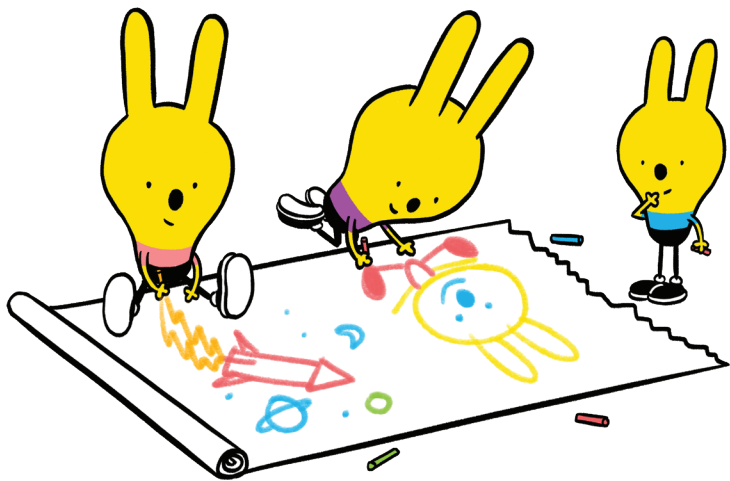


# ¡Mirame! ¡Tengo 18 meses!

Como asegurarse que cada niño este bien desarrollado a los cinco.





Todavía faltan algunos años para el Jardín infantil, así que tenemos mucho tiempo para desarrollar esas habilidades que necesito para empezar:

- Vestirme con poca ayuda.
- Ir al baño por mi mismo.
- Abrir los contenedores de mi lonchera.
- Preguntar por ayuda.
- Turnarme con mis amigos y contigo.
- Seguir rutinas y horarios.
- Escuchar y seguir instrucciones.
- Entender reglas básicas de seguridad.
- Sentirme bien intentando nuevas cosas.
- Participar en actividades de grupo.
- Ser curioso.
- Correr, atrapar, lanzar, saltar y caer.
- Ayudar.
- Pintar, dibujar, crear y construir cosas desde mi imaginación.

# Hola Adulto.

## Bienvenido a mi cerebro.

Los primeros cinco años de mi vida son verdaderamente muy importantes. Esto es cuando la mayoría de mi cerebro esta siendo conectado. Los científicos dicen que desde el día que nací millones de neuronas estan haciendo billones de conexiones. Estoy aprendiendo todo el tiempo – a cada momento de mi vida. Todo al alrededor mío esta enseñandome, pero el profesor más importante de todos eres tú. TÚ mi intérprete, mi guía, mi auxiliar de vuelo, mi seguridad mi puente para entender el mundo a mi alrededor.

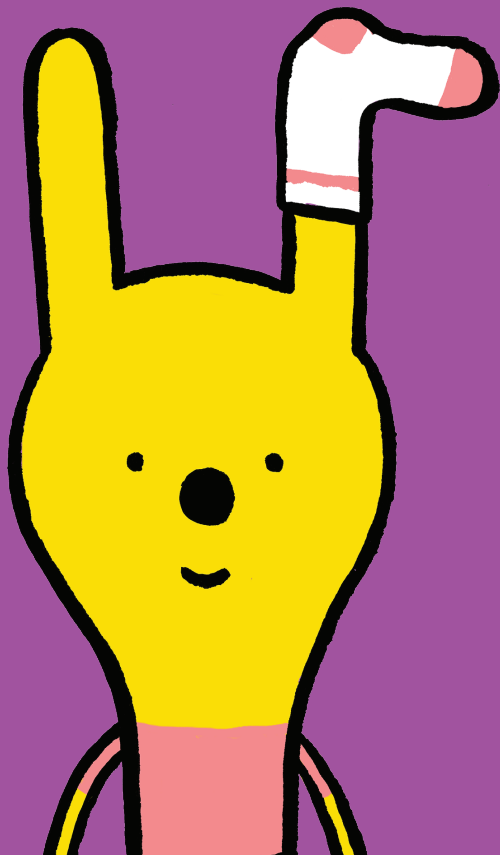
# Este es tú manual.

