



# TRES



## **Un folleto con una Lista de Control y Consejos sobre el Desarrollo Infantil**

Este folleto fue un proyecto de Pinellas Early Childhood Collaborative y fue redactado por profesionales de primera infancia de la comunidad. El proyecto fue financiado mediante una beca del Consejo de Bienestar Juvenil.

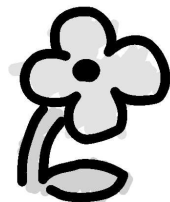
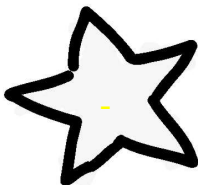
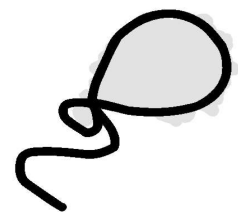
Este folleto forma parte de una serie de folletos de referencia sobre desarrollo infantil. Esta serie contiene:

- Bebés**
- Niños de 1 año**
- Niños de 2 años**
- Niños de 3 años**
- Niños de 4 años**

Para obtener folletos de esta serie, por favor llame al 547-5800.



**Early Learning Coalition  
of Pinellas County, Inc.**





# Comenzando

Usted es el primer y más importante maestro de su niño/a. Su niño/a aprende cada día, mientras usted habla, juega y trabaja junto con él/ella.

El desarrollo de su niño/a es una combinación de edad, crecimiento individual y experiencia. Su niño/a crecerá a su propio ritmo. Un niño/a de tres años de edad puede mostrar conductas más típicas de un niño de dos años, pero también puede tener habilidades verbales y posiblemente las habilidades motrices de niños mayores.

La clave es mantener expectativas apropiadas para su niño/a.

Los niños/as aprenden mientras hacen actividades y el juego es una parte esencial de su aprendizaje. Su niño/a aprenderá mejor cuando esté en un ambiente de actividades que sean interesantes y divertidas.

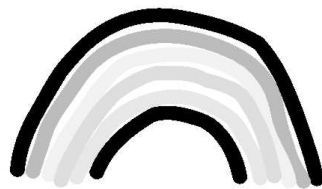
Este folleto está diseñado para ayudarlo a que observe el desarrollo físico, social, emocional y cognitivo (concepto y lenguaje) de su niño/a de tres años de edad.

El mismo provee una lista de control y consejos de guía para ayudarlo a trabajar y jugar con su hijo.

Las listas de control contienen puntos que son importantes en el desarrollo de su niño/a. Estas listas fueron diseñadas para ser utilizadas con niños de tres años de edad. El criterio para muchos de los puntos de la lista de control no debe ser aplicado a niños menores de tres años de edad.

Este folleto forma parte de una serie de folletos de recursos sobre desarrollo de niños. Esta serie también contiene folletos para bebés, niños de un año, niños de dos años y niños de cuatro años de edad.

Para obtener cualquiera de los otros folletos de esta serie, por favor llame al 727-547-5800.



# Desarrollo Cerebral

Su niño/a nació con 100 billones de células cerebrales. Estas células necesitan ser estimuladas para que el cerebro de su niño/a desarrolle de forma apropiada pautas de aprendizaje que utilizará durante su vida. Las actividades que se realizan una y otra vez mediante experiencias tempranas repetidas forman pautas de aprendizaje en el cerebro. Sin estas actividades o experiencias, no se desarrollan las pautas de aprendizaje. Cuando no es utilizada una pauta de aprendizaje, generalmente tiende a desaparecer.

Estudios sobre el cerebro confirmaron lo que los padres inteligentes siempre supieron que los niños necesitan tiempo y atención de los adultos en sus vidas. La importancia de su papel como padre no puede ser subestimada.

Los primeros tres años de vida son críticos para el crecimiento y desarrollo de su niño/a. Sin embargo, el desarrollo cerebral no termina a los tres años de edad. Por lo tanto, es importante que continúe sacando ventaja de la curiosidad natural de su niño/a, dándole actividades y experiencias que ayudarán a su niño/a para que pueda desarrollarse lo mejor posible.

