



PERÚ

Ministerio
de Educación

APRENDO
en casa

Experiencia de aprendizaje 7 | De 10 a 18 meses



Jugando con el cuerpo

Guía para las familias

Orientaciones para el desarrollo de las experiencias de aprendizaje



Duración sugerida:
2 semanas

Estimadas familias:

La guía para las familias que ponemos a su disposición les permitirá seguir realizando actividades educativas para favorecer el desarrollo integral de las/los bebés. Adicionalmente, cuentan con recursos que ayudarán a mejorar su aprendizaje como “Orientaciones para la familia por tipo de discapacidad”, el cual ofrece adaptaciones para los diferentes tipos de discapacidad que pudieran tener las/los bebés.

Esta guía se elabora de manera quincenal, contiene una experiencia de aprendizaje común para las/los bebés de todas las edades, y una actividad propia para cada grupo de edad, como podrán apreciar en el gráfico que les presentamos en la siguiente página.





Actividad: Moviendo las partes del cuerpo siguiendo consignas



Recursos:

“Juego”, “Canción”, “Cuento”, “Orientaciones para la familia por tipo de discapacidad” y “Guía de lengua de señas peruana” (disponibles en la sección “Recursos”, “Orientaciones” y “Guías” de esta plataforma).



¿Qué aprenderá la/el bebé con esta actividad?

- A responder al llamado de su nombre volteando, mirando o acercándose al adulto que le habla.
- A prestar atención y seguir indicaciones simples del adulto significativo.
- A mover algunas partes del cuerpo de manera autónoma durante el juego y la interacción con las personas de su entorno.
- A demostrar que conoce las partes de su cuerpo imitando las acciones de los integrantes de su familia.

SEMANA 1

Moviendo las partes del cuerpo siguiendo consignas: Imitando los movimientos del adulto



¿Qué se necesita para esta actividad?

- Una alfombra o algo que te sirva como tal, como una frazada o una estera
- Cuatro cintas de tela de colores variados
- Reproductor de música



Desarrollo de la actividad

¡A empezar!

Durante esta primera semana, el/la bebé tendrá la oportunidad de prestar atención y luego intentar imitar los movimientos de la persona adulta que la/lo cuida. De esta forma mejorará su capacidad para prestar atención, su percepción visual, la percepción de su estructura corporal y el control sobre sus movimientos.

- Extiende la colchoneta o lo que te sirva como tal. Ten cerca el reproductor de música y las cintas de colores.
- Siéntense frente a frente, de tal manera que se puedan mirar a los ojos para interactuar de forma amable y cariñosa.
- Sonríele y dile frases cariñosas que refuercen el vínculo afectivo entre ustedes.
- Puedes decirle que la/lo quieres mucho, que te gusta mucho jugar con ella o él, por ejemplo.
- Será muy útil que repasen las principales partes del cuerpo, ya que la actividad implica imitación de movimientos.
- Muéstrale tus brazos y muévelos mientras le dices con claridad: “Mira, María, estos son mis brazos; son muy fuertes, los llevo hacia arriba y ahora los llevo hacia abajo”.
- Ahora, toca suavemente y sacude ligeramente sus brazos y dile: “María, estos son tus brazos; también son muy fuertes, como los míos”.
- Toma sus brazos con suavidad y ayúdala/lo a moverlos; puedes llevarlos hacia arriba y luego hacia abajo. Es importante que narres tus acciones: “María, tus brazos se van hacia arriba y ahora se van hacia abajo”.
- Ahora dile: “¿Dónde están tus brazos?”.
- Espera su respuesta, que puede ser una sonrisa, mirando sus brazos o moviéndolos para mostrártelos. Sonríe y dile: “Muy bien, María, esos son tus brazos”.
- Si no responde, vuelve a tocar y mover sus brazos con suavidad, y recuérdale que esos son “sus brazos”.
- A continuación, presta atención a las piernas. Empieza mostrándole las tuyas; dobla y estira las rodillas y dile: “José, observa, estas son mis piernas; son fuertes, y me sirven para caminar y correr”.
- Toca sus piernas con suavidad y dile: “Estas son tus piernas, José; también son fuertes, y te sirven para ir de un lado al otro”.
- Dobla y estira las rodillas nuevamente para llamar su atención; dile: “Estas son mis piernas. Las doblo y las estiro. ¿Dónde están tus piernas? Enséñame”.
- Presta atención a su respuesta, sonríe, toca su pierna con suavidad y dile: “Muy bien, José, estas son tus piernas”.
- Es momento de prestar atención a la cabeza. Háblale para que te atienda.
- Mueve tu cabeza; inclinándola de un lado al otro o girando hacia la derecha



y hacia la izquierda, narra tus acciones: “María, esta es mi cabeza. Estoy moviendo mi cabeza. ¿Puedes verla?”.

