a large pad of paper. Felt-tip markers are more exciting with their bright colors. Let your toddler scribble his own picture as you make one.

Fill a plastic tub with cornmeal or oatmeal. Put in kitchen spoons, strainers, measuring cups, funnels, or plastic containers. Toddlers can fill, dump, pour, and learn about textures and use of objects as tools. Tasting won't be harmful.

Play the "What's that?" game by pointing to clothing, toys, body parts, objects, or pictures and asking your toddler to name them. If your toddler doesn't respond, name it for him and encourage imitation of the words.



Actividades



AGE
18
MESES

¡AYÚDELE A SU BEBÉ A APRENDER Y A CRECER!

Haga estas divertidas y sencillas actividades con su hijo/a de dos meses—es una excelente manera de fomentar un desarrollo sano y de divertirse juntos a la vez.

El juego de "imaginemos" se hace aún más divertido en esta etapa. Motive a su niño a que use un animal o muñeco de peluche para actuar las actividades que el niño hace diariamente, por ejemplo: caminar, ir a la cama, bailar, comer, y saltar. Incluya al muñeco en las actividades o juegos diarios.

A los niños pequeños les fascina moverse. Llévelo al parque para que se suba a los columpios, a las resbaladillas pequeñas o al bimbalete. Mientras el niño aprende cómo equilibrarse en estos juegos, usted puede sostenerlo entre sus piernas.

Ponga los juguetes favoritos de su niño en un cesto de ropa para lavar que esté ligeramente fuera de su alcance o en un recipiente transparente con una tapa ajustada. Espere a que su niño le pida los objetos con el fin de estimularlo a que se comunique.

Responda a lo que le pida.

Los niños pequeños empezarán a tratar de ensamblar un objeto con otro. Los rompecabezas sencillos para niños (que tienen pequeñas perillas al centro de la pieza para sacarla con facilidad de su lugar) son excelentes. Otros juegos de este tipo son meter llaves en cerraduras y poner cartas en el buzón de correo.

Canten canciones en las que se usan algunas partes del cuerpo para actuar la canción tales como "Witzi, bitzi araña (La araña pequeña)" o "El patito chiquito". Canten la canción juntas, muévanse al ritmo y hagan las acciones de la canción. Espere a que su niña anticipé la acción.

Juegue al juego de "¿Qué es eso?" señalando con la mano ropa, juguetes, partes del cuerpo, objetos, o fotografías y pidiendo a su niña que nombre lo que usted señala. Si su niña no responde, nombre usted los objetos y motívela a imitar las palabras.

Llene una tina de plástico con harina de maíz o con avena. También ponga, dentro de ésta, cucharas, coladeras, embudos, o tazas de plástico. Los niños podrán llenar los utensilios con la harina o la avena y después vaciarlos. De esta manera aprenderán cómo darles función de herramientas a diferentes objetos y también aprenderán sobre texturas. Además podrán probar la harina o la avena sin ningún riesgo a la salud.

Su niña pequeña podría estar interesada en "actividades artísticas." Dibuje con ella utilizando crayones grandes que no sean tóxicos y un cuaderno grande. Deje que su niña haga su propio dibujo, mientras que usted hace otro. También puede utilizar marcadores con punta de fieltro ya que tienen colores brillantes que pueden ser más interesantes.





ASQ Activities

AGE
2

HELP YOUR CHILD LEARN AND GROW!

Try these fun and easy activities with your 2-year-old—a great way to have fun together and encourage your child's healthy development.

Action is an important part of a child's life. Play a game with a ball where you **give directions** and your child does the actions, such as "Roll the ball." Kick, throw, push, bounce, and catch are other good actions. Take turns giving the directions.

Children can find endless uses for **boxes**. A box big enough for your child to fit in can become a car. An appliance box with holes cut for windows and a door can become your child's playhouse. Decorating the boxes with crayons, markers, or paints can be a fun activity to do together.

Take time to **draw** with your child when she wants to get out paper and crayons. Draw large shapes and let your child color them in. Take turns.

Play "**Follow the Leader.**" Walk on tiptoes, walk backward, and walk slow or fast with big steps and little steps.

Enhance listening skills by playing both slow and fast music. Songs with speed changes are great. Show your child how to move fast or slow with the **music**.

Children at this age love to **pretend** and really enjoy it when you can pretend with them. Pretend you are different animals, like a dog or cat. Make animal sounds and actions. Let your child be the pet owner who pets and feeds you.

Add actions to your child's favorite **nursery rhymes**. Easy action rhymes include "Here We Go 'Round the Mulberry Bush," "Jack Be Nimble," "This Is the Way We Wash Our Clothes," "Ring Around the Rosy," and "London Bridge."



Actividades



DOS
AÑOS
DE EDAD

¡AYÚDELE A SU HIJO A APRENDER Y A CRECER!

Haga estas divertidas y sencillas actividades con su hijo/a de dos años—es una excelente manera de fomentar un desarrollo sano y de divertirse juntos a la vez.

Las actividades corporales son una parte importante de la vida de los niños/as. Usted puede crear un juego usando una pelota, **dándole instrucciones** a su niña para que haga una serie de acciones, tales como "rodar la pelota." Pateárla, rebotarla, empujarla, lanzarla y agarrarla. Túrnense a la hora de dar instrucciones.

Las cajas tienen infinidad de usos para los niños/as. Una caja que sea lo suficientemente grande para que su niño se meta puede convertirse en un automóvil. A una caja de algún electrodoméstico se le puede cortar aperturas para hacer ventanas y una puerta y así crear una casita de juegos. Una actividad divertida para ambos puede ser decorar las cajas con lápices de colores, marcadores, o pintura.

Dibuje con su niña cuando ella quiera sacar papel y crayones. Dibuje formas grandes y deje que su niña las coloree. Tomen turnos para dibujar.

Juegue a "**Seguir al líder**" con su niño. Haga que él copie lo que usted hace: Camine de puntitas, hacia atrás, despacio o rápido, dé pasos grandes y pasos pequeños.