Yo aprendo constantemente pero hay cosas básicas que realmente necesito poder hacer para el tiempo que tenga cinco años de edad. Estas son metas y no puedo lograrlas sin ayuda. Tú ayuda. Así que tomate el tiempo para leer estas metas y seguir algunas de mis sugerencias. Tú notarás que la mayor parte parece juego y esto no es un accidente. Aprender debe ser divertido, ¿no debería?

Para el momento que yo tengo 18 meses de edad, yo debería poder hacer todo (y probablemente más) de lo que esta en las siguientes páginas.

Salud física y bienestar

# HACIENDO



Tengo 18 meses y puedo:

- Caminar sin apoyo.
- Cargar objetos y caminar al mismo tiempo.
- Marcar en papel con un marcador.
- Apilar tres bloques uno encima del otro.

Comencemos:

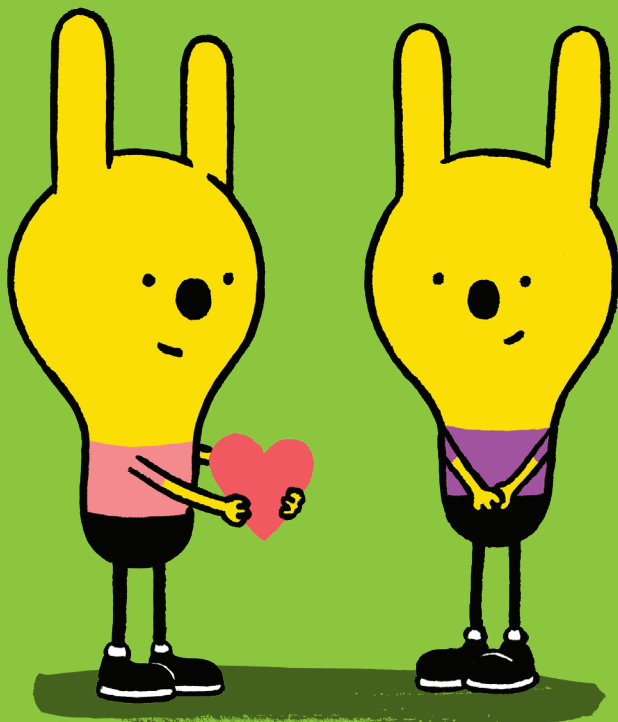
- Subiendo escaleras con ayuda
- Bebiendo y comiendo con una taza y una cuchara como tu.
- Pasando las páginas de un libro.

¡Sigue mi ejemplo!

- Llévame afuera cada día; proveeme burbujas, bloques y pelotas.
- Dame alimentos que pueda asegurar en los dedos.
- Pega pedazos de papel grandes en una mesa y dame crayones no tóxicos para usar.
- Permíteme participar en juegos inciertos, desafiantes, flexibles y divertidos.
- Hagamos un bocadillo poniendo cereales en cuerdas.

Competencia Social

# JUGANDO





Me gusta:

- Jugar solo y con otros.
- Demostrar que mi independencia esta creciendo.
- Seguir instrucciones simples.
- Explorar mi entorno.
- Entender que cuando tú sales, regresarás.

Comencemos:

- Identificando emociones — incluyendo las negativas.
- Proporcionandome oportunidades para imitarte (ejem: barriendo, cepillando el cabello).
- Compartir logros con los seres amados.

Sigue mi ejemplo — ¡Tú eres mi mejor amigo!

- Quedate cerca pero permiteme explorar.
- Dejame jugar con muñecos y animales de peluche.
- Establece rutinas para el día.

Madures Emocional

# EMOCIONES



¡Yo solo tengo 18 meses!

