



CARACTERÍSTICAS DE DESARROLLO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 0 A 3 AÑOS

Actividad física: se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía.

Etapa de 45 Días a 6 meses

- Mantiene la cabeza erguida mientras está sentado.
- Permanece sentado con apoyo.
- Se apoya con sus manos y levanta el tórax.
- Toma y sostiene objetos con una mano.
- Busca el lugar de donde vienen los sonidos.
- Estando acostado se voltea de un lado a otro.
- Se ríe y mueve sus brazos y piernas cuando se acercan a jugar con él.



Etapa de 6 meses a 1 año

- Se arrastra y gatea.
- Se sostiene de muebles para agarrarse.
- Se mantiene de pie y da pasitos con ayuda.
- Responde a su nombre.
- Coge objetos pequeños con el índice y el pulgar.
- Manipula objetos, los mete y los saca de recipientes y cajas.
- Empieza a participar en juegos de relación (aplaudir, golpear las manos, jugar a escondidas).
- Enseña o mira alguna de sus pertenencias cuando se le pregunta por ellas.
- Se divierte en manipular o tirar objetos.
- Vocaliza varias sílabas.
- Entiende la prohibición o una orden simple.
- Da gritos de alegría para responder al juego de los adultos.



Etapa de 1 año a 1.6 meses

- Se sube a una silla grande y se sienta.
- Camina sin apoyo.
- Salta, lanza y pateo objetos.
- Jala, empuja, mete y saca objetos.
- Apila 2 o 3 cubos.



- Identifica algunas partes de su cuerpo y cara.
- Está alerta y curioso, explora todo lo que está a su alcance.
- Dice 5 palabras y su nombre.
- Repite un sonido que ha oído.



Etapa de 1.6 meses a 2 años

- Puede subir y bajar escaleras solo.
- Se mueve espontáneamente con la música.
- Corre bien sin caerse.
- Levanta objetos del piso sin caerse.
- Se para de puntitas.
- Apila 4 cubos o más.



- Identifica su imagen en el espejo.
- Inserta figuras geométricas en el orificio correspondiente en una caja.
- Dice oraciones con dos palabras.
- Pone mucho interés en la plática de los adultos.
- Imita los gestos de los adultos.
- Platica lo que acaba de suceder.



Etapa de 2 años a 3 años

- Salta con ambos pies.
- Camina sobre una línea en el piso sin perder el equilibrio.
- Puede pasar agua de un recipiente a otro sin derramarla.
- Reproduce un círculo en un papel.
- Explica una acción.
- Señala cuando se le pregunta donde "hay muchos" y donde "hay pocos"
- Construye puentes con los cubos.
- Cuenta del uno al cinco con los dedos.



Referencia:

Begoña Merino. (S.F). Actividad Física y Salud de 0 a 6 años Guía para docentes de Educación Infantil. 16/08/2021, de Coordinación técnica institucional Sitio web: https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/GuiaAF_0_6años_docentes.pdf