Escuche música de ritmo lento y de ritmo rápido con su niña para ayudarle a desarrollar sus habilidades auditivas. Las canciones con una variedad de ritmos son excelentes. Enséñele a su niña cómo moverse de manera rápida o lenta al son de la música.

A los niños les fascina jugar a **imaginarse que son otras personas o cosas** a esta edad y lo disfrutan aún más cuando usted lo hace con ellos. Juegue con su niño a ser distintos animales, como un perro o un gato. Haga los sonidos y movimientos de los animales. Haga como que usted es una mascota y deje que su niño sea su dueño y que la acaricie y la alimente.

Añada acciones a las **canciones infantiles favoritas** de su niña. Algunas canciones sencillas para esta edad incluyen "Pin Pón", "Un elefante se balanceaba" o "Era un gato grande". Puede encontrar más canciones infantiles en el sitio Internet www.guiainfantil.com.





ASQ Activities

HELP YOUR CHILD LEARN AND GROW!

Try these fun and easy activities with your 30-month-old—a great way to have fun together and encourage your child's healthy development.

AGE
30
MONTHS

Tell or read a familiar story and pause frequently to leave out a word, asking your child to "fill it in." For example, Little Red Riding Hood said, "Grandmother, what big _____ you have."

Have your child help you set the table. First, have your child place the plates, then cups, and then napkins. By placing one at each place, he will learn one-to-one correspondence. Show your child where the utensils should be placed.

Trace around simple objects with your child. Use cups of different sizes, blocks, or your child's and your hands. Using felt-tip markers or crayons of different colors makes it even more fun.

Help your child learn new words to describe objects in everyday conversations. Describe by color, size, and shape (the blue cup, the big ball). Also, describe how things move (a car goes fast, a turtle moves slowly) and how they feel (ice cream is cold, soup is hot).

Put an old blanket over a table to make a tent or house. Pack a "picnic" sack for your camper. Have your child take along a pillow on the "camp out" for a nap. Flashlights are especially fun.

Give a cup to your child. Use bits of cereal or fruit and place one in your child's cup ("one for you") and one in your cup ("one for me"). Take turns. Dump out your child's cup and help count the pieces. This is good practice for early math skills.

To improve coordination and balance, show your child the "bear walk" by walking on hands and feet, keeping the legs and arms straight. Try the "rabbit hop" by crouching down and then jumping forward.

Cut pictures out of magazines to make two groups such as dogs, food, toys, or clothes. Have two boxes ready and put a picture of a dog in one and of food in the other. Have your child put additional pictures in the right box, helping her learn about categories.



Actividades



AGE
30
MESES

¡AYÚDELE A SU BEBÉ A APRENDER Y A CRECER!

Haga estas divertidas y sencillas actividades con su hijo/a de dos meses—es una excelente manera de fomentar un desarrollo sano y de divertirse juntos a la vez.

Cuéntele o léale una historia que le resulte familiar a su niño y haga frecuentes pausas para dejar fuera una palabra, pidiéndole a su niño que se la diga. Por ejemplo, Caperucita Roja dijo "Abuelita, qué _____ más grandes tienes".

Pídale a su niña que le ayude a poner la mesa. Primero, pídale que coloque los platos, luego las tazas, y después las servilletas al lado de cada plato. Esta actividad le permitirá a su niña aprender la correspondencia individual entre las cosas. Enséñele dónde se deben colocar los utensilios.

Trace objetos sencillos con lápiz y papel. Se pueden usar tazas de diferentes tamaños, cubos, sus propias manos y las manos de su niño. También pueden usar marcadores de punta de fieltro o crayones de colores para hacer los trazos.

Ayude a su niña a aprender nuevas palabras para describir objetos en las conversaciones cotidianas. Describa los colores, tamaños, y formas de los objetos (la taza azul, la pelota grande). Describa también cómo se mueven las cosas (los autos van rápido, la tortuga se mueve lentamente) y la sensación que producen (el helado es frío, la sopa está caliente).

Coloque una manta vieja sobre una mesa para hacer una tienda de campaña o una casa. Déle una bolsa con comida a su niña para hacer un "picnic". Pídale a su niña que ponga una almohada dentro de la casita para jugar a "acampar" y tomar una siesta. También le puede dar una linterna; éstas son muy divertidas para los niños.

Déle una taza a su niño y tome otra usted. Después ponga un trocito de fruta o cereal en la taza de su niño y dígale "uno para tí" y ponga otro en su taza y diga "uno para mí". Sigan poniendo los trocitos, tomando turnos. Vacíe la taza de su niño y ayúdale a contar sus trocitos. Esta es una buena práctica para empezar a desarrollar las aptitudes matemáticas del niño.

Para mejorar la coordinación y el equilibrio, muestre a su niña "cómo caminan los osos" caminando en cuatro patas con las manos y los pies, asegurándose de mantener rectos los brazos y las piernas. Imité el "salto del conejo" agachándose y saltando hacia adelante.

Corte fotos de revistas y clasifíquelas en dos grupos, por ejemplo: grupos de perros, de comida, de juguetes, o de prendas de vestir. Tenga dos cajas listas y ponga una fotografía de un perro en una y una fotografía de comida en la otra. Haga que su niña ponga fotografías adicionales en la caja correspondiente, ayudándole así a aprender cosas sobre categorías.



IT'S NEVER TOO EARLY TO HELP YOUR CHILD LEARN — TALK, READ, AND SING TOGETHER EVERY DAY!



Learn more about your baby by watching for developmental milestones. Smiling, cooing, and babbling are just a few. Your baby will show you many more milestones in how he plays, learns, speaks, acts, and moves! Look for your child's milestones regularly and share his progress with the doctor at every well-child visit.

BIRTH TO 2 MONTHS

TIP: Respond to your baby's first smiles, gurgles, and coos — she's talking to you and wants you to talk, too!



