

# Legs and Feet

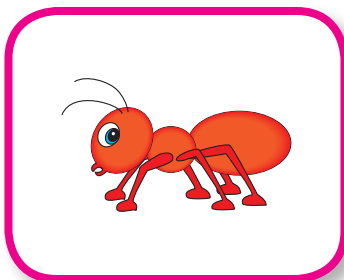
## Learning Experiences



**Bicycle Fun**  
18-36 months



**Little Steps, Big Steps**  
18-36 months



**Little Ant**  
18-36 months



**I Can Jump**  
24-36 months

## Before Your Home Visit

Visit [portal.frogstreet.com](http://portal.frogstreet.com) to print the **learning experiences** and **parent education** materials you will use during your visit and leave with families after your visit.

## Did You Know?

Most toddlers will begin to walk between 10-16 months. After they are secure on their feet, they begin to move in all directions. They try new movements like climbing (12 months), running (17 months), kicking (18-24 months) and jumping (21-24 months). As children become more mobile, it is very important to “think ahead” of them to prevent accidents.

All of these new movements little ones are trying are important for their development. So look for ways to support active little ones and keep them safe while they move around. For example, if you see some natural jumping pads (such as sofas and beds) where a child might try to jump off, make sure the landing spots are soft and not close to furniture with sharp edges. Always be on the lookout for possible danger and “think ahead” to avoid it.

Between 18-36 months, children will learn to twist and turn while dancing, stand and walk on tiptoes, climb stairs, and jump. Offer plenty of activities that provide practice with these moves.

## Learning Experiences

Model learning experiences, and then invite parents to take the lead as they adopt the role as their child’s first teacher.

## Parent Education

Share “Safety Tips for Ride-On Toys” with parents.

## Families First

Help parents identify their child’s emerging skills and teach them how to strengthen these skills during their everyday routines.



# Piernas y pies

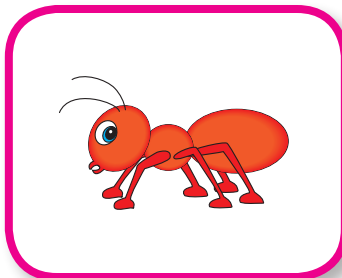
## Experiencias que enseñan



**Diversión en bicicleta**  
De 18 a 36 meses



**Pasos pequeños, pasos grandes**  
De 18 a 36 meses



**La hormiguita**  
De 18 a 36 meses



**Puedo saltar**  
De 24 a 36 meses

## Antes de su visita a la casa

Ingrese a [portal.frogstreet.com](http://portal.frogstreet.com) para imprimir las **experiencias que enseñan** y los materiales para **educar a los padres** que usted usará durante su visita y dejará en la casa para la familia.

## ¿Lo sabía?

La mayoría de los niños empieza a caminar entre los 10 y los 16 meses. Cuando ya se sienten seguros sobre sus pies, empezarán a moverse por todos lados. Intentarán hacer nuevos movimientos como trepar (12 meses), correr (17 meses), patear (entre los 18 y los 24 meses) y saltar (entre los 21 y los 24 meses). Conforme los niños se hagan más móviles, es muy importante “pensar por adelantado”, antes que ellos, para prevenir accidentes.

Todos estos movimientos nuevos que están probando son importantes para su desarrollo. Es necesario por lo tanto buscar maneras de apoyar a estos pequeños tan activos, protegiéndolos mientras se mueven por todos lados. Por ejemplo, alrededor de cada lugar acolchado de la casa (como sofás y camas) del que seguramente el niño va a tratar de saltar, ponga algo que amortigüe la caída y aleje los muebles que tengan bordes puntiagudos o cortantes. Siempre esté atento a los probables peligros y piense por adelantado para evitarlos

Entre los 18 y los 36 meses, los niños aprenderán a girar el cuerpo y dar vueltas mientras bailan, se paran y caminan en puntas de pies, suben las escaleras y saltan. Ofrézcales muchas actividades que le permitan practicar estos movimientos.