Los niños de tres años aprenden mejor cuando hacen actividades!

## Consejos para el Desarrollo Cerebral

"Lo fundamental en estudios de investigación cerebrales? Ame a sus niños. Hábleles. Léales. Abra sus mentes a la magia del mundo." Rob Reiner

### **Los padres pueden ayudar en este proceso:**

- Reconociendo que su hijo/a es una persona única que se desarrollará a su propio ritmo.
- Advirtiéndolo y respondiendo al humor de su niño/a y dándole palabras para expresar sus emociones.
- Leyendo literatura variada con su hijo/a, cantándole y cantando con él/ella y dándole oportunidades de escuchar música a diario.
- Dándole a su niño/a muchos momentos interrumpidos de movimiento, juego y exploración en un ambiente seguro.
- Estableciendo rutinas para eventos cotidianos, como por las mañanas, durante las comidas, siestas y hora de dormir.
- Limitando la cantidad de tiempo que su niño/a pasa mirando televisión y usando juegos de computadora.
- Ofreciendo a su niño/s agua durante el día, para mantener su cerebro activo.



Para información adicional e ideas que puede utilizar mientras trabaja con su niño/a, por favor siga leyendo!

## Su Niño/a ...

	Si	No Aún
... reconoce y nombra los colores?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...combina u ordena objetos por color, forma, tamaño o textura?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...muestra interés en los números y en contar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...entiende conceptos (por ejemplo, adentro, afuera, debajo, sobre, apagado, adelante, atrás, lleno, vacío, pesado, liviano)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...nombra las partes del cuerpo y sus funciones (por ej., cabeza, manos, brazos, rodillas, piernas, mentón, pie, partes de la cara)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...actua un cuento simple, siguiendo el orden de los eventos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...usa muñecos de peluche, muñecas y otros objetos y juega simulando con ellos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...identifica objetos por tamaño (por ej., más grande, más pequeño, más largo, más corto)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...muestra curiosidad, persistencia y conducta de exploración?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos para el Desarrollo de Conceptos

Los niños pequeños construyen su propia comprensión de los conceptos mientras interactúan y trabajan materiales reales, personas, eventos, e ideas en forma creativa y didáctica.

### **Los padres pueden ayudar en este proceso:**

- Dándoles juguetes apropiados para su edad, lo cual lo alienta a pensar y a resolver problemas, como rompecabezas de entre 6 y 91 piezas, bloques, o juegos para ordenar. Háblele sobre similitudes y diferencias mientras juega.
- Ofreciéndole objetos seguros alrededor de la casa (por ej., cajas vacías, tubos de cartón) para usar en juegos creativos.
- Alentando a su niño/a para que ayude en las actividades diarias (por ej., poner la mesa, armar pares de medias, y cocinar comidas simples).
- Cantando canciones, jugando con los dedos, y jugando juegos con los niños (por ej., Yo Veo").
- Dándoles juguetes apropiados para su edad (por ej., muñecas, muñecos de peluche, disfraces) que estimulen el juego y la imaginación.
- Hablando sobre las formas que puede ver en el entorno.
- Permitiendo que su niño/a complete las palabras faltantes en los libros familiares, y en las canciones infantiles.



## Su Niño/a ...

	Si	No Aún
... se lava las manos usando jabón y se seca con una toalla en forma independiente?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... agarra la comida de una bandeja y se la sirve en su plato usando cubiertos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... realiza juegos de manipulación (por ej., collares de cuerda, ganchos grandes, y actividades de encastre)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... copia formas simples, como círculos o cruces?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... corta con tijeras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... usa crayones o marcadores (sosteniéndolos en la forma apropiada) para dibujar y hacer garabatos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... usa tenedor y cuchara cuando come?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... se pone la ropa, como camperas o suéters sin ayuda?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... pedalea en un triciclo o juguete para montar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... agarra una pelota con ambas manos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... sube una escalera y baja un tobogán sin ayuda?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos para el Desarrollo Físico