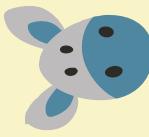
4 MONTHS

- Begins to babble
- Babbles with expression and copies sounds he hears



6 MONTHS

- Responds to sounds by making sounds
- Responds to own name
- Begins to say consonant sounds [jabbering with "m," "b"]



TIP: Hold and talk to your baby; smile and be cheerful while you do.

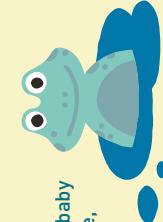
9 MONTHS

- Understands "no."
- Makes many different sounds like "mama-mama," and "babababa-baba."
- Understands a lot of different words like "mammal," "mammal," "mammal," "mammal."



12 MONTHS

- Uses simple gestures, like shaking head "no" or waving "bye-bye"
- Tries to say words you say



TIP: Read books to your baby every day. Praise him when he babbles and "reads" too.

18 MONTHS

- Says several single words
- Points to show someone what he wants

TIP: When you read with your child, have her turn the pages. Take turns labeling pictures with your child.

- Points to things with 2 to 4 words when named
- Follows simple instructions with 2 to 4 steps
- Says sentences with 2 to 4 words
- Points to pictures of simple objects with 2 to 4 steps

2 YEARS

3 YEARS

- Follows instructions with 2 or 3 steps
- Talks well enough for strangers to understand most of the time
- Carries on a conversation using 2 to 3 sentences

4 YEARS

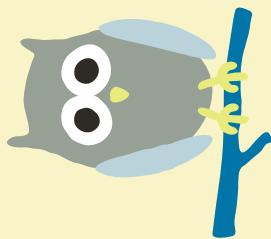
- Tells stories
- Can say first and last name
- Knows some basic rules of grammar, such as correctly using "he" or "she"

5 YEARS

- Speaks very clearly
- Says name and address
- Uses future tense; for example, "Grandma will be here."

**YOU CAN HELP YOUR CHILD'S LANGUAGE SKILLS BY TALKING, READING,
AND SINGING WITH HIM OR HER EVERY DAY. IT'S EASY TO DO AND CAN
MAKE A BIG DIFFERENCE IN HOW YOUR CHILD LEARNS AND GROWS!**

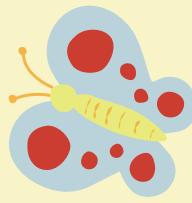
**IT'S NEVER TOO EARLY TO START TALKING,
READING, AND SINGING WITH YOUR BABY.**



**TALKING BACK AND FORTH WITH YOUR BABY
BY RESPONDING TO HER SMILES, COOS, AND
BABBLING HELPS YOUR BABY LEARN LANGUAGE.**



**LEARNING LANGUAGE HELPS YOUR BABY
LEARN LOTS OF OTHER IMPORTANT SKILLS.**



Go to cdc.gov/ActEarly to find:

- Free [milestone checklists](#) to help you learn more about how your baby is developing
- Tips for [How to Help Your Child](#) and [How to Talk with the Doctor](#) if you ever become concerned about your baby's development
- A free children's book, [Amazing Me: It's Busy Being 3!](#), for order or download
- More of the [Too Small to Fail Talking is Teaching Materials](#)



If you are ever worried about your child's development, don't wait! Acting early can make a big difference. Remember, you know your child best. Talk with your child's doctor if you have concerns. Get tips to help you prepare at [cdc.gov/Concerned](#).



INHABLEN, LEAN Y CANTEN JUNTOS EN SU LENGUA MATERNA TODOS LOS DÍAS!



Aprenda más sobre su bebé, para que pueda estar al tanto de su desarrollo. Sonreír, gorjeo y balbucear son solo algunos de los indicadores. ¡Su bebé le mostrará mucho más por la forma en que juega, aprende, habla, actúa y se mueve! Esté pendiente de los indicadores del desarrollo de su hijo de forma regular y comuníquese con su médico en cada consulta de rutina.

DEL NACIMIENTO A LOS 2 MESES DE EDAD

CONSEJO: Responda a las primeras sonrisas, balbuceos y arrullitos de su bebé. ¡Le está hablando y quiere que usted también le hable!



4 MESES

- Empieza a balbucear.
- Balbucea con expresión y copia los sonidos que escucha.



6 MESES

- Responde cuando oye su nombre.
- Reacciona a los sonidos con sus propios sonidos.
- Comienza a hacer sonidos con las consonantes (como la "m" o la "b" repetidamente).



9 MESES

- Entiende lo que dice "no".
- Produce "mamamama" y "bababababa".
- Produce "mamá" y "papá".
- Como



12 MESES

12 MESES

- Usa gestos simples, mueve la cabeza de lado a lado para decir "no" o dice adiós con la mano.
- Trata de repetir las palabras que usted dice.



18 MESES

18 MESES

- Puede decir varias palabras.
- Señala para mostrar lo que quiere.



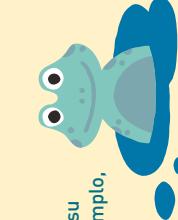
2 AÑOS

- Señala cosas o imágenes que sabe nombrar.
- Sigue instrucciones sencillas.
- Dice frases de 2 a 4 palabras.
- Dice frases o imágenes que sabe pronunciar.



3 AÑOS

- Sigue instrucciones de 2 o 3 pasos.
- Casi siempre habla lo suficientemente bien para que otras personas puedan entender lo que dice.
- Puede conversar usando 2 o 3 frases.



4 AÑOS

- Cuenta historias.
- Puede decir su nombre y apellido.
- Sabe algunas reglas básicas de gramática, como el uso correcto de "él" y "ella".



5 AÑOS

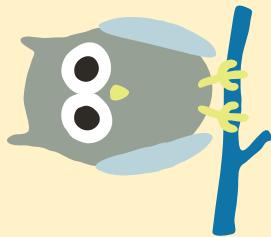
- Habla con mucha claridad.
- Dice su nombre y dirección.
- Usa el tiempo futuro; por ejemplo, "la abuelita va a venir aquí".