## Experiencias que enseñan

Modele las experiencias que enseñan y luego invite a los padres a hacerse cargo de la actividad y a asumir el papel de primeros maestros de sus hijos.

## Educar a los padres

Comparta con los padres el texto “Consejos de seguridad para juguetes de montar”.

## La familia es lo primero

Ayude a los padres a identificar las destrezas emergentes de su hijo y enséñeles a fortalecer estas destrezas durante sus rutinas diarias.



# Bicycle Fun

## Did You Know?

Bicycling your toddler's legs is a good muscle-building exercise. At 18 months old, little ones will need you to move their legs. By age two, and with a little practice, toddlers will be able to bicycle their own legs.

## Objectives

**PMP-3.** Uses large muscles for movement.

**C-13.** Uses pretend play.

Invite your toddler to lie on the floor on her back. Kneel facing your toddler and move her legs in a bicycle motion. As your toddler practices this skill of rotating her legs like she is pedaling a bicycle with your help, she will soon be able to do it by herself. When this happens, lie on the floor beside your little one and bicycle your legs too! Recite this fun rhyme while you exercise your legs together. Talk about where you are going on your "bicycles."

One wheel, two wheels on the ground.

My feet make the pedals go round and round.



# Diversión en bicicleta

## ¿Lo sabía?

Mover las piernas del niño con el movimiento de la bicicleta es un ejercicio muy bueno para desarrollar los músculos. A los 18 meses, los pequeños necesitarán que usted les mueva las piernas. Cuando tengan dos años y con un poco de práctica, los niños podrán hacer el movimiento ellos solos.

## Objetivos

**PMP-3.** Usa los músculos grandes para moverse.

**C-13.** Usa juegos de imaginación.

Invite a su hijo a acostarse en el suelo sobre la espalda. Arrodílese frente a su hijo y muévale las piernas con movimiento de bicicleta. Si su hijo practica esta destreza de rotar las piernas como si estuviera pedaleando una bicicleta con su ayuda, en poco tiempo podrá hacerlo por su mismo. Cuando esto suceda, acuéstese al lado de su niño y mueva las piernas también. Recite esta rima graciosa mientras ejercitan las piernas los dos juntos. Hablen sobre dónde irán en sus "bicicletas".

Una rueda, dos ruedas, dan vueltas y vueltas,  
los pies en los pedales de mi bicicleta.



# Little Steps, Big Steps

## Did You Know?

Toddlers sometimes appear to walk as if they are dizzy. This is because parts of the middle ear that control balance are not fully developed until a child is 5-6 years old. The wobbly start that often comes before your toddler's walk is to help gain balance before starting on the journey.

## Objectives

**PMP-3.** Uses large muscles for movement.

**C-2.** Uses understanding of cause-and-effect relationships.

Take little, baby steps (heel to toe) with your toddler across the living room floor or from the car to the house. Count the steps as you take them. Take big, giant steps back to the place you first started, and count these steps as well. Compare how many steps each journey took. Try taking slow steps and fast steps. Sing this song to the tune of "Row, Row, Row Your Boat."

Walk, walk, walk your feet. Everywhere you go.  
Walk them fast. Walk them slow. Walk them heel to toe.



# Pasos pequeños, pasos grandes

## ¿Lo sabía?

Los niños algunas veces parecen caminar como si estuvieran mareados. Esto se debe a que parte de oído medio que controla el equilibrio no se desarrollará totalmente hasta que cumplan de 5 a 6 años. El inicio tembloroso que siempre viene antes de que su hijo avance es para ayudarse a conseguir el equilibrio que necesita para empezar su camino.

## Objetivos

**PMP-3.** Usa los músculos grandes para moverse.

**C-2.** Usa su entendimiento de las relaciones de causa y efecto.

Camine junto a su hijo dando pasos pequeños (apoyando el pie desde el talón hasta el dedo grande) cruzando la sala o yendo del carro a la casa. Cuenten los pasos mientras avanzan. Camine con pasos gigantes de regreso al lugar donde empezaron y también cuenten los pasos. Compare el número de pasos que les tomó cada viaje. Intenten usar pasos lentos y pasos rápidos. Canten esta canción con la melodía de "Row, Row, Row Your Boat."

