



Experiencia de aprendizaje 2 | De 25 a 36 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 tutor correspondiente.

Les deseamos muchos éxitos.



Experiencia de aprendizaje 2

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. Aprenderán, como familia, a apoyar en el reconocimiento de aspectos que hacen única/o a su niña o niño. Identificarán 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 las 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 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 vulnerado/a e inseguro/a, así como cuando algunas de sus acciones afectan a otro/a.

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.



Tema 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 sus padres y/o cuidadores significativos de su entorno y compartir actos de amor (caricias, miradas, cosquillas, abrazos, sonrisas y tonos de voz amorosos), consiguiendo de esta manera aprender por observación o imitación a comunicar oral y gestualmente su afecto y también pedirlo cuando lo necesite. Asimismo, el experimentar relaciones afectivas, saludables favorecen su autoestima y 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
- Juego



¿Qué se necesita para esta actividad?

- 1/4 de cartulina o una hoja bond A4
- 1 goma
- 6 dibujos de caricias
- Tijeras
- 01 molde de cubo
- 01 regla
- 01 lápiz

¿Cómo lo hará?

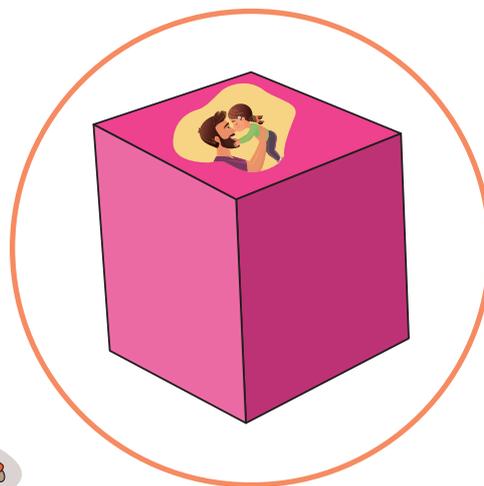
Actividades previas

Cuando una niña o un niño recibe amor mejora su autoestima, se siente segura/o, confían en sí misma/o y se animan a probar nuevas experiencias, las cuales constituyen oportunidades de aprendizaje. Esto le ayudará a enfrentar los problemas que se pueden ir presentando y favorece su capacidad de comunicación y adaptación social. Además, las niñas y niños imitan con mucha frecuencia lo que ven y escuchan, esta es la forma de aprendizaje emocional y comportamental más frecuente en edades tempranas. Esta etapa es muy importante porque será el reflejo de cómo la niña o el niño será en su vida adulta.



A continuación, realiza las siguientes acciones:

- Ubica un lugar cómodo de la casa donde puedas interactuar con la niña o el niño.
- Ten cerca el dado del amor.



Desarrollo de la actividad



¡A empezar!

Esta actividad ayudará a la niña o el niño a sentirse amada/o a través de la imitación de actos de amor, y consiste en jugar con el azar. A través del juego, la niña o el niño podrá recibir y dar un acto de amor observado primero en imágenes y recibido de su adulto significativo. El adulto cuidador puede ser más creativo para dar afecto y aumentar otras caricias.

- Primero, construye el dado del amor, siguiendo los pasos que te brindamos (ver anexo), puedes hacer esto en colaboración con la niña o el niño.
- Comienza la actividad enseñándoles el dado y hablándole a la niña o el niño de cada acto de amor que está pegado en cada lado. En este sentido, será muy importante explicarles con palabras sencillas, la importancia de dar cariño a las personas que amamos y también de saber recibirlos.
- Una vez realizada la explicación, la niña o el niño lanzará el dado en el suelo o en una mesa. Con cada resultado, tanto el padre, madre o adulto cuidador tendrá que imitar por un lado el acto de amor que observa, luego le pedirá a la niña o el niño que también haga lo mismo. Por ejemplo, si sale abrazo de oso cariñoso, nos daremos un abrazo muy fuerte y podemos agregarle palabras de amor como ¡te amo!, ¡eres importante para mí!
- Es importante que todos los que jugamos tengamos la oportunidad de expresarnos y dar y recibir amor.



Consejos adicionales:

- Si la niña o el niño no te puede ver, agrega texturas por cada lado, y asocia una textura con un acto de amor. Es importante que seas tú quien inicie el juego, esto quiere decir, que le des el modelo de afecto por cada textura para que este pueda tener una referencia previa del afecto que va a imitar a partir de sentir el acto cariñoso.
- Si la niña o el niño no te puede escuchar, otra alternativa puede ser buscar actos de amor simbolizados por 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