USTED PUEDE AYUDAR A QUE SU HIJO DESARROLLE HABILIDADES DEL LENGUAJE AL HABLAR, LEER Y CANTAR JUNTOS EN SU LENGUA MATERNA TODOS LOS DÍAS. ¡ESTO ES FÁCIL DE HACER Y PUEDE TENER UN GRAN EFECTO EN LA FORMA EN QUE SU HIJO APRENDE Y CRECE!

Visite cdc.gov/Pronto para encontrar:

- **Indicadores del desarrollo** gratuitos para ayudarle a aprender más sobre cómo su bebé se está desarrollando.
- Consejos sobre cómo ayudar a su hijo y cómo hablar con el médico si alguna vez siente preocupación por el desarrollo de su bebé.
- Un libro para niños: **Soy maravilloso**, que puede solicitar o descargar gratuitamente.
- Más información sobre los materiales de la campaña: **Pequeños y valiosos y Hablar es enseñar.**

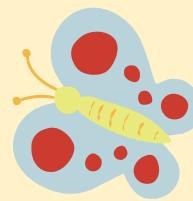
NUNCA ES DEMASIADO TEMPRANO PARA EMPEZAR A HABLAR, LEER Y CANTAR CON SU BEBÉ EN SU LENGUA MATERNA.



TENER CONVERSACIONES CON SU BEBÉ, RESPONDER A SUS SONRISAS, ARRULLOS Y BALBUCEOS, LO AYUDA A APRENDER EL LENGUAJE.



APRENDER EL LENGUAJE AYUDA A QUE SU BEBÉ APRENDA MUCHAS OTRAS HABILIDADES IMPORTANTES.



Recuerde que cada niño se desarrolla a su propio ritmo, pero si alguna vez está preocupado por el desarrollo de su hijo, no espere! Actuar pronto puede hacer una gran diferencia. Usted conoce a su hijo mejor que nadie. Hable con el médico de su hijo si algo le preocupa. Obtenga consejos para ayudarle a prepararse en cdc.gov/Preocupado.



**PEQUEÑOS
y VALIOSOS**





Activities

FUN & EASY SOCIAL-EMOTIONAL ACTIVITIES

Try these activities with your 18-month-old—a great way to have fun together and support your child's social-emotional development.

AGE
18
MONTHS

Your toddler likes to have a regular daily routine. Talk to him about what you are doing now and what will be happening next. Give him time to be active and time to be quiet.

Have a pretend party with stuffed animals or dolls.
You can cut out little "presents" from a magazine, make a pretend cake, and sing the birthday song.

Your toddler needs a lot of time to move around and exercise. Go for a walk, visit a playground, or take a trip to a shopping mall.

Dance with your toddler.
Make a simple instrument out of a large plastic food tub (for a drum) or a small plastic container filled with beans or rice (for a shaker).

Your toddler will love to help with daily tasks. Give her simple "jobs" to do and let her know what a big girl she is. She can wipe off a table, put her toys away, or help sweep up.

Set up playtimes with other children. Your child doesn't understand how to share yet, so make sure there are plenty of toys. Stay close by and help him learn how to play with other children.

Help your child learn about emotions.
Make happy faces, sad faces, mad faces, and silly faces in front of a mirror. This is fun!

Storytimes, especially before naptime and bedtime, are a great way to settle down before sleep. Let your child choose books to read and help turn pages. Help him name what he sees.



Actividades



AGE
18
MESES

¡AYÚDELE A SU BEBÉ A APRENDER Y A CRECER!

Haga estas divertidas y sencillas actividades con su hijo/a de dieciocho meses—es una excelente manera de fomentar un desarrollo sano y de divertirse juntos a la vez.

A su niño le gustará tener una rutina diaria predecible. Hable con él acerca de lo que están haciendo en ese momento y de lo que vendrá después. Dele tiempo de estar activo y también de tener momentos tranquilos.

Organicen una "fiesta" para las muñecas o animales de peluche. Puede recortar fotos de cajas de regalo de una revista, preparar un "pastel" de mentira y cantar la canción de Feliz Cumpleaños o Las Mañanitas.

Su niño querrá tener mucho tiempo y libertad para moverse y estar activo. Llévelo a dar un paseo, al parque o al centro comercial.

Baile con su niña. Haga un tambor sencillo con un recipiente grande de plástico o haga unas maracas con un envase pequeño lleno de frijoles o arroz.

A su niña le encantará ayudar con los que haces domésticos. Dele tareas sencillas y dígale que parece una niña muy grande. Puede limpiar la mesa, guardar sus juguetes o ayudar a barrer.

Reúnase con otras familias para que los niños puedan jugar juntos. Su hijo todavía no sabrá compartir, por lo tanto debe asegurarse de tener suficientes juguetes disponibles. Quédese cerca de él y ayúdelo a aprender a jugar con otros niños.

Ayude a su niño a reconocer las emociones. Frente a un espejo haga caras alegres o tristes, caras enojadas o caras tontas. ¡Es muy divertido!

Leer con su niño, especialmente antes de la siesta o de la hora de dormir, es una excelente actividad para calmarlo y prepararlo para que se duerma. Deje que él escoja el libro. Ayúdelo a darle vuelta a las páginas y a nombrar lo que ve en las ilustraciones.





Activities

AGE
2

FUN & EASY SOCIAL-EMOTIONAL ACTIVITIES

Try these activities with your 2-year-old—a great way to have fun together and support your child's social-emotional development.

Play Parade or Follow the Leader with your toddler. Your child will love to copy you—and be the leader!

Try to have set routines during the day, and let your child know what will be happening next. Say, "Remember, after we brush your hair, we get dressed."

Have a special reading time every day with your toddler. Snuggle up and get close. Before bedtime or naptime is a great time to read together.

Give your toddler choices, but keep them simple. Let her choose a red or a blue shirt while dressing. Let her choose milk or juice at lunch.