- Muestro un comportamiento desafiante y me gusta hacer cosas por mi mismo.
- Me puedes dar opciones.
- Te dejo saber como me siento con mis gestos, palabras y expresiones faciales.

Trabajemos:

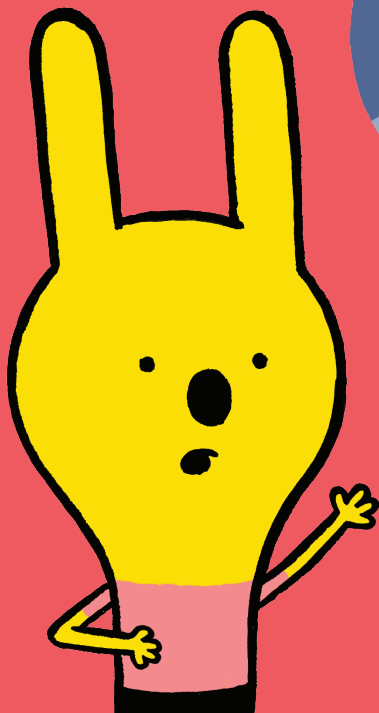
- Describiendo mis sentimientos.
- Explorando nuevos lugares contigo a mi lado.
- Intentando nuevas cosas por mi mismo (Por favor se paciente conmigo).

¡Puedes ayudar!

- Acurrucandonos juntos cuando leemos historias.
- Estableciendo rutinas incluyendo la hora de ir a la cama ¡recuerda que yo aún necesito entre 11-14 horas de sueño!
- Baja a mi nivel; sonrie, ríe y juega conmigo.
- Dejame saber cuando mis rutinas estan cambiando.
- Mantente calmado.

Language y desarrollo cognitivo

# APRENDIENDO



Cuando tengo 18 meses yo puedo:

- Entender hasta 250 palabras.
- Usar oraciones simples.
- Seguir simples instrucciones verbales (de un paso).
- Repetir palabras que escuche en una conversación por casualidad.

Comencemos:

- Nombrando y señalando objetos.
- Haciendome preguntas que yo pueda responder.
- Ayudame a describir mis emociones.
- Diciendo hola y hasta luego cuando llegamos y cuando nos vamos.

¿Como vamos a hacerlo?

- Háblame durante las rutinas diarias.
- Dejame escoger los libros que leemos.
- Háblame, leeme y cantame.
- Proporciona rompecabezas sencillos de 3–4 piezas juguetes y pelotas grandes para explorar.
- Pretende jugar.
- Porfavor ningún tiempo frente a la pantalla ( No TV, iPad, teléfono o computador).

Habilidades de comunicación y conocimiento general.

# EXPRESANDO



Tengo 18 meses y puedo:

- Decir 8 o más palabras.
- Usar palabras con las letras p, m, n, h, w & b.
- Empezar a ordenar formas y colores.
- Empezar a usar palabras cuando interactuo con otros.

Comencemos:

- Dandome la oportunidad de hablar de mis experiencias y sentimientos.
- Jugando con otros fuera de nuestra comunidad.

Porfavor:

- Nombra y señala las partes del cuerpo.
- Hablame sobre lo que tu haces.
- Cantame canciones como "el Viejo MacDonald".
- Elogiame cuando intento decir oraciones largas usando nuevas palabras.
- Cuéntame que te gustaría que yo hiciera.

# ¡Es un trabajo grande, Pero yo creo que tú estas listo!

Bueno, así que aqui hay algunas cosas importantes en las que necesitamos ocuparnos:

- Reserva chequeos anuales de salud con nuestro doctor.
- Llévame al dentista cuando tenga un año, hazme chequeos periódicos según la recomendación del dentista.
- Mantenga mis vacunas al día.
- Haz me revisar los OJOS:
  - 6-12 meses. (antes de mi primer cumpleaños)
  - Otra revisión cuando tenga 3
  - A los cinco antes de comenzar la escuela
- Haz me revisar los OIDOS cuando soy un bebe.
- Lea a su niño cada día de los primeros 2000 días de su vida (¡y en adelante!).
- Visita la página web: [healthyparentshealthychildren.ca](http://healthyparentshealthychildren.ca) para literalmente todo lo que necesites saber del embarazo y en adelante. (Esto puede parecer abrumador pero solo enfocate en el estado que estes actualmente.)



