



PERÚ

Ministerio
de Educación

APRENDO
en casa

Experiencia de aprendizaje 2 | De 19 a 24 meses



Adquiriendo hábitos de higiene

Guía de soporte socioemocional

Orientaciones para las familias



Duración sugerida:
2 semanas

Queridas familias:

En este tiempo de pandemia que nos ha tocado vivir, muchos hemos perdido a un familiar, amistad o conocido; otros han superado la enfermedad del COVID-19 con muchas dificultades, y todos estamos experimentando nuevas formas de interactuar y comunicarnos dentro y fuera del hogar. Asimismo, nuestros hábitos de higiene y alimentación se han modificado para poder evitar que se propague el contagio de esta enfermedad.

Todo lo antes descrito ha influido en nuestra vida personal y familiar. Nuestras actitudes son diversas y en ocasiones, sin querer, hemos perdido la paciencia y transmitido nuestras preocupaciones y temores a los integrantes de la propia familia, lo que ha ocasionado en algunos casos que las niñas o los niños se muestren temerosos, molestos o irritados. Es por ello que ponemos a su disposición la presente “Guía de soporte socioemocional”, que será difundida de manera quincenal, cuyo título se encuentra en la parte superior de este documento. La guía incluye variadas actividades de acuerdo con las edades de las niñas y los niños para mejorar su estado socioemocional.

Además del nombre de la actividad propuesta, encontrarán cuatro aspectos importantes: los recursos para la actividad, los aprendizajes esperados, las orientaciones previas y su ejecución paso a paso. Recuerden que siempre pueden contar con las orientaciones individualizadas de la tutora o el tutor correspondiente.

Les deseamos muchos éxitos.



Experiencia de Aprendizaje 1

Adquiriendo hábitos de higiene

Esta experiencia de aprendizaje, denominada “Adquiriendo hábitos de higiene”, tiene como propósito que la niña o niño construya su identidad y se desenvuelva de manera autónoma a través de su motricidad. Aprenderemos, como familia, a apoyar en el reconocimiento de aspectos que hacen única/o a nuestro/a niña o niño. Identificando sus características físicas, gustos, disgustos e intereses. Logrando incentivar que participe en sus cuidados desde sus posibilidades y de esta manera fomentar espacios cercanos y afectuosos que le permitirán sentirse seguras/os, confiadas/os y protegidas/os.

Hemos percibido tu necesidad de conocer y reconocer la importancia de educar las emociones desde edades muy tempranas, ya que esta es la base de todos los aprendizajes significativos que llevan a nuestras/os niñas o niños a resolver problemas y situaciones emocionales de forma creativa y optimista. Por ello, cada quincena te acompañaremos a través de esta guía con una actividad de soporte socioemocional que complemente la experiencia de aprendizaje que vayas a desarrollar.



¿Para qué servirá esta guía de soporte socioemocional?

La presente guía te será muy útil porque te propone una actividad y un conjunto de estrategias que permitirán favorecer interacciones amables y afectivas para acompañar de manera respetuosa y valorativa el desarrollo emocional, la confianza y el amor propio de la niña o el niño. Asimismo, los recursos metodológicos utilizados tienen como objetivo fomentar la construcción de su identidad al tomar conciencia de los aspectos que la/lo hacen único/a, y la percepción de la expresión de emociones de los adultos significativos que la/lo rodean al fomentar vínculos afectuosos de confianza y protección. Logrando de esta manera que busque y acepte el consuelo y compañía de su adulto significativo cuando se siente vulnerada/o e insegura/o, así como cuando algunas de sus acciones afectan a otra/o.

Por otro lado, los momentos de juego y cuidado favorecerán y permitirán que las/los niñas o niños descubran las diferentes posibilidades motrices colaborando durante la hora del baño al lavarse la cara, las manos, al usar el cepillo de dientes, y peine desenvolviéndose de manera autónoma a través de su motricidad.

Debemos recordar que el afecto en edades muy tempranas tiene un papel fundamental, ya que ayuda a construir entornos que mejoran todo lo que nos rodea, pues se convierte en una fuente muy segura para aprender, y estos recursos emocionales la/lo acompañarán a lo largo de su vida.

Actividad de soporte socioemocional

Necesito saber que me quieres



¿Qué aprenderá la niña o el niño?

A afianzar el vínculo afectivo de amor y seguridad al interactuar con las personas significativas de su entorno y compartir actos de amor diario y estrecho (caricias, miradas, cosquillas, abrazos, sonrisas y tonos de voz amorosos), consiguiendo de esta manera aprender por observación a comunicar oral y gestualmente su afecto y también pedirlo cuando lo necesita. Asimismo, el experimentar relaciones afectivas, saludables que favorecen su autoestima es la construcción de su identidad.