Encourage your child to pretend play. Put a few small chairs in a row to make a "bus." Cut up some paper "money" to pay the driver. Ask, "Where will we go today?"

Teach your child simple songs and finger plays, such as "The Itsy-Bitsy Spider."

Your toddler is learning all about emotions. Help him label his feelings when he is mad, sad, happy, or silly. Say, "You are really happy" or "You seem really mad."

Get down on the floor and play with your child. Try to follow your child's lead by playing with toys he chooses and trying his ideas.



Actividades



ACTIVIDADES SENCILLAS Y DIVERTIDAS PARA EL DESARROLLO SOCIO-EMOCIONAL.

Haga estas divertidas y sencillas actividades con su hijo/a de dos años—es una excelente manera de fomentar un desarrollo socio-emocional sano y de divertirse juntos a la vez.

DOS
AÑOS
DE EDAD

Juegue al "desfile" o a "Sigan al líder" con su niño. A su niño le encantará imitarla/lo— ¡y también le gustará ser el líder cuando sea su turno!

Intente tener rutinas predecibles durante el día, y dígale a su niño la actividad que viene enseguida. Dígale: "Recuerda que después de cepillarte el pelo, debes ponerte la ropa y yo te voy a ayudar".

Establezca la costumbre de leer con su niño todos los días. Acurrúquense. Los mejores momentos para leer son antes de acostarse o antes de la siesta.

Dele opciones a su niña, pero asegúrese de que sean sencillas. Por ejemplo, deje que escoja entre ponerse una camisa roja o una azul, o que decida entre tomar leche o jugo con el almuerzo.

Motive a su niña a jugar juegos que usen su imaginación. Coloque unas sillas en fila para hacer un "autobús". Recorte trozos de papel de colores para hacer "dinero" para pagarle al chofer. Dígale: "¿A dónde vamos hoy?"

Enséñele a su niña canciones sencillas como "Witsi, witsi araña". Enséñele los movimientos que se hacen con las manos al cantar estas canciones.

Su niña está aprendiendo a reconocer sus emociones. Ayúdale a decir lo que siente cuando está enojada, triste, contenta o graciosa. Dígale: "Te ves muy contenta." o "Parece que estás muy enojada".

Siéntese en el suelo a jugar con su niño. Deje que él escoja los juguetes y que dirija el juego. Tome en cuenta las ideas de su niño para jugar.





Activities

FUN & EASY SOCIAL-EMOTIONAL ACTIVITIES

Try these activities with your 30-month-old—a great way to have fun together and support your child's social-emotional development.

AGE
30
MONTHS

Give your child directions that have two steps. Say, "Put all of the LEGOs in the box, and then put the box in the closet." Let him know what a big help he is!

Make a "Me Book" with your child.

Take some pieces of paper and glue in pictures of your child, family members, pets, or other special things. Tape or staple the pages together.

Let your child help when you are cooking and cleaning.* She can do things such as helping to stir, putting flour in a cup, or putting away spoons and forks in the drawer.

*Be sure to review safety guidelines with your health care provider.

Let your child do more things for himself. He can put on his shoes and coat when you go out. Make sure you give him plenty of time to work on these new skills. Say, "What a big boy!"

Your child loves to imitate you.

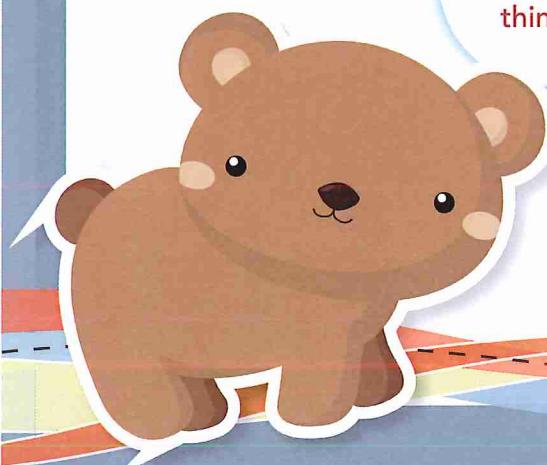
Try new words, animal sounds, and noises, and see if your child can imitate what you say or how you sound.

Encourage creative play, such as drawing with crayons, painting, and playing with playdough. Playing with chalk on the sidewalk is fun.

Play with your child and help her learn how to share. Show her how to share and praise her when she shares with you. This is a new thing for her, so do not expect too much at this age.

Invite a friend with a child over for a playdate. Keep it short, such as 1 or 2 hours. Have some playtime with enough toys for two, snack time, and some outdoor play.

Say, "That was fun! See you next time."



Actividades



AGE
30
MESES

¡AYÚDELE A SU BEBÉ A APRENDER Y A CRECER!

Haga estas divertidas y sencillas actividades con su hijo/a de treinta meses—es una excelente manera de fomentar un desarrollo sano y de divertirse juntos a la vez.

Dele a su niño instrucciones que tengan dos pasos, por ejemplo: "Pon todos los legos en la caja y luego guarda la caja en el clóset". Dígale que es muy buen ayudante.

Construya un "libro personal" con su hijo. Tome unas hojas de papel y pegue fotos de él, de miembros de la familia, de mascotas o de otras cosas que le gusten. Una las páginas con grapas o cinta adhesiva.

Cuando esté cocinando o limpiando la casa, deje que su niña le ayude.* Puede hacer cosas como ayudar a revolver la comida, poner harina en una taza, o guardar las cucharas y tenedores en el cajón.

Deje que su niño haga más cosas por sí mismo conforme vaya creciendo. Deje que se ponga los zapatos y el abrigo sin ayuda cuando salgan a la calle. Procure darle suficiente tiempo de practicar estas nuevas habilidades. Dígale: "¡Qué niño más grande!"

A su niño le encantará imitarlo/la. Dígale nuevas palabras o haga sonidos de animales o ruidos diferentes para ver si su niño puede repetir lo que usted dice o imitar los sonidos.

