

Los niños se desarrollan a su propio ritmo. Esta hoja es una guía para ayudarlo a saber lo que puede esperar de su hijo entre los 2 y los 3 años de edad. Si le preocupa el desarrollo de su hijo, hable con su médico.

¿Qué debería estar aprendiendo mi hijo?	¿Cómo puedo ayudar a mi hijo?
<p>Habilidades motoras gruesas: movimientos grandes del cuerpo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Corre una distancia corta sin caerse. • Camina hacia adelante, hacia atrás y hacia los lados en una línea sin salirse. • Salta hacia adelante y sobre pequeños objetos. • Salta en el aire para tratar de tocar cosas fuera de alcance. • Salta hacia abajo sin ayuda. • Sube y baja 4 escalones sin ayuda o sólo agarrando el pasamanos para mantener el equilibrio. Puede dar cada paso con un pie. • Lanza, atrapa y patea una pelota. • Atrapa y lanza una pelota de tenis. 	<p>Habilidades motoras gruesas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dibuje una línea con gis o use un pedazo de cinta para caminar. • Practique saltar sobre pequeños juguetes blandos, grietas en la acera, sobre hojas, palos y otras cosas pequeñas. • Baile y cante con música, utilice juguetes para hacer ruido. • Practique subir y bajar escaleras. • Juegue en el parque o afuera, trepe, salte, deslícese y corra. Muévase y juegue todos los días. • Deje que su hijo se ensucie, juegue en la arena, césped, tierra y agua con supervisión.
<p>Habilidades motoras finas: juego y autoayuda</p> <ul style="list-style-type: none"> • Empieza a comer con cuchara y tenedor. • Bebe de una taza para niños o taza sin cubierta. Ya no usa biberón. • Apila de 6-10 bloques. • Comienza a dibujar una línea recta, de arriba a abajo, de lado a lado y un círculo. • Usa tijeras para niños para cortar un pedazo de papel por la mitad. • Sostiene un crayón o un lápiz como un adulto. • Hace un rompecabezas con piezas grandes. • Le da vuelta a las páginas de un libro. 	<p>Habilidades motoras finas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Practique abotonar y desabrochar botones grandes. • Adhiera, pegue, pinte, pinte con los dedos y coloree. • Apile bloques, coloque piezas de diferentes formas en un rompecabezas o en juegos de encastre. • Use tijeras para niños para cortar plastilina, pedazos de papel suelto, platos pequeños de papel, sobres de correo desechados, correo basura. • Coloree y garabatee con crayones.

Habilidades sociales y de lenguaje

- Comprende preguntas y peticiones sencillas.
- Sigue indicaciones simples
- Nombra algunas partes del cuerpo.
- Hace preguntas con «¿qué?».
- «¿Qué es esto?»
- Nombra imágenes en los libros.
- Usa unas 50 palabras o más. Las personas que no sean el cuidador pueden entender 50 o más de las palabras del niño.
- Comienza a usar negativos como "no yo, yo no, no voy, no quiero".

Habilidades sociales y de lenguaje

- Lea libros. Señale los elementos del libro y nombre lo que ve "¿Dónde está el perro? ¿Dónde están sus pies? ¿Dónde está el pez azul?"
- Hable sobre lo que está haciendo durante el día. Diga: "Me estoy lavando las manos, me estoy lavando los dientes, me estoy poniendo el abrigo".
- Salga a caminar y nombre las cosas que ve en el vecindario, como pasto, árboles, automóviles, camionetas, autobuses y señales de alto.
- Nombre personas de su familia, como mamá, papá y hermana. Nombre personas en imágenes.
- Haga preguntas durante el juego de simulación, como "¿Qué estás haciendo? ¿Qué están preparando? ¿Qué tienes puesto?"

¿Qué puedo hacer para ayudar a que se desarrolle mi hijo?

- Limite aparatos electrónicos y tiempo de pantalla a 60 minutos o 1 hora por día. Esto incluye televisión, teléfono, tableta y computadora.
- Tenga un horario diario. Haga las mismas cosas a la misma hora todos los días; como la hora de la comida, la hora de dormir y la hora de leer cuentos.
- Felicítelo y sea paciente.
- Juegue con su hijo por lo menos 10 minutos todos los días. Deje que escoja y dirija la actividad durante esos 10 minutos. Mostrará que se preocupa por tu hijo y que quiere pasar tiempo con él.

Juguetes para su hijo entre los 2 y 3 años:

- Duplos®, Megablocks®, Bloques.
- Gises para colorear en la acera o hacer líneas para practicar el equilibrio.
- Caballete, crayones grandes y libros para colorear, Playdough®, plastilina o tijeras para niños.
- Cordón con cuentas grandes, rompecabezas con piezas grandes.
- Libros de cartón, libros de tapa dura.
- Little tikes®, Little people, casas de muñecas, Little tikes farm, Little tikes bus.
- Cocina pequeña, carrito de compras, mesa de trabajo para juegos de simulación, ropa para disfrazarse.
- Pelotas de diferentes tamaños para atrapar y lanzar.
- Triciclo y casco.
- Juguetes para clasificar, juguetes de emparejar, bingo de corral.

Para obtener más información sobre la salud y el bienestar, consulte este recurso:

- <https://kidshealth.org/ChildrensWI/es/parents>
- <https://kidshealth.org/ChildrensWI/es/parents/development-3yrs.html?WT.ac=pairedLink>

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.