## Enlaces útiles:

Mantengase comprometido y activo usando estos enlaces:

**calgary.ca** (click recreation) Para clases de salud y nadado.

**calgarylibrary.ca** Libros gratis y recursos en línea para explorar.

**littlefreelibrary.org/ourmap** Donde conseguir libros gratis cerca.

**calgaryreads.com** Aprender todo sobre la alfabetización.

**calgaryschild.com** Estupendos recursos para actividades e info.

**calgaryplaygroundreview.com** Revisión de zonas de juego en Calg.

**albertafamilywellness.org** Ver lo último en la ciencia del cerebro.

**parentsmatter.ca** Recursos en diferentes idiomas para padres.

**reachinginreachingout.com/resources-parents.htm** Promover

Resistencia en adultos y niños.

**humanservices.alberta.ca/family-community/talk-box.html** Una guía para padres sobre entornos ricos en el lenguaje.

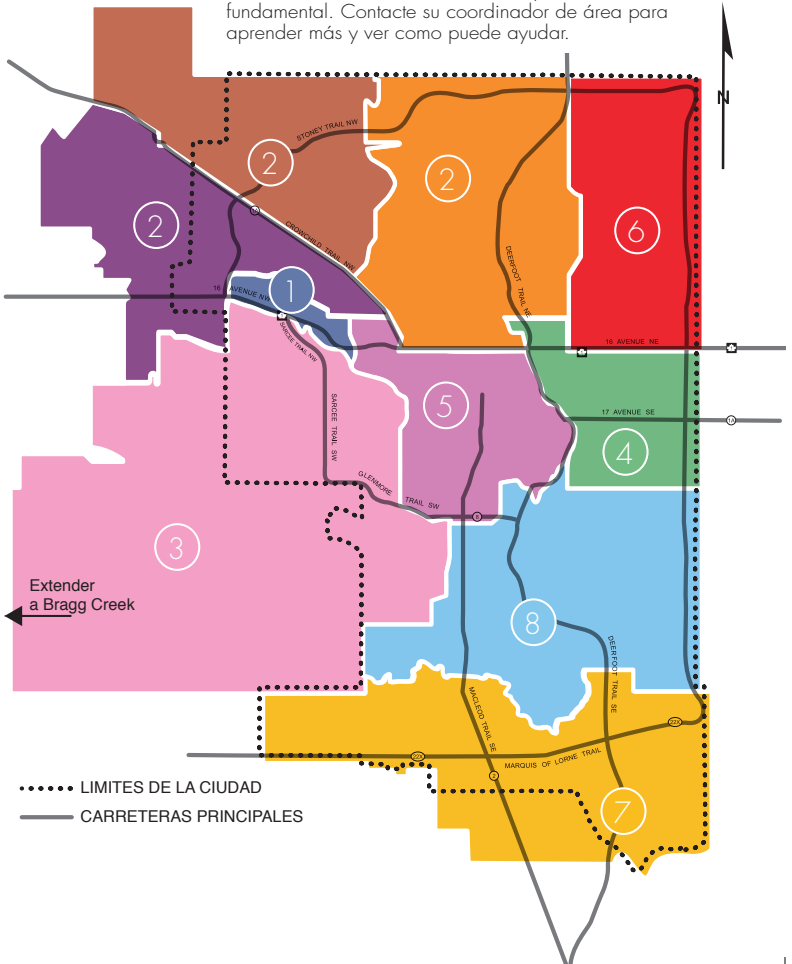
**activeforlife.com** Recursos para padres y educadores para apoyar el desarrollo físico y mental en sus niños.