Motive a su niña a jugar de manera creativa, ya sea dibujando con crayolas, pintando o jugando con plastilina. Dibujar sobre la acera con gises de muchos colores es muy divertido.

Juegue con su niño y ayúdelo a aprender a compartir. Comparta las cosas con él y elógielo cuando él comparte las cosas con usted. Esta es una nueva habilidad para su niño, por lo tanto, no debe esperar mucho de él a esta edad.

Invite a un amigo de su niño a la casa para que jueguen. La visita puede ser corta—1 o 2 horas bastarán. Asegúrese de tener suficientes juguetes para los dos y deles tiempo de jugar. Después deles algo para comer y un tiempito para jugar afuera en el jardín. Dígales: "¡Qué bien lo pasamos! ¡Nos vemos la próxima vez!"





TALK, READ AND SING TOGETHER EVERY DAY!

TIPS FOR FAMILIES

When you talk, read and sing with your child – even before they can use words – you’re helping them learn. And making them happier too! Research shows that talking, reading and singing with your child every day from birth helps build their brains as well as important language, math, reading and social skills for use in school and beyond. Talk, read and sing with your child in the language you are most comfortable using.

You probably naturally talk to your baby about the events of the day. Keep doing it, and do it more! The more words and conversations you share together, the better prepared they will be to learn. You are your baby's first teacher!

For children with disabilities or delays, communicate with your service providers and keep each other informed about the strategies you are using to enhance their language environment.

TIPS FOR INFANTS

TALK

- Your touch and voice help your baby learn. Listen to the fun sounds your baby makes and repeat them. When they coo, coo back. Hold their hand gently and when they smile, smile back. Your loving touch combined with this back-and-forth “baby language” are the first steps in talking.
- Everywhere you go, talk about what you see and what your baby is looking at: “Wow, I see the four dogs, too!” “I love that red truck you’re playing with. It goes beep beep!”
- Play “Peek-a-boo” while getting your baby dressed. Ask, “Where’s (baby’s name)?” when you pull a shirt over your baby’s head. Then say, “There you are!”
- As you feed your baby, use words to describe what foods taste, feel, and look like. “This yogurt is smooth.” “That yellow banana is sweet!”
- Looking into your baby’s eyes, holding your baby’s hand, and talking to your baby in a high voice are all ways that you can help your child grow up to be a confident, loving adult.

READ

- Read a book or tell a story to your baby every day – in whatever language you feel most comfortable – beginning at birth.
- Cuddle with your baby as you share a book. It doesn’t matter how young your child is; even newborn babies are learning when their parents read with them.
- Point to the book’s pictures: “Look, the train goes choo-choo!” Using words to describe what you see builds language.

SING

- Hold your baby close during bedtime and sing a favorite song again and again. Singing the same song can help your baby feel calm and safe.
- Sing silly songs about your day to help get your baby’s attention during diaper changing.
- Your baby loves to hear your voice even if you think you can’t sing! The sound of your voice is comforting to your baby.

TIPS FOR TODDLERS

TALK

- Everywhere you go, talk about what you see. A stop sign, a traffic light, or a tree might seem boring to you, but it's a whole new world to your child, so teach them about it!
- Young children learn best during playful, everyday activities. Play "I-Spy" in the grocery store together. Choose a color and encourage your child to point out objects that match the color.
- Try some early math activities: point out shapes on your child's plate or around the kitchen. Ask your child, "How many sides does a square have?" "How about a triangle?"
- Play games during bath time to help your child learn new words. Take turns dropping toys in the water. Say, "Watch it sink!" or "It floats!"

READ

- You can inspire a love of books and words in your young child by reading or telling a story together every day.
- Point to the pictures, letters, and numbers in books. Ask open-ended questions as you share the book together. "What do you see? How does he feel? What would you do if you were her? What's your favorite page?"
- Let your child turn the book's pages. It's OK if they skip pages, or like a few pages better than others. You just want your child to get used to touching books.

SING

- Sing during everyday activities like driving in the car, or during bath time. It can be repetitive and simple, like "Wash your toes, wash your nose!"
- Singing songs that have basic counting or rhyming patterns also helps children learn basic math skills. "One, two, buckle my shoe. Three, four, open the door."
- Your toddler loves to get positive attention from you. Singing is a great way for you and your toddler to share an activity together.



You can find more tips like these—as well as videos, information, and more—on Too Small to Fail's website, www.talkingisteaching.org.

Every child develops at his or her own pace, but if you are ever worried about your child's development, don't wait! Acting early can make a big difference. Remember, you know your child best. Talk with your child's doctor if you have concerns. Get tips to help you prepare at cdc.gov/Concerned.

For more information on developmental and behavioral screening, visit [Birth to Five: Watch Me Thrive!](#)





HABLEN, LEAN Y CANTEN JUNTOS TODOS LOS DÍAS!

CONSEJOS PARA LAS FAMILIAS

Cuando usted habla, lee y canta con su hijo, incluso antes de que ellos puedan usar palabras, les está ayudando a aprender. ¡Y los hace más feliz también! Las investigaciones muestran que hablar, leer y cantar con su hijo todos los días desde el nacimiento ayuda a construir sus cerebros, así como a desarrollar importantes habilidades sociales, de lenguaje, matemáticas y lectura que utilizarán en la escuela y después. Hable, lea y cante con su hijo en el idioma con el que usted se sienta más cómodo de usar.

Probablemente usted le hable naturalmente a su bebé acerca de los acontecimientos del día. Siga haciéndolo, ¡y hágalo más! Cuantas más palabras y conversaciones ustedes comparten, mejor preparados estarán ellos para aprender. ¡Usted es el primer maestro de su bebé!

Para los niños con discapacidades o retrasos, comuníquese con sus proveedores de servicios y manténganse mutuamente informados acerca de las estrategias que usted está utilizando para mejorar su entorno de lenguaje.