"Tienes un cerebro en tu cabeza y pies en tus zapatos. Puedes dirigirte hacia cualquier dirección que elijas." - Dr. Seuss

### Los padres pueden ayudar en este proceso:

- Dándole rompecabezas de tamaño apropiado, tabla perforada y ganchos, cuerdas y otros objetos para manipular.
- Proveyéndole experiencias con tijeras, ya sea cortando pasilla y tizereteando y/o cortando papel.
- Proveyéndole a su niño/a oportunidades para disfrutar de marcar sus huellas digitales, jugar con pasta, crayones y marcadores.
- Dándole accesorios para jugar con arena y agua (por ej., baldes, palas) para verter, llenar y volcar.
- Proveyéndole experiencias con bloques y/o juegos de construcción.
- Alentando a su niño/a a usar correctamente tenedor y cuchara cuando come.
- Eligiendo vestimenta que sea fácil de poner y sacar, alentando a su niño/a a que abra y cierre los cierres y botones.
- Alentando a su niño/a a que disfrute de actividades al aire libre, como correr, saltar, y escalar.
- Permitiendo que su niño/a juegue en un lugar al aire libre y use juegos de montar y triciclos.



## Su Niño/a ...

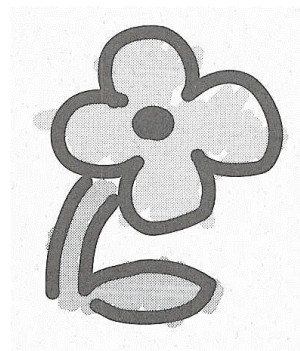
	Si	No Aún
...tiene una rutina fija y un programa para prepararse para dormir (por ej., lavarse los dientes, bañarse), irse a dormir y comer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... imita sus buenos hábitos como ejemplo (por ej., se cubre la nariz y boca cuando estornuda, se lava las manos después de ir al baño y antes de comer)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... expresa en forma consistente su necesidad de ir al baño?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... visita al médico y al dentista en forma regular?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... come alimentos saludables?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... pasa más tiempo jugando que mirando TV o usando la computadora?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos de Salud y Seguridad

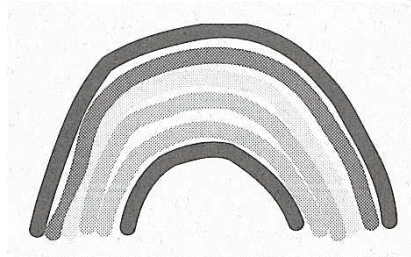
"Muchas cosas que necesitamos pueden esperar. Los niños no. Ahora es el momento en que sus huesos se están formando; su sangre se está formando; su mente se está desarrollando. No les podemos decir mañana. Su nombre es hoy." - Gabriela Mistral

### **Los padres pueden ayudar en este proceso:**

- Asegurándose de realizarle controles médicos regulares a su niño/a, que tenga las vacunas actualizadas y atención médica adecuada cuando lo necesite.
- Estableciendo momentos de descanso/siesta durante el día y un horario fijo para dormir.
- Asegurándose que su niño/a tenga asiento de inodoro de tamaño apropiado o algún escalón para ayudarlo/a a que vaya al baño en forma independiente.
- Dándole a su niño/a oportunidades de hacer ejercicio.
- Supervisando siempre a su niño/a cuando esté en o cerca del agua. Dándole clases de natación.
- Dando el ejemplo y alentando a su niño a que consuma comida saludable y limitando el consumo de comida chatarra.
- Enseñándoles prácticas simples de seguridad (por ej., cruzar la calle, usar cinturones de seguridad apropiados para el auto, sujetarse de las barandas).
- Limitando el tiempo que pasan frente a la TV/Computadora. Limitar la exposición de los niños a la TV puede reducir el riesgo de desarrollar ADHD (Síndrome Hiperactivo de Déficit de Atención).
- Colocando el número del 911, del centro de control de intoxicaciones, y otros números de emergencia en o cerca de todos sus teléfonos.



