

## Desarrollo social del niño de 1 año de edad

Esta época es el momento ideal para empezar a introducir valores, razonamientos e incentivos con el fin de aprender las reglas de comportamiento aceptadas. Las primeras reglas que se le dan al infante deben estar encaminadas a proteger su seguridad.

Los padres tienen la función de explicar claramente las cosas que se pueden hacer y las que no, y para ello pueden hacer uso de cuatro técnicas apropiadas. Se pueden emplear estrategias como: distraer al niño para que no ponga atención a actividades peligrosas, convertir el 'no' en una palabra para cuestiones de seguridad. Si el niño escucha esta palabra con mucha frecuencia, empezará a hacer caso omiso de ella; comunicarse sin palabras para que entienda con una mirada o un gesto, nunca hay que pegarle ni usar castigos corporales.

Conozcamos los pasos más importantes en esta etapa:

1. Durante este periodo el niño iniciará un proceso de integración social y empezará a jugar con otros de su misma edad. Por eso es importante enseñarle a compartir y a entender qué cosas son de él y cuáles no.

2. El desarrollo de la psicomotricidad permitirá que el niño sea capaz de sacar todas las posibilidades de acción que sean posibles.

3. Los padres y las personas que se encuentran alrededor del niño deben ser cuidadosos con las cosas que dicen y hacen frente a él, porque en esta etapa tiende a imitarlo todo. Además, aprende rápidamente.

4. Juegue con su hijo a hallar objetos de determinado color que estén en casa. Quien lo encuentre primero podrá pintar en la mano del otro un pequeño punto del mismo tono del elemento buscado. En este tipo de juegos de competencia al niño se le debe permitir ganar y perder, con el fin de que experimente las

dos situaciones.

5. La indicación en materia de sueño en niños de 1 a 3 años es de 11 a 14 horas por día (10 a 12 horas en la noche y 2 a 3 en el día).

6. Es importante que el niño sepa que existen turnos que debe respetar y que hay unas instrucciones que seguir. Debe aprender que no siempre las cosas pueden hacerse cuando él quiera. Más que una actividad en sí misma, es una 'regla de oro' de las dinámicas.

7. Resulta muy útil pedirle cosas como: tráeme esto, ve a tal lugar, ayúdame a aquello. Es decir, darles instrucciones sencillas, pero siempre enfatizando en lo que se les ha solicitado y realizando una conversación elemental en torno a esto.

8. Se debe fortalecer el vínculo afectivo a través de tiempo de calidad, abrazos, besos, frases amorosas y el ejemplo de los adultos.

9. En esta etapa, los adultos emitirán frases como: no se cansa nunca, tiene batería para rato, su energía parece inagotable. Es importante permitirle jugar en espacios más apropiados, que bien pueden ser al aire libre o en casa. Con ingenio, paciencia y amor, el hogar puede adaptarse a las necesidades del pequeño.

10. El niño a nivel motor será más independiente, lo que significa mayor capacidad para controlar por separado cada segmento motor, reflejado, por ejemplo, en la habilidad para realizar movimientos complejos con cada mano.

Al tiempo que será más independiente se logra mayor coordinación, es decir que los patrones motores, que inicialmente eran independientes, confluirán y se adaptarán para poder realizar movimientos más complejos, hasta alcanzar su automatización.

11. Día tras día es menos bebé y más niño. Sin embargo, su espíritu explorador continúa siendo su principal característica, y se hace cada vez más ambicioso, debido a que ya controla sus movimientos espaciales. Por consiguiente, las actividades que incluyan movimiento continuarán siendo fundamentales en esta 'primera escuela'. Su relación entre cuerpo-espacio está más controlada, lo que capacita al pequeño para enfrentar retos mayores.

Cuando empieza a caminar los límites se desvanecen, y aún los conceptos peligro y riesgo son desconocidos por lo que es necesaria que la supervisión de los adultos sea más estricta y, al mismo tiempo, que los juegos y dinámicas que se compartan con el infante satisfagan sus deseos de correr, saltar, trepar y moverse en todo momento.

12. Si el niño ya camina, asegúrese que siempre baje y suba las escaleras muy cerca de la pared, de la que se apoyará para mantener el equilibrio. Lo ideal es que exista un pasamanos para que el soporte sea más seguro.

Si no cuenta con escaleras, tome libros gruesos u otros elementos que le permitan semejar uno o varios escalones e invite al niño a que los suba y los baje. Puede idear juegos de obstáculos en los que toda la familia, o al menos un miembro de esta, superen este tipo de pruebas en compañía del menor. Cuando él logre hacerlo, felicítelo y reconozca su éxito.

13. En esta época, lo mejor será mantener diálogos básicos y claros con él, preguntándole cómo le fue con su papá, qué hizo en el jardín, cuáles son las partes de su cuerpo. Es clave la importancia de corregir al bebé cuando este no vocaliza bien. Además, pídale e insista en que repita esas palabras que se le dificultan.

14. Juegue con el niño a apilar objetos según su tonalidad. Lo ideal es empezar a hacerlo por los colores primarios: amarillo, azul y rojo.

Para esto, puede emplear pimplones, crayones, peluches y, en general, objetos que estén en casa. Rayar libremente es divertido para el infante, pero también lo es colorear con la asesoría de sus padres. Una forma de hacerlo es indicándole con un dibujo de paisaje.

15. Entre los 12 y 24 meses, el destete es lo ideal. Si el bebé no está preparado para recibir alimentos diferentes a la leche, se generan problemas digestivos. Si se posterga ese momento se presenta desnutrición, ya que se genera una descompensación.

16. En este año continuarán con el proceso de la dentición. Para aliviar la sensación de la erupción y la irritación, los niños introducen en su boca todo lo que encuentran: sus manos, ropa y juguetes. Eventualmente, empezarán a babear y se enrojecerán las mejillas y la barbilla.

17. Su crecimiento dependerá de la propia constitución física, de factores hormonales, de la alimentación y el historial médico. Se da la interacción herencia-ambiente en la configuración de las curvas de crecimiento individual.

## **Referencias**

Recuperado de: <https://www.abcdelbebe.com/nino/de-1-ano-a-2-anos-actividades-para-el-desarrollo-de-los-s-15476>