CONSEJOS PARA BEBÉS

HABLE

- Su tacto y voz ayudan al bebé a aprender. Escuche los divertidos sonidos que hace su bebé y repítalos. Cuando le dice "cu", respóndale "cu". Sostenga su mano suavemente y cuando sonría, devuélvole la sonrisa. Su toque de amor combinado con este "lenguaje de bebé" recíproco son los primeros pasos para hablar.
- Donde quiera que vaya, hable de lo que usted ve y de lo que su bebé está mirando: "¡Vaya, yo también veo los cuatro perros!" "¡Me encanta ese camión rojo con el que estás jugando. Hace bip, bip!"
- Juegue a "¿dónde está el bebé?" mientras viste a su bebé. Pregunte: "¿Dónde está (nombre del bebé)?" mientras pasa la camisa sobre la cabeza de su bebé. Luego diga: "¡Ahí estás!"
- Mientras alimenta a su bebé, use palabras para describir el sabor, la textura y el aspecto de los alimentos. "Este yogur es suave." "Esa banana amarilla es dulce."
- Mirar a los ojos de su bebé, darle la mano, y hablarle en voz alta son todas maneras en las que usted puede ayudar a su hijo a crecer hasta ser un adulto amoroso y seguro de sí mismo.

LEA

- Léale un libro o cuéntele una historia a su bebé todos los días desde el nacimiento, en el idioma que usted se sienta más cómodo.
- Abrace a su bebé mientras lee un libro. No importa qué tan joven sea su hijo; incluso los bebés recién nacidos aprenden cuando sus padres leen con ellos.
- Señale los dibujos del libro: "¡Mira, el tren hace chu, chu!" El usar las palabras para describir lo que se ve construye el lenguaje.

CANTE

- Sostenga al bebé cerca durante la hora de acostarse y cántele una canción favorita una y otra vez. Cantar la misma canción puede ayudar a su bebé a sentirse tranquilo y seguro.
- Cante canciones locas acerca de su día para ayudar a llamar la atención de su bebé durante el cambio de pañales.
- A su bebé le encanta oír su voz, incluso si usted piensa que no sabe cantar. El sonido de su voz es reconfortante para su bebé.

CONSEJOS PARA NIÑOS PEQUEÑOS

HABLE

- Donde quiera que vaya, hable de lo que usted ve. Una señal de pare, un semáforo, o un árbol pueden parecer aburridos para usted, pero es un mundo completamente nuevo para su hijo, así que enséñeselos.
- Los niños pequeños aprenden mejor durante actividades de juego cotidianas. Jueguen juntos "a los espías" en la tienda de comestibles. Elija un color y anime a su hijo a señalar los objetos que coinciden con ese color.
- Pruebe algunas actividades tempranas de matemáticas: señale formas en el plato de su hijo o en la cocina. Pregúntele a su hijo, "¿Cuántos lados tiene un cuadrado?" "¿y un triángulo?"
- Juegue a la hora del baño para ayudar a su hijo a aprender nuevas palabras. Por turnos sumerja los juguetes en el agua. Diga, "¡Cuidado que se hunde!" o "¡Este flota!"

LEA

- Usted puede inspirar en su pequeño hijo el amor por los libros y las palabras al leer o contar una historia juntos todos los días.
- Señale las imágenes, las letras y los números en los libros. Haga preguntas abiertas, a medida que comparten el libro juntos. "¿Qué ves? ¿Cómo se siente él? ¿Qué harías si fueras ella? ¿Cuál es tu página favorita?"
- Deje que su hijo pase las páginas del libro. Está bien si se saltan las páginas, o si les gustan algunas páginas más que otras. Lo que se busca es que su hijo se acostumbre a tocar los libros.

CANTE

- Cante durante las actividades cotidianas como al conducir en el coche, o durante la hora del baño. Puede ser repetitivo y simple, como "¡Lávate los pies, lávate la nariz!"
- Cantar canciones que tienen números básicos o patrones que riman también ayuda a los niños a aprender habilidades básicas de las matemáticas. "Uno, dos, me gusta el arroz. Tres, cuatro, voy al teatro."
- A su hijo le encanta recibir mucha atención de usted. Cantar es una gran manera para que usted y su hijo compartan una actividad juntos.



En el sitio web de "Pequeños y Valiosos" www.hablaresensenar.org usted podrá encontrar más consejos como estos, así como videos, información y mucho más.

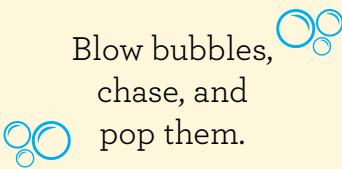
Cada niño se desarrolla a su propio ritmo, pero si alguna vez está preocupado por el desarrollo de su hijo, ¡no espere! Actuar a tiempo puede hacer una gran diferencia. Recuerde, usted es quien mejor conoce a su hijo. Si tiene preocupaciones hable con el médico de su hijo. Obtenga consejos para ayudarle a prepararse en cdc.gov/Concerned.

Para obtener más información sobre la detección temprana de problemas del desarrollo y del comportamiento, visite Birth to Five: Watch Me Thrive!



Move, Play, Have Fun!

Try these fun activities below. Cross them off as you and your family enjoy each one. Make up your own! How many can you do?

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
|  | Ride bikes or scooters. | Play "Simon Says." | Go swimming, toss water balloons, or run through the sprinkler. | Walk to school. |
| Play hopscotch. | Blow bubbles,  chase, and pop them. | Play with a hula hoop. | Kick a soccer ball back and forth. |  |
| Play "Catch 1-2-3." Count aloud how many times the ball is caught. | Play sock basketball (toss rolled socks into a laundry basket). | Race to the nearest tree or other landmark. | Jump rope. | |
| Take a walk after dinner and look for a specific shape, like circles or triangles. | Hop! Place a broomstick on the floor. Stand on one side with both feet together. Jump over the stick and back 10 times. | Play volleyball with balloons. Keep a balloon afloat by hitting it back and forth. | Play "ABC Jacks." With each jumping jack, say the letters of the alphabet in order. |  |
| Say the days of the week as you touch your toes. |  Go on a bug (or leaf, or different-colored cars) hunt. | Have a treasure hunt and see how fast everyone can find clues. | Play some music and have a family dance party. | |
| Play on a playground. | Take the dolls (or dog or action figures) for a walk. | Play tag. | Rake leaves, build a snowman, sweep, or garden. |  |
|  | Walk through the mall on a rainy day.  | Choose your own activity: _____ | Play "Follow the Leader." | Go skating. |



Sing and Dance!