- Removiendo los peligros de su hogar y de las afueras; teniendo extinguidores de incendio; tomando cursos de primeros auxilios y resucitación cardio-pulmonar (RCP).
- Manteniendo un ambiente seguro para su niño/a (por ej. Asegurando tomas eléctricas, sustancias peligrosas, pestillos de puertas) a medida que su niño/a se vuelve más curioso/a. Siempre vigile atentamente a su niño/a.
- Manteniendo todas las armas fuera de su casa o dejándolas bajo llave, descargadas y sin municiones, en un armario cerrado fuera del alcance de su niño/a. Guarde las municiones por separado.



## Su Niño/a ...

	Si	No Aún
... usa oraciones completas para expresar sus necesidades?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... sigue sus directivas cuando le da instrucciones de dos o mas pasos (por ej., "Pon tu papel en la mesa y siéntate en tu silla.")?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... demuestra un incremento continuo en el desarrollo de su vocabulario (Usa plurales, agrega "ing" o "...ndo" cuando es apropiado, usa palabras que denotan tamaño como más grande, más pequeño)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... canta canciones simples y recita canciones infantiles?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... pregunta y responde preguntas de "quien" "que", "cómo", y "cuando"?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... conversa con otros niños y adultos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... habla de forma tal que los demás puedan entenderlo la mayor parte del tiempo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... usa los pronombres correctamente en una conversación (por ej., ella, él, yo, mi, su)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... describe un evento reciente y responde preguntas sobre el mismo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... inventa "diálogos" cuando interviene en juegos teatrales?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos para el Lenguaje

Asentir con la cabeza, dar pisotones y saludar con las manos son todas formas de comunicacion. La habilidad de su niño/a para comunicarse y usar palabras para expresarse por sí mismo/a se desarrolla en forma significativa.

### **Los padres pueden ayudar en este proceso:**

- Hablando con su niño/a sobre sus intereses y experiencias diarias.
- Respondiendo preguntas que requieren más que un simple "sí" o "no" como respuesta.
- Contestando pacientemente a las preguntas de su niño/a.
- Escuchando y permitiendo que su niño/a sepa que lo que él/ella dice es importante.
- Mirando a su niño/a a los ojos para mostrarle interés cuando conversa con usted.
- Proveyéndole experiencias y actividades interesantes al niño/a y "dándole" las palabras para describir lo que ocurre.
- Cantando canciones simples (por ej. , "Las ruedas en el Autobus") ( "The Wheels On The Bus") con su niño/a.
- Recitando canciones infantiles (por ej. , "Estaba la Pájara Pinta") y jugando juegos de manos (por ej., "La Pequeña, Pequeñita araña") ("The Itsy Bitsy Spider") con su niño/a.





## Su Niño/a ...

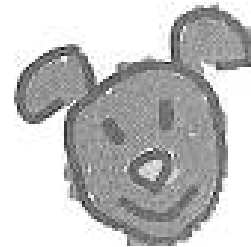
	Si	No Aún
... sostiene un libro en la posición correcta y le da vuelta a las páginas una a la vez, comenzando por el principio del libro?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... sabe cómo cuidar de un libro?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... mira los libros o las imágenes en forma independiente?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... disfruta de que le lean?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... lo imita leyendo libros, revistas, cartas, periódicos, recetas, etc.?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... disfruta de dibujar y pretende escribir?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... describe sus dibujos y le hace garabatos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... lo imita escribiendo (por ej., notas, recetas, listas, cartas, recordatorios)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... realiza juegos imaginarios, escribiendo carteles, cartas, y creando listas de compras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... reconoce carteles de su entorno (por ej., carteles de las calles, envases de alimentos, carteles de restaurante)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... sostiene un lápiz, crayón o lapicero entre los dedos y el pulgar como un adulto?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... reconoce la primera letra de su nombre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos de Lectura y Escritura

Modelando la importancia de la palabra escrita y proveyendo oportunidades de lectura y escritura temprana, mantendrá a su hijo/a con interés y muchos deseos de continuar aprendiendo. Leer con un niño de tres años no significa leer cada palabra de cada página. Con frecuencia, hablar de los dibujos que se ven en el libro se convierte en el cuento. Esto ayuda a construir el vocabulario y también enriquece el lenguaje y la comprensión.