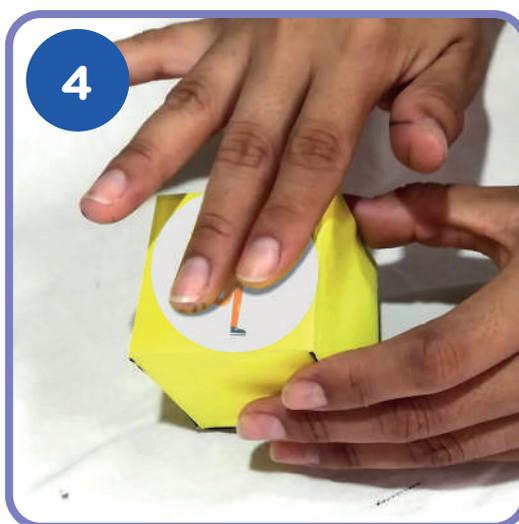
- La imitación permite a las niñas y los niños aprender socialmente y por eso lo hacen, les ofrece la oportunidad de dominar nuevas habilidades que sus padres ya hacen y dentro de esto los estilos de afecto que se dan dentro de una familia. Además, la imitación ayuda no sólo a aprender habilidades sociales, sino que también ayuda a potenciar la empatía y a ser cariñosos con quienes nos rodean.
- Las niñas y los niños imitan palabras cariñosas, gestos amorosos, expresiones tiernas, emociones positivas y todo lo que vean diariamente en casa... tanto si es positivo como si es negativo. Por eso, ¡A cuidar lo que expresamos con nuestros actos!... para que estos sean actos de amor.

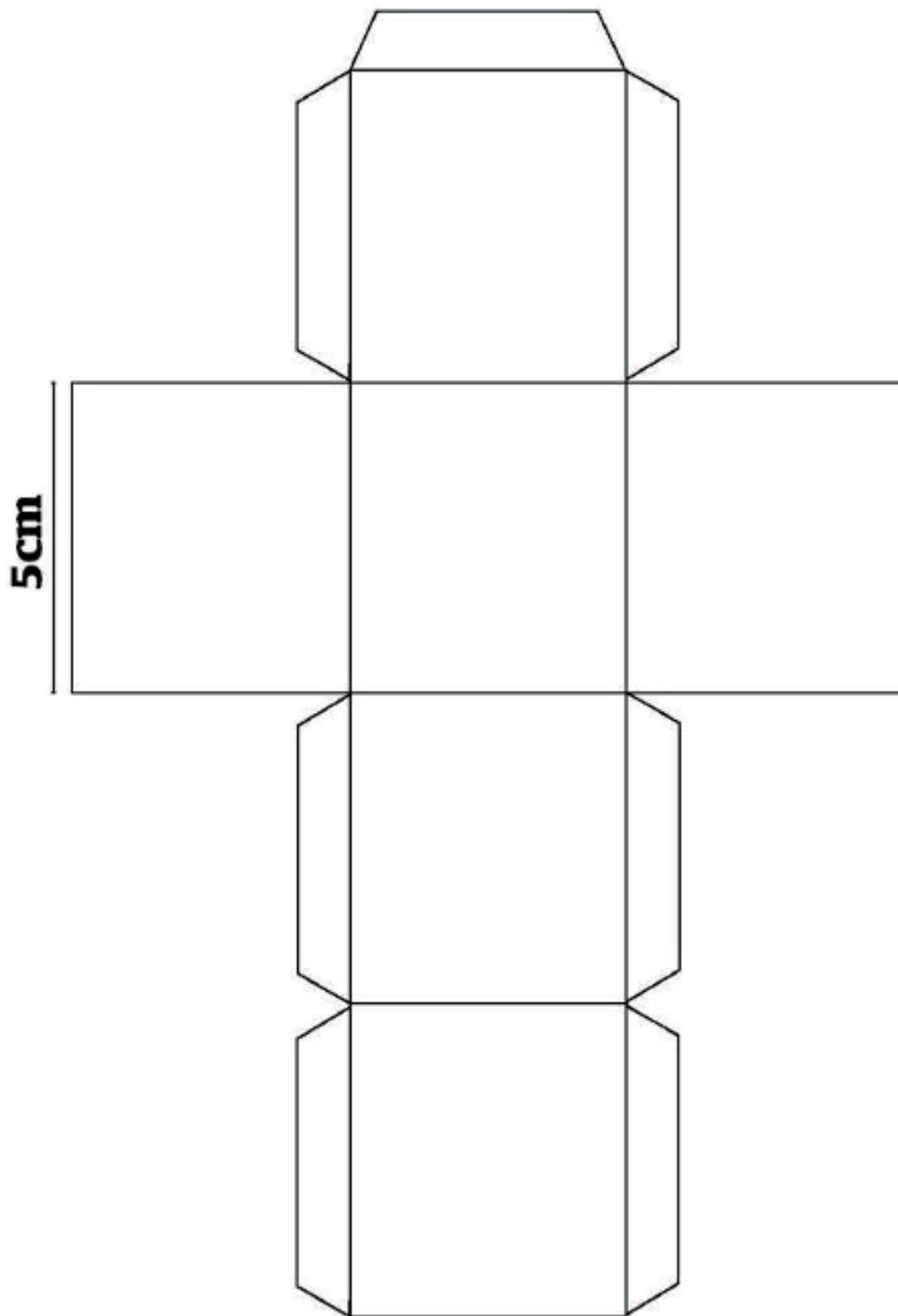
“Cada padre debe recordar que un día su hijo va a seguir su ejemplo en vez de su consejo”.

Charles Kettering



- LADO 1: un beso con amor en la nariz.
- LADO 2: besito cariñoso en las mejillas.
- LADO 3: cosquillitas y sonrisas.
- LADO 4: cargadas con amor.
- LADO 5: caricias en la cara y en el pelo.
- LADO 6: abrazo de oso cariñoso.





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.