- Ahora, sujeta su cabeza con mucha suavidad y dile: “Esta es tu cabeza; también puedes moverla”.
- Tómate unos segundos para que la/lo mires a los ojos, le sonrías y le recuerdes que están jugando juntas/os.
- Ahora, toma las cintas de colores, una en cada mano. Mueve los brazos sacudiendo las cintas en diferentes direcciones. Dile: “Mira cómo sacudo las cintas de colores. ¡Qué divertido!”.
- Repite las acciones varias veces. Asegúrate de que te preste atención. Hazlo sonriendo para que note que es una actividad divertida.
- Dile que ahora es su turno. Toma dos cintas y ayúdala/lo a sujetar una en cada mano y a sacudirlas en todas las direcciones que puedan.
- Aplauda y dile que lo está haciendo muy bien, que es una actividad muy divertida.
- Luego de practicar dos o tres veces con tu ayuda, deja libre sus brazos e invítala/lo a sacudirlos sin tu apoyo.



- Si no lo hace, vuelve a sujetar sus brazos con suavidad y a guiar sus movimientos para que sacuda las cintas.
- Enciende el reproductor de música y sacude las cintas al ritmo de la música.
- Invítala/lo a hacer lo mismo que tú (cada uno debe tener sus propias cintas en sus manos).
- Sacudan las cintas al ritmo de la canción. También pueden balancear la cabeza o el cuerpo al mismo tiempo.
- Al final de la canción, mírala/lo y felicítala/lo por las acciones realizadas.
- Pueden continuar durante unos minutos más con la misma canción o con una diferente.

- Dependiendo de su edad, pueden intentar realizar otras acciones, tales como sacudir las cintas mientras elevan los brazos o caminar agitándolas. Recuerda que siempre debes mostrarle la acción para que luego intente imitarte.



¡Muy importante! Menciona con claridad el nombre de cada objeto; incluso puedes mencionar el color, como: “Esta es la cinta roja”.

Presta mucha atención a sus respuestas, pues las/los bebés suelen responder a esta edad sonriendo o mirando los objetos; solo algunos saben señalar.

Realiza las actividades con entusiasmo, usa un tono de voz divertido, sonríe y aplaude constantemente, pues las/los bebés aprenden mejor si se divierten.

Ingresa a la sección “Orientaciones” de esta plataforma y descarga “Orientaciones para la familia por tipo de discapacidad”.

Para propiciar la interacción con la/el bebé, pueden disfrutar en familia los juegos, los cuentos y las canciones que les brindamos para cada semana. Para ello, ingresa a la sección “Recursos” de esa plataforma y descarga “Juego”, “Cuento” o “Canción”.

SEMANA 2

Moviendo las partes del cuerpo siguiendo consignas: Mostrando las partes del cuerpo que se le indica



¿Qué se necesita para esta actividad?

- Una alfombra o algo que te sirva como tal, como una frazada o una estera
- Cepillo de cerdas suaves
- Crema humectante para bebé



Desarrollo de la actividad

¡A empezar!

Durante esta segunda semana, la/el bebé aprenderá a mover algunas partes del cuerpo a la indicación de la persona adulta que la/lo cuida. De esta manera mejorará la percepción de sus segmentos corporales, la coordinación motriz y su capacidad para seguir indicaciones simples.

