

Toddler (12–36 months)

Maximize Love Manage Stress



- Snuggle up. Hug and cuddle with your toddler so they feel safe and loved.
- Encourage them. Encourage and support your child when they try new things.
- Involve them. Invite them to help with household tasks, like handing you clothes for the laundry.
- Talk about feelings. Name your child's feelings and what caused them. Let them know that all feelings are OK, and that you are there for them when they are happy or upset.
- Offer choices. Offer choices like what to wear or eat, but give a limited number of options. "It's time for a snack. Do you want an apple or grapes?"
- Set basic limits. Use simple rules consistently. Focus on things that really matter, like safety. For a younger toddler: put a calm "No" in front of the thing you don't want your child to do and redirect them to another activity. For older toddler: give a simple explanation for the rule and what they could do instead. Praise good behavior.

Talk, Sing, and Point



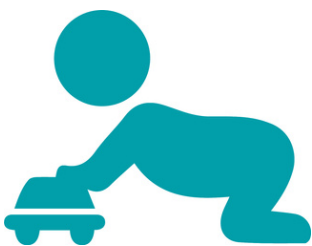
- Step by step. As you go about daily activities, talk about the steps involved. "First, we wash our hands with soap and water. Then we dry off with a towel."
- Use your hands. Name and talk about the things your child points to. Encourage your child to point ("Where is the ball?").
- Listen and respond. Show your toddler that you are interested in what they have to say. Respond to their gestures and comments. If you aren't sure what they mean, make your best guess.
- Expand on what they say. For example, if they point to a dog and say, "Da," you can reply, "Yes, dog. That's a dog. It's brown and soft."
- Ask questions. Get your toddler to think. Ask questions that start with "Who," "What," or "Why." For example, "Why do you think the boy is sad?" Show interest in their answers.
- Sing. Sing songs and recite nursery rhymes from your childhood, from books, or make up new ones. Your toddler may especially enjoy the ones with rhyming sounds or hand motions. Try singing the same song whenever it's time for a special activity like bath time.

Count, Group, and Compare



- Compare sizes and amounts. Your toddler may be interested in which things are "big" or "little." You can also talk to them about whether they want "more" or "less."
- Count sets of objects. Point to each object as you count and say how many there are in total. "One, two, three, four—there are four strawberries." Split the objects into two groups and count each.
- Look for shapes. Name and describe shapes. "That window is a square with four sides." As they get older, see if your child can find and name shapes around them.
- Match and sort. Match and sort objects by their features like color, shape, size, or what they do. For example, sort blocks by color as you put them away.
- Build. Encourage your toddler to stack blocks or objects like plastic cups. Talk about what they're doing using position words like "below" or "above."
- Clap in a pattern. See if your toddler is interested in clapping along or dancing with you.

Explore Through Movement and Play



- Go outside. Observe your surroundings—what do you hear, see, feel, smell? When your child shows interest in something, stop to talk about it.
- Roll a ball back and forth. You can say "My turn/your turn" as you roll it. Your child might enjoy throwing or kicking the ball.
- Make art. Your toddler will enjoy scribbling with a crayon or chalk. They can also experiment with folding or tearing paper.
- Mystery bag. Play guessing games. For example, put a few objects in a bag and have your child guess what's inside without looking. They can feel, smell, and shake the bag.
- Act it out. Toddlers will start to imitate grown-up activities, like putting a doll to sleep or giving it a shot. You can play along or talk about what they're doing.

Read and Discuss Stories



- Warm up. Before opening the book, check out the cover. Read the title. Look at the picture. What does your child think the story is about?
- Change your voice. Try different voices for different characters.
- Name that. Name and talk about the things your child points to. See if they can point to objects you name. "Can you find the elephant?"
- Ask questions. "What is in the box?" or "Why is the girl happy?" Respond to your child's comments and questions. Show your interest in their ideas.
- Don't be too serious. Your child may want to turn the page before you finish reading it. If they can't sit still for the whole book, that's ok.
- Re-read. Toddlers learn through repetition, so it is normal when they want to read a favorite book over and over. Notice how proud they feel when they master the story. But try for variety too, because new books offer new things to see and learn.

Niño pequeño (12-36 meses)

Maximice el amor y maneje el estrés



- Acurrucarse. Abraze y acurrúquese con su pequeño para que se sienta seguro y amado.
- Animar. Anime y apoye a su pequeño cuando pruebe cosas nuevas.
- Involucrar. Invite a que le ayude con las tareas del hogar, como por ejemplo, entregarle la ropa para lavar.
- Hablar sobre sus sentimientos. Mencione los sentimientos de su hijo y qué los causó. Hágle saber que todos los sentimientos son normales y que usted está ahí para ayudarlo cuando esté feliz o molesto.
- Ofrecer opciones. Ofrezca opciones como qué ponerse o qué comer, pero dé un número limitado de opciones. "Es hora de un refrigerio. ¿Quieres una manzana o uvas?"
- Establecer límites básicos. Use reglas simples de manera consistente. Concéntrese en las cosas que realmente importan, como la seguridad. Para un niño pequeño: diga con calma "No" a lo que usted no quiere que haga su hijo y rediríjalo a otra actividad. Para un niño mayor: explique de manera sencilla la regla y lo que podría hacer en su lugar. Elogie el buen comportamiento.