### **Los padres pueden ayudar en este proceso:**

- Dándoles gran cantidad de libros a su niño/a, incluyendo canciones infantiles y cuentos de hadas.
- Teniendo libros en distintos lugares de la casa, en donde su niño/a pueda acceder a ellos en forma fácil y segura.
- Permitiendo que su niño/a elija los libros para llevar en el auto cuando va al médico, restaurantes, etc.
- Leyéndole sus cuentos favoritos una y otra vez, sustituyendo en ocasiones el nombre de uno de los personajes del cuento con el nombre de su niño/a.
- Regalándole libros a su niño/a.
- Dándole un lugar cómodo y tranquilo de lectura.



- Aceptando cuando su niño/a "pretende" leer y escribir, sabiendo que está bien que haga garabatos.
- Señalando textos en el entorno (por ej., carteles, envases de alimentos, restaurantes).
- Dándoles crayones, marcadores lavables, lápices, tiza, papel, y un lugar para escribir.
- Teniendo un lugar para exhibir los dibujos de su niño/a y sus intentos de escritura.
- Dejando que su niño/a vea que usted lee y escribe, ya sea por trabajo o por placer, y diciéndole lo que está escribiendo.
- Haciendo libros con su niño/a con fotos familiares o imágenes tomadas de revistas y periódicos.
- Permitiendo que su niño/a describa sus dibujos y luego escriba las palabras.



## Su Niño/a ...

	Si	No Aún
... usa palabras para expresar su enojo o frustración?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... toma turnos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... usa palabras tales como "Por favor" y "gracias"?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... intenta realizar tareas nuevas, sabiendo que está bien equivocarse?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... muestra independencia, intentando hacer cosas por sí mismo/a (por ejemplo, vestirse, ordenar sus juguetes y pertenencias)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... solicita ayuda cuando la necesita?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... muestra conciencia por los sentimientos de los demás?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... entiende los pedidos simples?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... muestra comprensión de los límites y rutinas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... tiene oportunidad de jugar con sus pares y hacer amistades?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... muestra sentido del humor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... se siente orgulloso/a de sus logros independientes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Consejos para el Desarrollo Social y Emocional

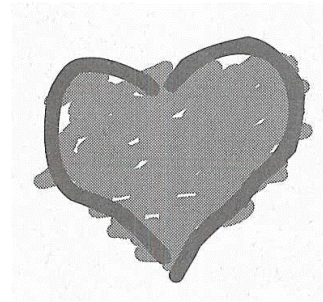
La mayoría de los padres desearían evitar las rabietas y lágrimas de sus niños, pero esto rara vez ocurre. Aprender a compartir, probar nuevas cosas y hacer amigos son aspectos que se desarrollan con el tiempo. Trate de sacar provecho a los primeros años de sus niños, ofreciéndoles una mano de ayuda, una voz calma y dulce, y todo el aliento que pueda darle.

### **Los padres pueden ayudar este proceso:**

- Demostrándole amor a su niño/a con abrazos, sonrisas y compartiendo momentos felices juntos.
- Recordando utilizar palabras amorosas mientras guía y corrige a su niño/a (ej. "yo te amo, pero no me gusta que golpees").
- Permitiendo que su niño/a sepa exactamente lo que usted espera.
- Siendo un buen ejemplo, tratando a su niño/a y a los demás con respeto.
- Permitiendo que su niño/a sepa lo que debe hacer, así como lo que no debe hacer.
- Haciéndole saber a su niño/a que todos los sentimientos están bien (por ej, diga "Veo que eso realmente te asusta.")
- Enseñándole formas aceptables de expresar los sentimientos (por ejemplo, diga "Está bien que estés enojado/a, pero debes usar tus palabras y no tus manos.")