Mueve, mueve los dos pies. Una y otra vez.  
Rápido ahora lento después. No dejes de mover los pies.



# Little Ant

## Did You Know?

Some children are afraid of all bugs and insects. Others are curious and will try to pick up a bug or insect. Talk with your child about not touching any bugs without your permission.

## Objectives

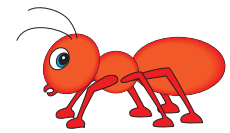
- LC-7.** Understands increasing number of words.  
**C-11.** Observes and imitates sounds, words, gestures, actions, and behaviors.

Teach your child this fun finger play. Invite your child to name the body parts the ant walks on along his journey.

## Little Ant

*(creep fingers up body as described)*

Little ant walking on me,  
 Up my **leg** and past my **knee**.  
 To my **tummy** on he goes,  
 Past my **chin** and to my **nose**.  
 Now he's creeping down my **chin**,  
 To my **tummy** once again.  
 Down my **leg** and past my **knee**,  
 To my **toe** and gone...whoopee!



*(wave goodbye)*

# La hormiguita

## ¿Lo sabía?

Algunos niños les tienen miedo a todos los bichos e insectos. Otros tienen curiosidad y tratarán de recogerlos. Hablen con sus niños sobre no tocar ningún insecto sin su permiso.

## Objetivos

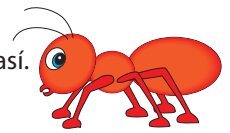
- LC-7.** Entiende un número creciente de palabras.  
**C-11.** Observa e imita sonidos, palabras, gestos, acciones y comportamientos.

Enseñe a su hijo este divertido juego de dedos. Invite a su hijo a decir el nombre de las partes del cuerpo por las que la hormiga camina durante su viaje.

## La hormiguita

*(caminar sus dedos sobre su cuerpo, como se describe)*

La hormiguita camina sobre mí,  
 sube lento mi **pierna** y por mi **rodilla**, así.  
 Luego sube a mi **barriga** y va feliz  
 porque llega a mi **mentón** y a mi **nariz**.  
 Después baja otra vez por mi **mejilla**,  
 resbalando por mi **pierna** y pasando la **rodilla**  
 y así llega hasta mis **dedos** y ¡se aleja la muy pilla!  
*(hacer adiós con la mano)*



# I Can Jump

## Did You Know?

Learning to jump takes strength, coordination, and courage. Little ones will first practice shifting their weight from one foot to the other. Then they will try jumping off of something low, like a curb or the bottom stair. Finally, they will learn to jump from both feet on a flat surface.

## Objectives

**PMP-2.** Uses perceptual information to direct own actions.

**PMP-3.** Uses large muscles for movement.

Practice jumping off of a low curb or bottom stair with your little one. Hold your child's hand, stand next to her on the curb or step and say, "One, two, three, jump!" as you both jump down together. After practice jumping off of something, your toddler will soon be able to jump from two feet. Place a piece of masking tape on the floor and invite your toddler to jump over it. When your little one has developed this skill, place an empty toilet paper tube in the middle of the floor and encourage your toddler to jump over it. Add fun to the game by reciting the nursery rhyme, "Jack Be Nimble."



Jack be nimble.  
Jack be quick.  
Jack jump over the candlestick.

# Puedo saltar

## ¿Lo sabía?

Aprender a saltar demanda fuerza, coordinación y valentía. Los pequeños practicarán primero pasando su peso de un pie al otro. Luego tratarán de saltar desde algo bajo, como la acera o el último escalón. Por último al final aprenderán a saltar con los dos pies sobre una superficie plana.

## Objetivos

**PMP-2.** Usa información basada en la percepción para dirigir sus propias acciones.

**PMP-3.** Usa los músculos grandes para moverse.

Practique con su hijo a saltar desde la acera o desde el último escalón. Sujete la mano de su hijo, póngase junto a él en la acera o escalón y diga: "Uno, dos, tres, ¡salta!" mientras los dos saltan juntos. Después de practicar saltar desde algo, su hijo pronto podrá saltar desde sus dos pies. Ponga un pedazo de cinta adhesiva blanca en el piso e invite a su hijo a saltar sobre ella. Cuando su hijo haya desarrollado esta destreza, ponga un tubo de papel higiénico vacío en el piso y anime a su pequeño a saltar sobre él. Añada diversión al juego recitando la rima infantil "Juan, sé ligero."