Hable, cante y señale



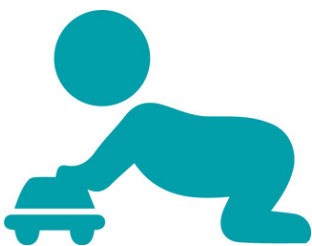
- Paso a paso. A medida que realizan sus actividades diarias, hable sobre los pasos que implica. "Primero, nos lavamos las manos con agua y jabón. Luego nos secamos con una toalla".
- Utilizar las manos. Mencione y hable sobre las cosas que señala su hijo. Anímelo a señalar ("¿Dónde está la pelota?").
- Escuchar y responder. Muéstrela a su niño que le interesa lo que tiene que decir. Responda a sus gestos y comentarios. Si no está seguro de lo que quiere decir, intente adivinar lo que quiere decir.
- Ampliar lo que dice. Por ejemplo, si señala un perro y dice "pa", puede responder: "Sí, perro. Es un perro. Es marrón y suave".
- Hacer preguntas. Haga que su niño piense. Haga preguntas que comiencen con "¿Quién?", "¿Qué?" o "¿Por qué?". Por ejemplo, "¿Por qué crees que el niño está triste?". Muestre interés en sus respuestas.
- Cantar. Cante canciones y recite rimas infantiles de su infancia, de libros o invente otras nuevas. Es posible que a su pequeño le guste especialmente las que tienen sonidos que riman o movimientos de las manos. Intente cantar la misma canción siempre que sea el momento de una actividad especial, como la hora del baño.

Cuente, agrupe y compare



- Comparar tamaños y cantidades. Es posible que a su pequeño le interese saber qué cosas son "grandes" o "pequeñas". También puede hablar con él sobre si quiere "más" o "menos".
- Contar conjuntos de objetos. Señale cada objeto mientras cuenta y diga cuántos hay en total. "Uno, dos, tres, cuatro... hay cuatro fresas". Divida los objetos en dos grupos y cuente cada uno.
- Buscar formas. Nombre y describa las formas. "Esa ventana es un cuadrado con cuatro lados". A medida que crezca, vea si su hijo puede encontrar y nombrar las formas que lo rodean.
- Emparejar y ordenar. Encuentre el par y ordene objetos según sus características, como color, forma, tamaño o lo que hacen. Por ejemplo, ordene bloques por color a medida que los guarda.
- Construir. Anime a su pequeño a apilar bloques u objetos como vasos de plástico. Hable sobre lo que está haciendo usando palabras que indiquen posición, como "debajo" o "arriba".
- Aplaudir siguiendo un patrón. Vea si a su niño le interesa aplaudir o bailar con usted.

Explore a través del movimiento y el juego



- Salir al exterior. Observe su entorno: ¿qué oye, ve, siente, huele? Cuando su hijo muestre interés por algo, deténgase a hablar sobre ello.
- Hacer rodar una pelota de un lado a otro. Puede decir "Mi turno/tu turno" mientras la hace rodar. Es posible que a su hijo le guste lanzar o patear la pelota.
- Hacer arte. A su pequeño le encantará hacer garabatos con crayones o tizas. También puede experimentar doblando o rasgando papel.
- Bolsa misteriosa. Jugar a adivinar. Por ejemplo, coloque algunos objetos en una bolsa y pídale a su hijo que adivine qué hay dentro sin mirar. Puede tocar, oler y agitar la bolsa.
- Representar la actividad. Los niños pequeños comenzarán a imitar actividades de los adultos, como poner a dormir a una muñeca o darle una oportunidad. Pueden jugar con ellos o hablar sobre lo que están haciendo.

Lea y platique sobre historias



- Prepararse. Antes de abrir el libro, fíjese en la portada. Lea el título. Observe la imagen. ¿De qué cree su hijo que trata la historia?
- Cambiar su voz. Intente leer con distintas voces para distintos personajes.
- Nombrar. Nombre y hable sobre las cosas que su hijo señale. Observe si puede señalar los objetos que usted nombra. "¿Puedes encontrar el elefante?"
- Haga preguntas. "¿Qué hay en la caja?" o "¿Por qué está feliz la niña?". Responda a los comentarios y preguntas de su hijo. Muestre interés en sus ideas.
- No sea demasiado serio. Es posible que su hijo quiera pasar la página antes de que termine de leerlo. Si no puede quedarse quieto durante todo el libro, no hay problema.
- Volver a leer. Los niños pequeños aprenden a través de la repetición, por lo que es normal que quieran leer un libro favorito una y otra vez. Observe lo orgulloso que se siente cuando domina la historia. Pero intente tener variedad también, porque los libros nuevos ofrecen cosas nuevas para ver y aprender.