MIRADA

- Encuentro con el rostro
- Mirada dulce
- Imitación de actos de amor

AFECTO

- Tono de voz amoroso
- Besos
- Sonrisa
- Caricias
- Abrazos
- Cosquillas

TOCAR

- Gestos de amor
- Contacto corporal
- Aproximarse
- Construcción

COMUNICACIÓN

- Palabras reforzantes y cariñosas
- Instrucciones simples



¿Qué se necesita para esta actividad?

- 1/4 de cartulina o una hoja bond A4
- 01 plumón grueso y 01 delgado
- Colores
- 7 dibujos con expresiones de afecto
- Tijeras
- Limpiatipo o maskintape

¿Cómo lo hará?

Actividades previas

Educar y criar en el afecto permite que las niñas y los niños confíen en sí mismas/os y se animen a probar nuevas experiencias, las cuales constituyen oportunidades de aprendizaje, por ello hay que ofrecer amor siempre. La niña o el niño necesita ser atendida/o por un adulto que responda a sus necesidades de forma oportuna y amable.



Por otro lado, muchos padres, no pueden estar todo el día prestando atención al niño o niña porque tienen obligaciones, necesidades, trabajos y actividades por realizar. Estas obligaciones y rutinas laborales hacen que, en muchas ocasiones, no presten atención a las necesidades de afecto de sus hijas e hijos. Por ello, debemos buscar algo que nos haga recordar, que debemos cultivar, diversas formas de vínculo positivo y esto debe hacerse día a día, hasta que dar amor y afecto sea una “rutina” frecuente y practicada por todos los integrantes de la familia. Por lo cual, usar un calendario de amor es muy pertinente para dicho propósito familiar.

A continuación, realiza las siguientes acciones:

- Ubica un lugar cómodo de la casa donde puedas interactuar con el niño o la niña.
- Ten cerca el calendario de amor o pégalo en un lugar visible de tu hogar.



Desarrollo de la actividad

¡A empezar!

Esta actividad ayudará a la niña o el niño a sentirse amado, y consiste en usar un calendario semanal de amor, con el fin de recordar, el darle todos los días un acto de amor, además que puedes ser más creativo al dar afecto y evitar repetir día a día las mismas caricias.

- Primero, construye el calendario de amor, siguiendo los pasos que te brindamos (ver anexo), verás que es muy fácil y divertido!, puedes hacer esto en colaboración con la niña o el niño.
- Como segundo paso, expresa tu amor de diferentes formas a través de actos de amor, recordando hacerlos diariamente, hasta que la niña o el niño también recuerden cuál caricia o acto de amor le toca día a día, con esto inculcarás que el afecto es importante en el hogar. Es importante que empieces tú a darle el ejemplo para luego solicitarle actos de amor. Puedes agregar más de una caricia o acto de amor por día. ¡Disfruta del amor!





Consejos adicionales

- Si la niña o el niño no te puede ver, agrega palabras de afecto y actos más sensoriales y táctiles en tu calendario.
- Si la niña o el niño no te puede escuchar, gesticula con afecto tus actos de amor, también puede usar gestos que significan amor con el lenguaje de señas.
- Si la niña o el niño es muy sensible y no le agrada mucho que lo toquen, agrega actos suaves, palabras, utiliza elementos livianos que te permitan dar actos de amor como plumas o telas suaves.

Recuerda

Toda/o niña o niño, reclama atención muchas veces llorando, es por ello importante atenderla/o, esta es la forma como nos dice que nos necesita y que le hace falta que lo miremos y le hablemos con ternura. Esto nunca le va a hacer mal; por el contrario, le va a enseñar a expresar amor y valorar a las personas que estarán con ellos en su formación familiar, escolar y social.

Por ello, debes practicar todos los días el afecto y usar el calendario de amor como un divertido pretexto para hacerlo, recuerda agregar creativamente más actos de amor, consulta a la niña o el niño qué otras cosas quisieran recibir, si no puede hablar, que te haga el gesto, también pueden dibujar juntos muchos actos de amor.



