



PERÚ

Ministerio  
de Educación

APRENDO  
en casa

Experiencia de aprendizaje 7 | De 10 a 18 meses



# Jugando con el cuerpo

## 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, una amistad o un conocido; otros han superado el 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 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/los bebés muestren temor, molestia e irritación. Es por ello que ponemos a su disposición la presente “Guía de soporte socioemocional”, que será difundida 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 7

### Jugando con el cuerpo

Esta experiencia de aprendizaje, denominada “Jugando con el cuerpo”, tiene como propósito acompañar a la/el bebé en el desarrollo de su capacidad de dominio corporal progresivo, la cual le permitirá desplazarse y tener mayor interés por los objetos durante los momentos de juego, ya que en esta etapa su curiosidad por explorar el entorno inmediato es bastante pronunciada.

Aprenderán, como familia, a apoyar actividades que involucren el equilibrio dinámico y la coordinación, como, por ejemplo, bailar disfrutando el movimiento de su cuerpo en diferentes velocidades y ritmos musicales. A la vez que lograrán que la/el bebé participe a través de movimientos diversos en juegos con su apoyo, fortalecerán un vínculo armonioso y afectivo que la/lo motivará a seguir aprendiendo.

Finalmente, hemos percibido tu necesidad de conocer y reconocer la importancia de educar las emociones desde edades muy tempranas, ya que estas son 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 porque te propone una actividad y un conjunto de estrategias que generarán condiciones para que la/el bebé exprese estados de felicidad a través de actividades musicales diversas y sencillas, adaptadas a su nivel de desarrollo. A la vez, proponemos actividades de estimulación auditiva y de memorización de distintas melodías y sonidos que incentivarán el disfrute musical en la/el bebé. Asimismo, los recursos metodológicos permitirán contar con personas adultas sensibles a las necesidades e intereses de la/el bebé, que los acompañarán con calidez y alegría durante las actividades musicales (al bailar, cantar, crear y escuchar), y lograrán así progresivamente que se sienta reconocida/do, más relajado y tranquilo, lo que mejorará su estado de ánimo y vínculo de apego con sus cuidadoras/res.

Debes recordar que el afecto en edades muy tempranas tiene un papel fundamental, ya que construye una autoestima fortalecida, y la música es la herramienta ideal que puede apoyar en este fin.



## Actividad de soporte socioemocional

### La música me pone feliz



#### ¿Qué aprenderá la/el bebé?

A participar en actividades que fomenten la expresión de alegría y tranquilidad a través de la música. A su vez, a disfrutar de un vínculo afectivo y seguro con su padre, madre o persona adulta que la/lo cuida, de modo que le permitan reducir el estrés, expresar emociones y sentirse apreciada/do.

#### MOTRICIDAD

- Coordinación manual
- Expresión corporal
- Baile
- Seguimiento de ritmos

#### AFECTO

- Tono de voz cariñoso
- Elogios
- Incentiva la autoestima
- Sonrisa

#### CAPACIDAD MUSICAL

- Crea melodías
- Canta

#### COMUNICACIÓN

- Escucha sonidos y ritmos



#### ¿Qué se necesita para esta actividad?

- Instrumentos musicales: cascabeles, palo de lluvia, xilófono, pandereta con asa o su misma sonaja
- Un lugar cómodo, amplio, limpio y seguro

#### ¿Cómo lo hará?

##### Actividades previas

Entonar melodías y escuchar música con sus padres o adulto cuidador mejora el estado de ánimo y la seguridad de la/el bebé, además de producir cambios fisiológicos adecuados y desarrollar fuertes vínculos de apego, que es la base de la inteligencia emocional. La música estimula también el lenguaje, la memoria, el análisis, la síntesis y el razonamiento y, por lo tanto, el aprendizaje.





A continuación, te proponemos algunos juegos para hacer que la/el bebé pueda disfrutar de la música con alegría. Antes realiza las siguientes acciones:

- Coloca música suave.
- Ten cerca cualquiera de estos instrumentos musicales: cascabeles, palo de lluvia, xilófono, pandereta con asa o su misma sonaja.



## Desarrollo de la actividad

### ¡A empezar!

#### Escuchemos música

La música puede usarse para relajar a la/el bebé. Coloca primero música de diferentes tipos para que la escuche:

- Música rápida o con mucho ritmo: toma a la/el bebé en brazos y baila por toda tu casa.
- Música suave y lenta: mece al bebé suavemente.
- Música de marcha: camina con la/el bebé por la casa.

#### Canta y juega

Coloca alguna canción que te guste, y luego vocalízala tarareándola para que la/el bebé la escuche. Canta “la, la, la” al ritmo de la melodía y anima a la/el bebé para que te imite. Escoge una palabra concreta de una canción y cántasela a la/el bebé cada vez que salga en la canción. Sonríele y juega haciéndole gestos y brindando caricias.



#### Tocando instrumentos

- Coloca un instrumento musical como cascabeles, palo de lluvia, xilófono, pandereta con asa o su misma sonaja. Luego hazlos sonar primero tú y luego él. De esta manera tendrá un modelo para iniciarse en la creación musical. Elogia su buen ritmo y dile que: “¡Lo hiciste estupendo!”. Esto fomentará su capacidad musical e iniciativa y mejorará su autoestima.



### Consejos adicionales

- Si la/el bebé tiene problemas para oír en algún grado, existen juegos para estimular su sentido del oído de una forma óptima, controlada y segura, que la/lo ayudará a que se familiarice con el mundo que la/lo rodea. La estimulación debe llevarse a cabo con un volumen moderado y buena dicción.



#### ¡Recuerda!

- Cantar melodías infantiles a la/el bebé, acompañadas de gestos, incentiva el desarrollo de una buena articulación y el acceso al significado de la palabra.
- Si le pones música diariamente y luego incentivas que siga el ritmo y tararee canciones, beneficiarás su poder de atención y concentración.

“El entrenamiento musical es un instrumento más potente que cualquier otro porque el ritmo y la armonía encuentran su camino en los más profundo del alma”.

Platón