- Extiende la colchoneta o lo que te sirva como tal.
- Ten a la mano el cepillo y la crema humectante para bebé.
- Ubíquense frente a frente para que puedan mirarse a los ojos e interactuar amablemente.
- En primer lugar, mírala/lo directamente a los ojos y mantén la mirada mientras le sonríes; de esta manera le transmites el mensaje de que estás consciente de su presencia y de sus acciones.
- Dile lo mucho que la/lo quieres y que hoy van a divertirse juntas/os.
- Puedes también mencionar que te gusta la ropa que lleva puesta o la forma como está sonriendo.
- Pueden cantar una canción que sepan o escuchar una canción del celular u otro reproductor de música. Sería ideal que la canción hiciera referencia a las partes del cuerpo. Recuerda que también puedes usar la melodía de una canción conocida y adaptar la letra.
- Acompañen la canción con palmas y movimientos del cuerpo al ritmo de la música.
- Al final, sonríe y aplaude como señal de que se están divirtiendo.
- Ahora, toma el cepillo y muéstraselo. Menciona el nombre del objeto con claridad: “Esto es un ce-pi-llo, cepillo. Es muy suave. Lo voy a pasar por tu cuerpo. Te va a gustar”.
- Dale el cepillo para que lo explore durante unos minutos; luego pídeselo o tómallo amablemente.
- Dile que vas a cepillarla/lo con mucho cariño, y que sentirá algo muy suave en su piel; que le va a gustar.
- Empieza mostrándole cómo te cepillas a ti misma/mo. Desliza el cepillo por tu brazo y narra tus acciones: “Observa, María, estoy cepillándome los brazos”.
- Ahora lo haré en tu brazo. Toca suavemente su brazo y dile: “Este es tu brazo. Voy a pasar el cepillo por tu brazo. Te va a gustar; ya verás”.



- Desliza el cepillo muy suavemente por su brazo mientras le sonríes y le hablas cariñosamente.



- Haz una pausa para que le preguntes si le gustó.
- Ahora toma su otro brazo y repite la acción de deslizar el cepillo suavemente.
- Pídele que te muestre sus brazos. Si no lo hace, toma sus brazos suavemente y dile: “Estos son tus brazos. Son muy fuertes. Sirven para sujetar todas las cosas que te gustan”.
- Vuelve a pedirle que te muestre sus brazos. Presta atención a sus respuestas y valora todo esfuerzo por responder. Ten en cuenta que a esta edad su respuesta puede ser solo una sonrisa o una mirada sus brazos.
- Ahora pongan atención en sus piernas.
- Toca sus piernas suavemente y dile: “Ahora nos toca cepillar las piernas. Estas son tus piernas. Son muy fuertes. Te sirven para gatear, caminar y correr”.
- Muéstrale también tus piernas.
- Toma el cepillo y deslízalo suavemente por una de sus piernas. Luego haz lo mismo en la otra pierna.
- Pídele que te muestre su pierna. Si no lo hace, toca sus piernas y dile: “Estas son tus piernas, José; son muy fuertes”.
- Muéstrale el cepillo una vez más; dile que vas a guardarlo y ahora van a usar otra cosa.
- Toma el frasco de crema, muéstrasela y permite que la explore; dile: “Esta es la crema. Es muy suave. La voy a poner en tus brazos y en tus piernas. Te va a gustar mucho”.
- Destapa el frasco y acércalo a su nariz para que huelga el contenido.
- Saca un poco de crema y ponla en tus manos; dile: “Ya saqué la crema del frasco. Hummm, qué suavcito se siente. ¿Quieres tocarla?”.
- Dile que vas a poner un poco de crema en sus brazos. Pídele que te los muestre.
- Si no lo hace, toca suavemente sus brazos y vuelve a preguntarle.
- Sonríe y felicítala/lo por cada intento de responder a lo que le solicitas.

iMuy importante! Asegúrate de que presta atención a tu voz y a las acciones que le estás mostrando. Háblale con claridad y con una adecuada entonación.

Pon atención a sus respuestas; dale tiempo para responder. Las respuestas a veces pueden ser una sonrisa o un gesto.

Invita a otros integrantes de la familia a participar de las actividades. Festejen sus respuestas.

Ingresa a la sección “Orientaciones” de esta plataforma y descarga “Orientaciones para la familia por tipo de discapacidad”.

Para propiciar la interacción con la/el bebé, pueden disfrutar en familia los juegos, los cuentos y las canciones que les brindamos para cada semana. Para ello, ingresa a la sección “Recursos” de esa plataforma y descarga “Juego”, “Cuento” o “Canción”.

“Nada enciende más la mente de un niño como jugar”.

Stuart Brown