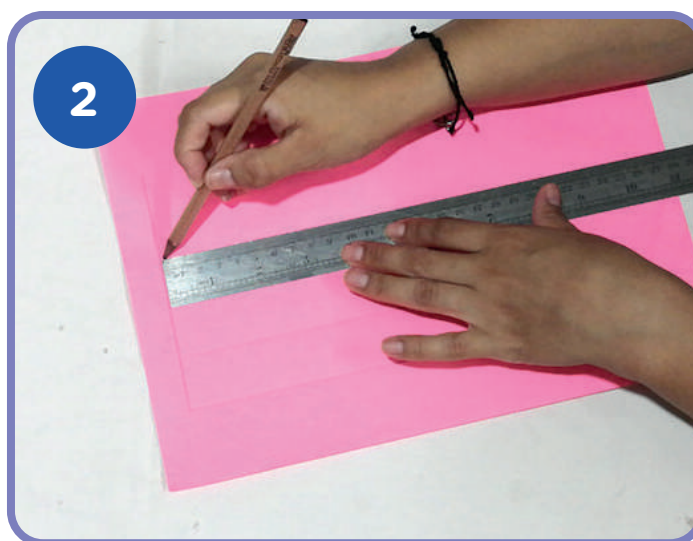
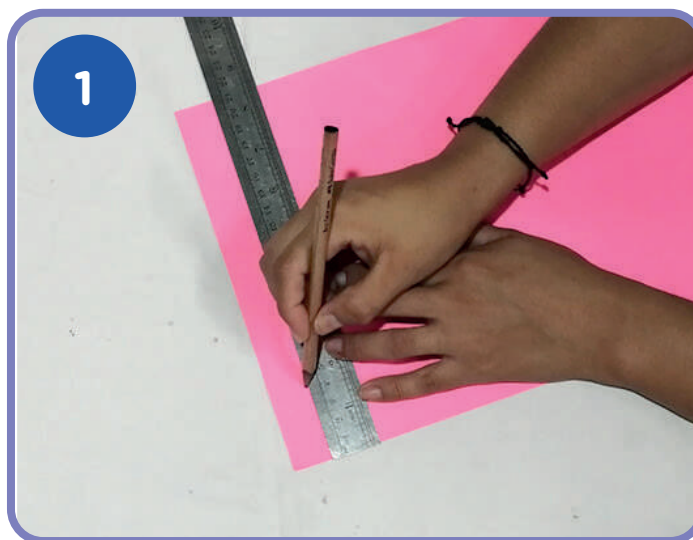


Anexo

Calendario del amor

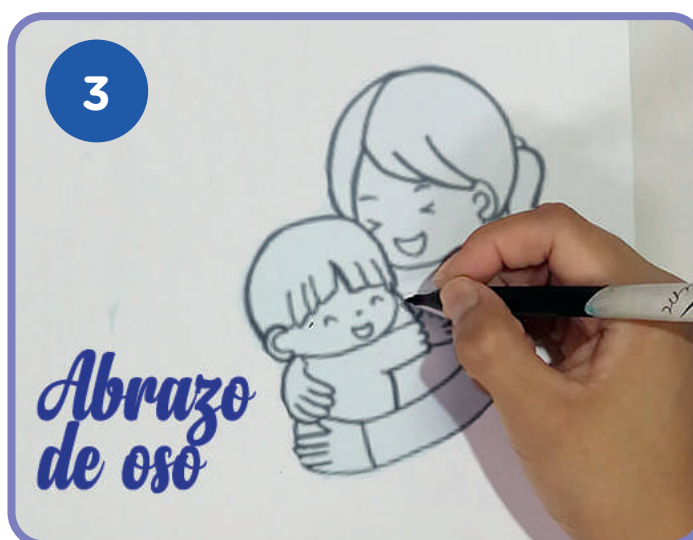
¿Cómo hacer un calendario del amor?

- **Paso 1 y 2:** Toma la cartulina y con la ayuda de una regla dibuja una raya horizontal en la parte superior de la cartulina, dejando 4 cms. Desde el filo de la cartulina hacia abajo; luego dibuja 6 rayas verticales, buscando que queden 7 espacios repartidos de forma uniforme luego en este espacio coloca los 7 días de la semana, de lunes a domingo.



- **Paso 3:** Ahora dibuja o imprime algunas figuras que representen actos de amor y luego recortarlas por los cantos, logrando una silueta. A continuación, te brindamos estos ejemplos referenciales de actos de amor:

- Lunes: un beso en la nariz y un te quiero!
- Martes: beso en las mejillas y eres importante para mí!
- Miércoles: cosquillitas y una sonrisa
- Jueves: cargadas con besitos, una sonrisa y eres un niño/a divertido/a... me la paso muy bien contigo!
- Viernes: caricias en la cara y en el pelo. ¡Eres hermoso/a!
- Sábado: caricias en la espaldita y te amo!
- Domingo: abrazo de oso y ¡tú vales mucho!



Recuerda que las imágenes sean de un tamaño que puedan entrar en el espacio de cada día del calendario, puedes pintarlas para que se hagan más atractivas.

- **Paso 4 y 5:** Coloca o pega en cada día los actos de amor escogidos, repártelos como mejor les parezca a ti y a la niña o el niño.

4 CALENDARIO DEL AMOR

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

5 CALENDARIO DEL AMOR

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
						

“Nadie dice más del alma de una sociedad que la forma en que trata a los hijos”.

Nelson Mandela

El contenido del presente documento tiene finalidad educativa y pedagógica, formando parte de la estrategia de educación a distancia y gratuita que imparte el Estado Peruano.