## Vigilar:

Hable con su doctor inmediatamente si usted ve algunas de estas señales:

- 1) A los seis meses: No sonrisas grandes, contacto visual o compromiso cálido.
- 2) No balbuceo de ida y regreso.
- 3) Retraso en el habla o cualquier otra habilidad.

El buen desarrollo en la infancia temprana es fundamental. Contacte su coordinador de área para aprender más y ver como puede ayudar.



# Coalición de Calgary

## 1 **Calgary Bowness Montgomery ECD Coalition**

Bowness, Greenwood/  
Greenbriar, Montgomery

## 2 **Calgary Northwest, West and North Central ECD Coalition**

Banff Trail, Rosemont,  
Mount Pleasant, Winston  
Heights/Mountview,  
Charleswood, Brentwood,  
Charleswood, Highwood,  
Greenview, Thorncliffe,  
North Haven, Huntington  
Hills, Beddington Heights,  
Sandstone, Hidden Valley,  
Panorama Hills, Country Hills,  
Coventry Hills, Harvest Hills,  
Kincora, Evanston, Dalhousie,  
Edgemont, Ranchlands,  
Arbour Lake, Hawkwood,  
Citadel, Hamptons, Rocky  
Ridge, Royal Oak, Sherwood,  
Nolan Hill, Sage Hill,  
Tuscany, Scenic Acres,  
Valley Ridge, Crestmont,  
Silver Springs, Varsity

## 3 **Calgary Southwest ECD Coalition**

Cougar Ridge, West Springs,  
Springbank, Discovery Ridge,  
Aspen Woods, Coach Hill,  
Point McKay, Wildwood,  
Strathcona Park, Spruce Cliff,  
Shaganappi, Westgate,  
Glendale, Glenbrook,  
Killarney, Signal Hill,  
Glamorgan, Lincoln Park,  
Rutland Park, Lakeview,  
Eagle Ridge, Pump Hill,  
Braeside, Palliser, Bayview,  
Oakridge, Cedarbrae

## 4 **Calgary East ECD Coalition**

Crossroads (includes Belfast,  
Mayland Heights and Vista  
Heights), Marlborough,  
Marlborough Park, Albert  
Park/Radisson Park, Forest  
Heights, Forest Lawn,  
Penbrooke Meadows  
(includes Penbrooke Heritage  
Estates and Mountview),  
Applewood, Abbeydale  
(includes Chateau Estates),  
Southview, Dover, Erin Woods

**5** **Calgary Downtown  
ECD Coalition**

East of Crowchild  
South of 16th Ave,  
West of Deerfoot

**6** **Calgary North of  
McKnight ECD Coalition**

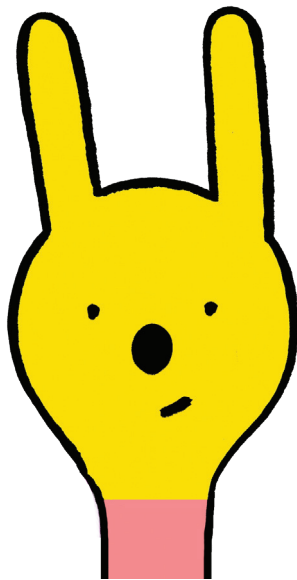
Sunridge, Rundle, Pineridge,  
Monterey Park, Temple,  
Whitehorn, Horizon,  
Falconridge, Castleridge,  
Coral Springs, Martindale,  
Taradale, Saddleridge,  
Cityscape, Skyview,  
Stonegate, Redstone

**7** **Calgary Deep South  
ECD Coalition**

Silverado, Evergreen,  
Bridlewood, Shawnessy,  
Somerset, Millrise,  
Midnapore, Sundance,  
Chaparral Lake, Chaparral  
Valley, Walden, Cranston,  
Auburn Bay, Mahogany,  
Copperfield, McKenzie Lake,  
McKenzie Towne, Legacy

