



PERÚ

Ministerio
de Educación

APRENDO
en casa

Experiencia de aprendizaje 10 | De 0 a 9 meses



Escuchando también se aprende

Guía de soporte socioemocional

Orientaciones para las familias



Duración sugerida:
1 semana

Queridas familias:

Actualmente, atravesamos diversas y complejas situaciones de trabajo y de salud, o la pérdida de algunas/os integrantes de la familia o amistades; asimismo, vivimos nuevas formas de interactuar y de comunicarnos dentro y fuera del hogar, lo que afecta nuestra forma de relacionarnos. Incluso, a veces, sentimos preocupación o temor. Ello origina, en ocasiones, que las/los bebés también muestren temor, molestia e irritación. Por ello, ponemos a su disposición la presente “Guía de soporte socioemocional”, que será difundida generalmente de manera quincenal. Esta guía incluye actividades diversas para mejorar el estado socioemocional de las/los bebés según su edad.

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.

Les deseamos muchos éxitos.





Experiencia de aprendizaje 10

Siéntate conmigo

Esta experiencia de aprendizaje, denominada “Escuchando también se aprende”, tiene como propósito impulsar actividades de escucha activa en la que la/el bebé pueda aprender sobre el mundo que la/lo rodea, con el apoyo de los integrantes de su familia.

Es importante recordar que, mediante el fomento de la escucha activa, la familia va construyendo oportunidades para un desarrollo óptimo, no solo cognitivo, sino también afectivo.

Con esta experiencia de aprendizaje, la familia podrá estimular los canales sensoriales de la audición por medio de actividades cotidianas, como la escucha de sonidos de su entorno, voces de sus familiares, canciones divertidas y cuentos; ello a medida que se amplía su aprendizaje y la/el bebé va creciendo. Aprende dentro de un vínculo armonioso y afectivo con su adulto cuidador. De esta manera, irá reconociendo sus emociones y aprendiendo a expresarlas. Estas emociones iniciales son el pilar del desarrollo de la autonomía y autoestima de la/el bebé.

De allí que sea importante generar un entorno en el que podamos acompañar a la/el bebé, que pueda aprender a escuchar activamente y captar la diversidad de sonidos del ambiente que incentiven su desarrollo intelectual, afectivo y su aprendizaje.

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/los bebés a resolver problemas y situaciones emocionales de forma creativa y optimista. Por ello, cada quincena te acompañaremos 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, pues te propone una actividad y un conjunto de estrategias que permitirán generar condiciones para que la/el bebé y su familia tengan momentos para compartir, al realizar diversas actividades en conjunto. De manera que se aprovechen los momentos del día a día como una oportunidad para conocerse y acercarse a la/el bebé y aprender sobre sus emociones; de modo que pueda expresarlas y manejarlas. Compartir momentos de amor y juego fomenta su seguridad; asimismo, la interacción afectiva y el aprendizaje emocional desde edades muy tempranas.

Es importante generar espacios para compartir tiempo con la/el bebé. Esto implica pasar tiempo de calidad con ellas/ellos; es decir, un tiempo exclusivo para hacer lo que les interesa, logrando empatizar con sus inquietudes, intereses y necesidades. Estas actividades fomentarán una buena comunicación, que incluya escucharlas/los, acompañarlas/los con calidez y alegría durante su realización.

Debes recordar que en edades muy tempranas el afecto tiene un papel fundamental, ya que construye una autoestima fortalecida, una personalidad equilibrada y una base segura. El apego seguro es el componente por excelencia que puede apoyar en este fin.



Actividad de soporte socioemocional

Siéntate conmigo



¿Qué aprenderá la/el bebé?

A participar disfrutando en actividades conjuntas con su familia, de manera que sienta protección, amor y reconocimiento de sus habilidades y posibilidades. Asimismo, la/el bebé aprenderá de manera progresiva a expresar sus emociones. Estas actividades conjuntas estarán adaptadas según su edad; pueden ser juegos de escondite, de tomar las cosas con las manos, de manera que se fomente su motricidad fina y el inicio de la estructuración espacial; todo esto con el apoyo e interés familiar, de modo que se fomente el inicio de la empatía, la comunicación, la escucha activa y el desarrollo de emociones.

CAPACIDADES

- Fijar mirada
- Atención conjunta
- Coordinación fina
- Estructuración espacial inicial
- Empatía inicial

AFECTO

- Sonrisas
- Juego de intercambio
- Reconocimiento y expresión de emociones
- Elogios
- Caricias

ACOMPañAMIENTO

- Cognitivo
- Motriz
- Social

COMUNICACIÓN

- Escuchar
- Palabras cariñosas
- Seguimiento de instrucciones



¿Qué se necesita para esta actividad?

- Cubos u objetos para apilar
- Objetos pequeños y medianos para manipular



¿Cómo se hace?

Actividades previas

Es importante aprovechar todas las situaciones de interacción de la vida diaria para desarrollar el vínculo afectivo con la/el bebé.

A continuación, te proponemos algunas actividades conjuntas que permitirán fomentar la seguridad emocional y autoestima de la/el bebé. Antes realiza las siguientes acciones:

- Ten cerca cubos u objetos pequeños para apilar, que sean pequeños y medianos fáciles de manipular.
- Busca un lugar cómodo y seguro para realizar actividades conjuntas.



Desarrollo de la actividad

¡A empezar!

Cu-cu-tras

- Acércate a la/el bebé e inclínate sobre ella/él, diciendo “cu-cu” y manteniendo el contacto ocular. Después tápate la cara con las manos y apártalas diciendo “tras”.
- Luego incorpórate lentamente a la postura inicial, sin apartar los ojos de la/el bebé.
- Sonríele y abrázala/lo haciéndole notar que te gusta estar a su lado.



Acompáñame a tomar objetos

- Guía su mano para facilitar que tome los objetos con las palmas, poco a poco; luego, con los dedos de la mano.
- Siéntate a su lado. Colócale un cubo o un juguete fácil de coger en cada mano. Posibilita que mantenga los juguetes en cada mano. Préstale ayuda y sé su guía para manipular. Tu apoyo se irá eliminando progresivamente, conforme la/el bebé vaya adquiriendo una mayor destreza.



- Luego, invita a la/el bebé a manipular diferentes objetos, entre pequeños y medianos. Cuida su correcta manipulación y su seguridad cuando tome objetos muy pequeños.



Consejos adicionales

- Si le prestas atención y le brindas afecto, amplías muchísimo sus oportunidades para que actúe de manera exitosa en el mundo y aprenda de la experiencia.
- Como el proceso de desarrollo y aprendizaje varía entre las/los bebés, debes permitir que busque la mejor forma de responder a tus pedidos, moverse, explorar y vincularse con las demás personas.

¡Recuerda!



- La presencia de una persona adulta que cuide y estimule a la/el bebé es una ayuda para que comprenda y use los objetos que lo rodean; además, enriquece el desarrollo de su lenguaje y pensamiento.
- La/el bebé puede participar con motivación y apoyo de su madre, padre o adulto cuidador, pero es importante darle ánimos para expresar sus emociones desde muy temprana edad.

“Detrás de cada niño que cree en sí mismo, hay un padre que creyó en él primero”.

Mathew L. Jacobson

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.