Your kindergartener has been singing and dancing to a special song in class about the five food groups. Get the whole family in on the fun! Download it for free at: <http://www.fns.usda.gov/multimedia/kindergarten.mp3>.

Reach for the Sky

Here's a little song about the five food groups
Fruits, veggies, protein foods, grains, and dairy!



The five food groups are what we need
Fruits, veggies, protein foods, grains, dairy
The five food groups are as cool as can be
So eat five food groups and sing with me!



Give a hoot (hoot hoot hoot) if you like fruit
Stomp your feet (stomp, stomp, stomp) and eat veggies
Sing my tune (ooh ooh ooh) for protein foods
Fly like a plane (vroooooom!) with some grains
Now add dairy, you've got all five
So come on everybody, reach for the sky!

The five food groups are what we need
Fruits, veggies, protein foods, grains, dairy
The five food groups are as cool as can be
So eat five food groups and sing with me!



An apple is a fruit!
Broccoli is a vegetable!
Chicken is a protein food!
Bread is a grain!
And yogurt is dairy! (That makes five)



Give a hoot (hoot hoot hoot) if you like fruit
Stomp your feet (stomp, stomp, stomp) and eat veggies
Sing my tune (ooh ooh ooh) for protein foods
Fly like a plane (vroooooom!) with some grains
Now add dairy, you've got all five
So come on everybody, reach for the sky!

The five food groups are what we need
Fruits, veggies, protein foods, grains, dairy
The five food groups are as cool as can be
So thank you everybody for singing with me!



¡Muévete, juega, diviértete!

Prueba y diviértete con cada una de las siguientes actividades. Marca cada actividad después de disfrutarla con tu familia. ¡Inventa tus propias actividades! ¿Cuántas puedes hacer?

| | | | |
|--|--|---|---|
|  <p>Montar en bicicleta o monopatín.</p> | Jugar a “¡Simón dice!” | Ir a nadar, lanzar globos de agua o correr por el rociador. | Caminar a la escuela. |
|  <p>Jugar a la rayuela.</p> |  <p>Soplar burbujas, perseguirlas y explotarlas.</p> | Jugar con un aro de hula-hula | Patear un balón de fútbol una y otra vez. |
|  <p>Jugar a “123 atrapa.” Cuenta en voz alta cuántas veces atrapan el balón.</p> | Jugar baloncesto con calcetines (lanza calcetines enrollados dentro de un cesto para ropa). | Hacer una carrera al árbol o punto de referencia más cercano. |  <p>Saltar la cuerda.</p> |
|  <p>Salir a caminar después de la cena y buscar formas específicas por la calle, por ejemplo círculos y triángulos.</p> |  <p>¡Saltar! Pon una escoba en el suelo. Párate a un lado y salta con los pies juntos. Salta de lado a lado sobre la escoba 10 veces.</p> |  <p>Jugar voleibol con globos. Golpea el globo una y otra vez para que no toque el suelo.</p> | Hacer saltos de tijera ABC. Con cada salto debes decir las letras del abecedario en orden. |
|  <p>Decir los días de la semana mientras te tocas los dedos de los pies.</p> | Hacer una búsqueda de insectos (o de hojas o coches de colores distintos). | Organizar una búsqueda del tesoro y ver quién descubre las pistas más rápido. | Poner música y hacer una fiesta de baile familiar. |
|  <p>Jugar en un parque infantil.</p> |  <p>Llevar a las muñecas (o al perro o figuras de acción) de paseo.</p> | Jugar al escondite. | Rastrillar hojas, hacer un muñeco de nieve, barrer, o trabajar en el jardín. |
|  <p>Caminar por el centro comercial en un día lluvioso.</p> | Elige tu propia actividad: _____ |  <p>Jugar a “Seguir al líder.”</p> | Ir a patinar. |



Padres

Los niños necesitan un mínimo de 60 minutos de actividad física cada día. Haga que el tiempo en familia sea activo.

¡A cantar y bailar!

Su hijo de kínder ha estado bailando y cantando una canción especial en clase sobre los cinco grupos alimenticios. ¡Pídale a toda la familia que se una y se divierta! Descárguela libre de costo en: <http://www.fns.usda.gov/multimedia/kindergarten.mp3>.

Reach for the Sky

Here's a little song about the five food groups
Fruits, veggies, protein foods, grains, and dairy!

The five food groups are what we need
Fruits, veggies, protein foods, grains, dairy
The five food groups are as cool as can be
So eat five food groups and sing with me!



Give a hoot (hoot hoot hoot), if you like fruit
Stomp your feet (stomp, stomp, stomp), and eat veggies
Sing my tune (ooh ooh ooh), for protein foods
Fly like a plane (vroooooom!), with some grains
Now add dairy, you've got all five
So come on everybody, reach for the sky!



The five food groups are what we need
Fruits, veggies, protein foods, grains, dairy
The five food groups are as cool as can be
So eat five food groups and sing with me!

An apple is a fruit!
Broccoli is a vegetable!
Chicken is a protein food!
Bread is a grain!
And yogurt is dairy! (That makes five)



Give a hoot (hoot hoot hoot), if you like fruit
Stomp your feet (stomp, stomp, stomp), and eat veggies
Sing my tune (ooh ooh ooh), for protein foods
Fly like a plane (vroooooom!), with some grains
Now add dairy, you've got all five
So come on everybody, reach for the sky!



The five food groups are what we need
Fruits, veggies, protein foods, grains, dairy
The five food groups are as cool as can be
So thank you everybody for singing with me!

