



PERÚ

Ministerio
de Educación

APRENDO
en casa

Experiencia de aprendizaje 10 | De 10 a 18 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 las que la/el bebé pueda aprender con el apoyo de los integrantes de su familia sobre el mundo que le rodea.

Es importante recordar que la familia, a través del fomento de la escucha activa, construye oportunidades para un desarrollo óptimo, no solo cognitivo, también afectivo.

La familia podrá estimular, con esta experiencia de aprendizaje, los canales sensoriales de la audición de la/el bebé a través de actividades cotidianas como la escucha de sonidos de su entorno, las voces de sus familiares, cuentos y canciones divertidas, a medida que crece y su entorno de aprendizaje se amplía. El aprender se realizará dentro de un vínculo armonioso y afectivo entre la/el bebé y la persona adulta que la/lo cuida. 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.

Por tanto, es importante generar un entorno donde se acompañe a la/el bebé y pueda aprender a escuchar activamente y captar la diversidad de sonidos del ambiente que incentiven su desarrollo intelectual, afectivo y su aprendizaje.

Finalmente, 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 esta manera, se aprovechan los momentos del día a día como una oportunidad para conocerse y acercarse a la/el bebé y aprender sobre sus emociones, apoyándola/lo a expresarlas y manejarlas. Asimismo, compartir momentos de amor y juego fomenta la seguridad, la interacción afectiva y el aprendizaje emocional desde edades muy tempranas.

Finalmente, es importante generar espacios para compartir tiempo de calidad con la/el bebé, es decir, tiempo exclusivo para hacer lo que a ella o él le interesa, logrando empatizar con sus inquietudes, intereses y necesidades. Estas actividades fomentarán una buena comunicación, de modo que aprenderás a escuchar y a acompañar a la/el bebé con calidez y alegría durante su realización.



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

Actividad de soporte socioemocional

Siéntate conmigo



¿Qué aprenderá la/el bebé?

A participar en actividades conjuntas con su familia, de manera que disfrute y sienta amor, protección y reconocimiento en sus habilidades y posibilidades. Asimismo, la/el bebé aprenderá sobre la identificación y la expresión de sus emociones. Estas actividades estarán adaptadas de acuerdo con su edad, y pueden ser juegos con las manos, de imitación, canto y construcción de rompecabezas, de manera que se fomente su motricidad fina, su capacidad de análisis y síntesis, el inicio del desarrollo de la empatía y la estructuración espacial; todo esto con el apoyo e interés familiar y propiciando, a la vez, la comunicación, la escucha activa y el desarrollo de emociones.

CAPACIDADES

- Imitación
- Análisis-síntesis
- 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?

- Un rompecabezas de una o dos piezas
- Un lugar cómodo y seguro para realizar actividades conjuntas

¿Cómo se hace?

Actividades previas

Compartir tiempo con la/el bebé implica organizarse y pasar tiempo de calidad con ella o él, esto implica que este tiempo sea exclusivo para jugar, reír y brindarse afecto mutuo.



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

- Ten cerca un rompecabezas de una o dos piezas.
- Busca un lugar cómodo y seguro para realizar las actividades.



Desarrollo de la actividad

¡A empezar!

Nos divertimos jugando con los dedos

- Siéntate al lado de la/el bebé y mueve cada uno de sus dedos por separado, comenzando con el pulgar, mientras recitas la siguiente letra:

Este es papito, robusto y gordito.

Esta es mamita, que es muy bonita.

Este es el hermanón, que es todo corazón.

Esta es la hermana, y es capitana.

Este es el pequeño, y siempre tiene sueño.

Y aquí está la familia, toda unida.

- En la última línea junta todos los dedos primero, después sepáralos para mover toda la mano.
- Empieza de nuevo el juego, pero esta vez con los dedos de los pies comenzando por el dedo gordo.



Construyamos un rompecabezas juntas/os

- Siéntate al lado de la/el bebé y ofrécele un rompecabezas de una o dos piezas, (las piezas que encajan deben tener 1 cm más que el tablero para encajar) colocándolo delante de ella/él.
- Luego saca las piezas delante de la/el bebé, y dile: “María, toma una pieza”.
- Si no toma una pieza, pónsela en la mano y apóyala/lo para que la encaje.
- Sonríele y felicítala/lo por su intento.
- Luego toma una segunda pieza y entrégasela a la/el bebé. De esta manera, aunque parece sencillo, la ejercitación le servirá para entrenar su mente, desarrollar sus capacidades de concentración e iniciarse en el análisis; así como resolver problemas de forma perseverante. Además pasarás un momento muy divertido a su lado.





Imítame

- Siéntate en el suelo frente a la/el bebé, hazle gestos para que te copie y dale las siguientes instrucciones:
 - Toca un juguete.
 - Saca la lengua y haz sonidos divertidos.
 - Pon una mano sobre tu cabeza.
 - Abre y cierra los puños.
 - Mueve tus dedos.
 - Agita las manos.
 - Levanta los brazos.
 - Di sí y no con la cabeza.
 - Di adiós con la mano.
 - Haz sonidos divertidos con la boca.
 - Menea tu dedo índice sobre tus labios rápidamente.
- Estas instrucciones son solo sugerencias, lo importante es que hables y compartas con la/el bebé al llevar a cabo estos gestos.
- Sonríele, halaga y felicita su intento.

Consejos adicionales

- Busca pasar más tiempo con la/el bebé jugando e interactuando con amor, esto le permitirá aprender a ser afectuosa/so, a dar y recibir cariño y a desarrollar seguridad en sí misma/mo.
- Busca adaptar los juegos a la diversidad de las habilidades o talentos que tiene la/el bebé, apóyala/lo siempre buscando el mejor canal sensorial para que pueda aprender a comunicarse.
- Deja que ponga/coloque sus manos sobre las tuyas al demostrar la actividad.



iRecuerda!

- El mejor momento para empezar a pasar tiempo con la/el bebé es ahora.
- Pasar tiempo de calidad con la/el bebé la/lo hará mejor persona en el futuro, con mayor seguridad y capacidad empática.

“El mejor legado de un padre a sus hijos, es un poco de su tiempo cada día”.

León Battista Alberti

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.