Juan, sé ligero.  
Corre y vuela.  
Juan, ven salta sobre la vela.

## Love & Learn

# Safety Tips for Ride-On Toys



### 12-18 Months

After little ones learn to walk, they can straddle a ride-on toy using their feet to push it along. Children at the younger end of this age range may not be able to alternate their feet when pushing. They will move the ride-on toy along by pushing with both feet together. Ride-on toys must be stable with four or more wheels spaced widely enough apart to create a strong base. The toy should be low enough for a child to get on and off easily. The child's feet should be placed flat on the floor when seated on the toy.



### 19-23 Months

Little ones in this age range enjoy sitting inside a ride-on toy and moving it by pushing with their feet. Toddlers this age are experimenting with cause-and-effect so they enjoy a ride-on toy that makes sounds, such as a beeping horn or a sound caused by the toy's movement. Little ones also enjoy collecting items and carrying them so a ride-on toy with compartments and bins that open and close will be of great interest.



### 24-36 Months

Children two years old enjoy pretend play so realistic ride-on toys like fire engines are popular. Two-year-olds have greater coordination and balance so they can enjoy riding a slow-moving three-wheeled scooter. They are learning to pedal and some children may start using tricycles with pedals as they get closer to age 3.



### 3-4 Years

Three-year-olds can pedal and have the coordination to steer with a handlebar. They can use three-wheeled scooters, but do not yet have the balance for two-wheeled scooters and bicycles. Tricycle wheels should be about 12 or 13 inches. As children's motor skills develop (around age 4), they can use a small bicycle with training wheels and foot brakes (not hand brakes).

# Consejos de seguridad para juguetes de montar



### De 12 a 18 meses

Después de que los pequeños aprenden a caminar, ya pueden subirse en un juguete de montar y manejarlo usando los pies para empujarse. Los niños más jóvenes de este rango de edad podrían no ser capaces de alternar los pies al empujar. Harán avanzar el juguete empujando con las dos piernas juntas. Los juguetes de montar deben ser estables y tener cuatro o más ruedas separadas con suficiente amplitud para crear una base fuerte. El juguete debe ser suficientemente bajo para que el niño pueda subir y bajarse con facilidad. Cuando esté sentado sobre el juguete, los pies del niño deben tocar el piso por completo.



### De 19 a 23 meses

A los pequeños de esta edad les gusta sentarse en un juguete para montar y moverlo empujando con los pies. Los niños pequeños de esta edad están experimentando con la relación causa y efecto por lo que les gustará mucho un juguete de montar que tenga sonidos como una bocina o un sonido producido por el movimiento. A los pequeños también les gusta recoger cosas y llevarlas con ellos de modo que un juguete de montar con compartimientos que se abran y se cierren será de gran interés.



### De 24 a 36 meses

Los niños de dos años disfrutan de los juegos de imaginación así que los juguetes de montar realistas, como los carros de bomberos, son populares. Los niños de dos años tienen una mejor coordinación de modo que pueden disfrutar una patineta de tres ruedas de movimiento lento. Están aprendiendo a pedalear y podrían empezar a usar triciclos con pedales al acercarse a los tres años.



### De 3 a 4 años

Los niños de tres años ya pueden pedalear y tienen la coordinación para mover un timón. Ellos pueden usar patinetas de tres ruedas, pero no tienen todavía el equilibrio para manejar patinetas de dos ruedas y bicicletas. Las ruedas del triciclo deben medir de 12 a 13 pulgadas aproximadamente. A medida que las destrezas motoras de los niños se desarrollan (alrededor de los 4 años) podrán usar una bicicleta pequeña con ruedas de entrenamiento y pedales de pie (no pedales de mano).