



Concord Children's Clinic
Keeping Our Kids Healthy & Happy

2.5 YEAR VISIT

1 SCHEDULE

Transitions - like leaving the house, going to bed or stopping a game – can be hard for children to manage. Prepare in advance by making a schedule like they use in school and talking about what comes next. Using timers or giving warnings like “5 minutes left” can also help.

2 SORT

Put anything and everything into groups or categories. For example, start with having your child name things that are yellow and then name things that move. Then try talking about how things can be in more than one category, like a school bus which is yellow AND moves!

3 ASK

Ask your child questions throughout the day. Make sure you give them time to answer. When they feel like you want to hear what they say, it builds your child’s confidence and success in school.

4 PAUSE

Use time-outs or pauses when your child hits, kicks or is physically aggressive. Time-outs should be only 30 seconds, in a quiet place that is not for sleeping, and are NOT about punishment. Think of pauses as a chance for you and your child to calm down, take a few deep breaths and come back to an activity.

5 PLAY

Playing games where your child practices moving and stopping can help prepare him for school.

Stomping Game

Vroom™ Tip: Does your child want to get up and move? Play a “Stomping Game!” Stomp your feet one, two, or three times and encourage your child to follow your lead. Pay attention to how they stomp and then imitate them. Take turns. They can follow your lead or you can follow theirs. Change the pace by stomping slowly or quickly. See if they can copy your rhythm.

Brainy Background

Your child is building their brain when they imitate your actions and remember which movements to repeat. They have to remember the pattern and rhythm while moving too! This takes attention and focus. Together you’re building skills important for learning. It’s also a fun way to connect with each other. For more tips like these, download the free app at www.Vroom.org!

powered by
vroom™



VISITA DE LOS 2 AÑOS Y MEDIO

1

PROGRAMAR

Las transiciones, como salir de casa, acostarse o detener un juego, pueden ser difíciles de manejar para los niños. Prepárelos con anticipación haciendo un horario como el que usan en la escuela y hablando sobre lo que viene después. El uso de temporizadores o avisos, como “quedan 5 minutos”, también puede ayudar.

2

CLASIFICAR

Ponga todo en grupos o categorías. Por ejemplo, comience por hacer que su hijo nombre cosas que son amarillas y, después, que nombre cosas que se muevan. Después, intente hablar sobre cómo las cosas pueden estar en más de una categoría, ¡como un autobús escolar, que es amarillo y se mueve!

3

PREGUNTAR

Hágale preguntas a su hijo a lo largo del día. Asegúrese de darle tiempo para responder. Cuando los niños sienten que usted quiere escuchar lo que dicen, se genera confianza en el niño y éxito en la escuela.

4

PAUSA

Use tiempos fuera o pausas cuando su hijo golpee, pateo o use algún tipo de agresión física. Los tiempos fuera deben ser de solo 30 segundos, en un lugar tranquilo que no sea para dormir y NO se tratan sobre los castigos. Piense en las pausas como una oportunidad para que usted y su hijo se calmen, respiren profundo y vuelvan a hacer una actividad.

5

JUGAR

Incluir juegos en los que su niño practique moverse y detenerse puede ayudarlo a prepararse para la escuela. Siga leyendo para saber por qué es importante y qué puede hacer usted.

Juego de Pisar Fuerte

Consejo de Vroom™: ¿Tu niño quiere ponerse de pie y moverse? ¡Jueguen a los “pisotones”! Pisa fuerte con tus pies una, dos o tres veces y anímalo a hacer lo mismo. Presta atención a cómo pisotea y, luego, imítalo. Tórnense para que él siga tus movimientos o para que tú sigas los suyos. Cambia el ritmo al pisotear de manera lenta o rápida y fíjate si él puede seguirte.

La Ciencia Tras La Acción powered by **Vroom™**

Este juego estimula el funcionamiento del cerebro de tu niño cuando él intenta imitar tus acciones y recordar qué movimientos repetir. Además, debe usar la concentración para recordar el patrón y el ritmo. De esta manera, tu niño desarrolla habilidades importantes para el aprendizaje y se conecta contigo de una manera divertida. Para obtener más consejos como estos, descargue la aplicación gratuita en www.Vroom.org.

