


# Sitting, Turning, and Reaching



*You're reaching high!*

Hold toys in various positions to encourage your baby to stretch and reach for the toys.

Your baby will practice using his hands and body to reach objects and will gain better balance for sitting.



*You're reaching to the side!*



## Why this is important

Providing an interesting object for your baby to reach encourages him to stretch and balance himself while also learning to sit alone. Once he can comfortably sit alone, he will not need his hands for support. Instead, he can use his hands to explore his surroundings. Seeing objects out of reach will eventually inspire him to try new ways to get them, such as crawling.

## What you do

- Begin the game with your baby sitting securely on your lap with your arm wrapped around his waist.
- Hold a noise-making or favorite toy in front of him—just far enough that he needs to lean forward slightly and stretch his arms to reach it. *Can you reach the rattle? Look how you can stretch!*
- Offer encouraging words and hugs when he reaches the toy, while allowing him to play with the object.
- Repeat the game, moving the toy to a new location just within his reach. Be sure to support his body as needed.
- Try moving the toy to his side and observe how he tries to reach it. Does he move his arms and trunk? Does he try to use only one arm? Encourage him to move in a variety of ways by moving the toy to different positions around his body.


## Ready to move on?

Try the game with the baby seated on the floor. If necessary, place pillows around him for support. Let him practice reaching in different directions for the toy by placing it in a variety of locations just within his reach.

### Let's read together!

*Baby Love*  
by Sandra Magsamen


# Sentarse, girar y cantar



*¡Te estás estirando  
muy alto!*

Sostenga juguetes en varias posiciones para que su bebé trate de estirarse y alcanzarlos.

Su bebé practicará el uso de las manos y del cuerpo para alcanzar objetos y adquirirá más equilibrio para sentarse.



*¡Te estás estirando  
hacia un lado!*



## Por qué es importante

Proporcionarle a su bebé un objeto que le interese para que lo alcance, le animará a estirarse y equilibrarse al tiempo que aprende a sentarse sin ayuda. Cuando se pueda sentar, no necesitará las manos para apoyarse. En lugar de eso, podrá usar las manos para explorar sus alrededores. Ver objetos fuera de su alcance servirá para inspirarle a intentar nuevas maneras de alcanzarlos, como gateando.

## Qué hacer

- Comience el juego manteniendo sentado a su bebé en su regazo y sosteniéndolo con uno de sus brazos alrededor de la cintura.
- Coloque uno de sus juguetes sonoros o preferidos frente a su bebé, a una distancia en que ella necesite inclinarse hacia adelante y estirar los brazos para alcanzarlo. *¿Puedes alcanzar el sonajero? ¡Mira cuánto puedes estirarte!*
- Dígale palabras estimulantes y abrácela cuando alcance el juguete pero déle tiempo para jugar con él.
- Repita el juego moviendo el juguete a un lugar distinto fácil de alcanzar. Asegúrese de sostener a la niña.
- Trate de mover el juguete a uno de los lados y observe cómo trata ella de agarrarlo. *¿Mueve los brazos y el tronco? ¿Trata de usar un solo brazo? Anime a su bebé a moverse de distintas maneras colocando el juguete en distintas posiciones alrededor de su cuerpo.*

### ¡Leamos juntos!

*El mundo del bebé: Mi primer libro de palabras e imágenes*  
Stephen Shott

## ¿Listos para avanzar?

Intente realizar el juego sentándose en el suelo con su bebé. Si es necesario, póngale cojines alrededor para que pueda apoyarse. Para que practique alcanzando el juguete en distintas direcciones, póngalo en distintos lugares a su alcance.