

# Six Big Changes for Toddlers

Between 6 months and 2 years of age, children...



## Grow more slowly

- Toddlers get bigger and stronger but their growth slows down.
- Since they are growing more slowly, they will not always want to eat as much as parents expect.
- Parents may think their toddler is “picky” or has a “bad appetite.”



## Need to practice their new motor skills

- Between 6 and 18 months, toddlers learn to move in many new ways!
- They need to practice A LOT and may start waking at night or refusing food to get the practice they need.
- Parents are confused when toddlers wake up to practice. Giving toddlers more time to practice during the day can make a big difference. Once the skills are mastered, toddlers don't need to practice as much.



## Need to practice using their fingers

- Toddlers have a strong need to practice exploring with their fingers, so they love feeding themselves.
- Practicing is so important that it can become more important than sleeping or eating.
- Practicing during mealtimes can be messy and frustrating for parents.



## “Ask” their caregivers to help them learn

- Toddlers learn by interacting with caregivers. They will look at caregivers' faces when trying new things. They point at everything they want to learn about, even foods, but this doesn't necessarily mean they are hungry.
- By 18 months, toddlers are more comfortable learning on their own.
- By paying attention and talking to their toddlers, about their toys and actions, parents will help toddlers learn; this is not spoiling, it's learning!



## Get better at remembering things

- Toddlers begin to remember more about what they like and don't like, including specific foods.
- They also remember how, when, and where they are fed (see scripts below).
- Toddlers start to give cues to ask parents for things they can't have.



## Start to use “Scripts” to predict daily activities

- Toddlers need to learn everything about the world around them, so they create “scripts” to help them remember what should happen next, who does what, and what they can do.
- By 11 or 12 months, toddlers have “scripts” for bath time, mealtime, bedtime, etc. If something doesn't happen according to the “script” the toddler may get upset.
- Parents can change the script by repeating a new routine over and over. The toddler will learn a new script.

# Seis Grandes Cambios para los niños pequeños

Entre los 6 meses y 2 años de edad, los niños pequeños...



## Crece más lento

- Los niños pequeños crecen más grandes y fuertes pero su crecimiento es más lento.
- Ya que están creciendo más lento, no siempre quieren comer tanto como los padres esperan.
- Padres pueden pensar que su niño pequeño es "exigente" o tienen un "mal apetito."

## Necesitan practicar sus nuevas habilidades de motor

- ¡Entre los 6 y 18 meses, niños pequeños aprenden a moverse de muchas maneras nuevas!
- Necesitan practicar MUCHO y pueden empezar a despertarse en la noche o negar comida para obtener la práctica que necesitan.
- Los padres están confundidos cuando los niños pequeños se despiertan para practicar. Dándole a los niños pequeños más tiempo para practicar durante el día puede hacer una gran diferencia. ¡Una vez que las habilidades son dominadas, los niños pequeños no necesitan practicar tanto!



## Necesitan practicar usando sus dedos

- Los niños pequeños tienen una gran necesidad de practicar explorando con sus dedos, así que les encanta alimentarse solitos.
- Practicando es tan importante que puede ser más importante que dormir o comer.
- Practicar durante las comidas puede ser desordenado y frustrante para los padres.



## "Pedirle" a sus cuidadores que les ayuden a aprender

- Los niños pequeños aprenden interactuando con sus cuidadores. Ellos mirarán las caras de los cuidadores cuando intente cosas nuevas. Apuntan a todo lo quieren aprender, incluso comida, pero no necesariamente quiere decir que tienen hambre.
- A los 18 meses, los niños pequeños se sienten cómodos aprendiendo solitos.
- ¡Prestando atención y hablando con sus niños pequeños sobre sus juguetes y acciones, los padres ayudaran que los niños pequeños aprendan; esto no es mimar, es aprender!



## Mejoran en recordar cosas

- Los niños pequeños empiezan a recordar más sobre lo que les gusta y lo que no les gusta, incluyendo ciertas comidas.
- También recuerdan cómo, cuándo, y dónde ellos son alimentados (ve los guiones a continuación).
- Niños pequeños empiezan a dar señales para pedir cosas que no deberían tener.



## Empiezan a usar guiones para predecir actividades diarias

- Niños pequeños necesitan aprender todo sobre el mundo a su alrededor, así que crean "guiones" para ayudarlos a recordar lo que debería suceder después, quien hace que, y que pueden hacer.
- A los 11 o 12 meses, niños pequeños tienen "guiones" para la hora de bañar, la hora de comer, la hora de dormir, etc. Si algo no sucede según el "guion" el niños pequeños puede molestarse.
- Padres pueden cambiar los "guiones" repitiendo una nueva rutina muchas veces y el niños pequeños aprenderá el nuevo guión.