- Evitando la violencia y las expresiones inapropiadas de enojo en la casa y por televisión.
- Diciéndole a su niño/a cuando hace algo bien.
- Alentando a su niño/a para que intente realizar nuevas tareas y apoyando sus esfuerzos e iniciativas.
- Dándole oportunidad a su niño/a para que elija entre dos opciones en las comidas y/o cuando se está vistiendo.
- Dándole tiempo a su niño/s para que estén con otros niños, ya sea en un grupo de juegos, yendo a la biblioteca a escuchar cuentos, o jugando en el parque.
- Siendo una guía para ayudar a los niños a aprender los conceptos de compartir y tomar turnos.
- Dando el ejemplo en el uso de las palabras "por favor" y "gracias."



# Desarrollo del Niño

Llame para obtener información sobre:

- **preocupaciones sobre el desarrollo de mi niño/a?**

Exámenes para Bebés/ Niños.....Programa de Intervención Temprana  
.....727-767-4403  
Exámenes Para Preescolares.....FDLRS (Child Find) - 727-462-1588

- **preocupaciones sobre la conducta de mi niño/a**

.....Proyecto Desafío - 727-547-4212

- **guía para padres e hijos?**

Recursos comunitarios..... (Línea de ayuda)..... 211  
Bibliotecas Públicas..... (busque las listas en su guía telefónica)  
Mary Faust - Biblioteca de Recursos para Cuidado infantil.....727- 725-9778  
Biblioteca del Consejo de Bienestar Juvenil.....727-547-5670

*-También puede encontrar información adicional en sitios web, tales como:*

familyplay.com  
parentsoup.com  
kidsgrowth.com

startingpoints.com  
zerotothree.org  
iamyourchild.org

# Salud y Seguridad

## Llame para información sobre:

- **una emergencia médica?** .....911
- **centro de intoxicación?** .....1-800-222-1222
- **educación de asientos para niños y seguridad en automóviles?....** 727-892-KIDS (892-5437)
- **casa segura para niños, agua saludable, prevención de accidentes?.....**  
.....727-898-SAFE (898-7233)
- **servicios médicos (exámenes de bajo costo e inmunizaciones)?**  
Departamento de Salud del Condado de Pinellas.....727-824-6900  
Centros Comunitarios de Salud de Pinellas.....727-821-6701
- **seguro de salud de bajo costo?.....**Florida Kid Care ...1-888-352-5437
- **primeros auxilios para bebés/ niños y clases de resucitación?**  
Cruz Roja Americana (American Red Cross).....727-446-2358  
Asociación Americana del Corazón (American Heart Association)..727-570-8701
- **productos no seguros o artículos retirados del mercado?** .....1-800-638-2772
- **recursos comunitarios (vestimenta, refugio de emergencia, consejería familiar)?**  
.....(Línea de ayuda) 211
- **nutrición?**  
Servicio de Extensión Cooperativa.....727-582-2100  
WIC (Mujeres, Bebés, Niños).....727-824-6900
- **denuncia de sospechas de abuso de niños/ negligencia**.....1-800-96-A-BUSE  
(Las llamadas se mantienen anónimas)

# Asistencia para niños

*Llame para obtener información sobre:*

- **centros y hogares de cuidado para niños**.....Recursos y Referencia de  
.....Asistencia para Niños -727-547-5750
- **ayuda para pagar las cuotas de cuidado para niños**.....  
.....Asistencia Coordinada para Niños 727-547-5700
- **antecedentes y licencia de los proveedores Consejo de Licencias**  
.....del Condado de Pinellas 727-547-5800

*(niveles de cumplimiento , quejas)*