**8** **Calgary South Central  
ECD Coalition**

Acadia, Canyon Meadows,  
Deer Run, Deer Ridge,  
Diamond Cove, Fairview,  
Kingsland, Foothills Industrial  
Park, Lake Bonavista, Ogden,  
Parkland, Maple Ridge,  
Queensland, Riverbend,  
Willow Park, Woodbine,  
Woodlands, Southwood,  
Quarry Park, East sheppard,  
Lynwood, Douglas Glen,  
Douglasdale, Bonavista  
Downs

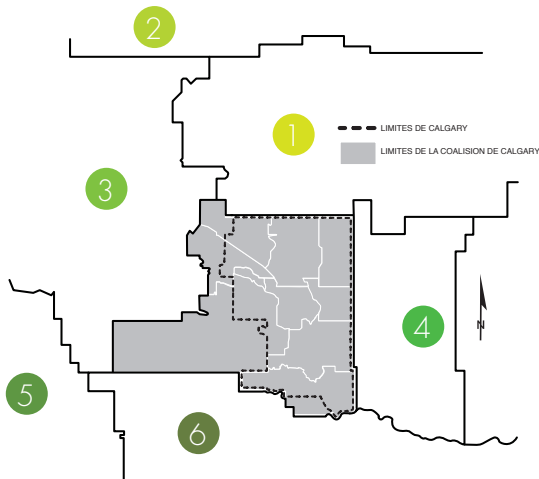


# Información de contacto

Para obtener la información más actualizada sobre su coalición por favor visite: [www.ecdcoalitions.org](http://www.ecdcoalitions.org)

- 1 Calgary Bowness Montgomery ECD Coalition**  
[calgarybowmont1@fcssaa.org](mailto:calgarybowmont1@fcssaa.org)
- 2 Calgary Northwest, West and North Central ECD Coalition**  
[calgarywest1@fcssaa.org](mailto:calgarywest1@fcssaa.org)
- 3 Calgary Southwest ECD Coalition**  
[calgarysw1@fcssaa.org](mailto:calgarysw1@fcssaa.org)
- 4 Calgary East ECD Coalition**  
[calgaryeast2@fcssaa.org](mailto:calgaryeast2@fcssaa.org)
- 5 Calgary Downtown ECD Coalition**  
[calgarydowntown1@fcssaa.org](mailto:calgarydowntown1@fcssaa.org)
- 6 Calgary North of McKnight ECD Coalition**  
[calgarymcknight1@fcssaa.org](mailto:calgarymcknight1@fcssaa.org)
- 7 Calgary Deep South ECD Coalition**  
[calgarydeepsouth1@fcssaa.org](mailto:calgarydeepsouth1@fcssaa.org)
- 8 Calgary South Central ECD Coalition**  
[calgarysc1@fcssaa.org](mailto:calgarysc1@fcssaa.org)

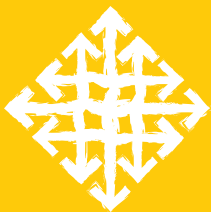
# Area de coalición local



- 1 North Rocky View Pathways to Success ECD Coalition
- 2 Mt. View County ECD Coalition
- 3 Cochrane ECD Coalition
- 4 Formative 5 – Chestermere Southeast Rocky View ECD Coalition
- 5 Bow Valley ECD Coalition
- 6 Foothills Children's Wellness Network

“Si yo tuviera influencia con el hada buena quien se supone preside sobre todos los niños(a). Le pediría que su regalo a cada niño en el mundo sea una sensación de asombro tan indestructible que durará toda la vida”.

– *Rachel Carson*



first 2000 days

Early Childhood Development Network

[ecdcoalitions.org](http://ecdcoalitions.org)

[2000days.ca](http://2000days.ca)



[@First2000days](https://twitter.com/First2000days)



[facebook.com/2000days](https://facebook.com/2000days)