



PERÚ

Ministerio
de Educación

APRENDO
en casa

Experiencia de aprendizaje 10 | De 25 a 36 meses



Escuchando también se aprende

Guía de soporte socioemocional

Orientaciones para las familias



Duración sugerida:
1 semana

Queridas familias:

Actualmente, pasamos por diversas situaciones de trabajo y de salud, o afrontamos la pérdida de algunas/os integrantes de la familia o amistades. Asimismo, estamos viviendo nuevas formas de interactuar y de comunicarnos dentro y fuera del hogar, lo que afecta nuestra conducta. Incluso, a veces sentimos preocupación o temor. Ello origina en ocasiones que las niñas y los niños también muestren temor, molestia e irritación. Por ello ponemos a su disposición la presente “Guía de soporte socioemocional”, que generalmente será difundida de manera quincenal. Esta guía incluye actividades diversas para mejorar el estado socioemocional de las niñas y los niños 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 donde la niña o el niño pueda aprender con el apoyo de los miembros de su familia sobre el mundo que la/lo rodea.

La familia podrá favorecer con esta experiencia de aprendizaje el desarrollo de los canales sensoriales de la audición a través de actividades cotidianas como la escucha de sonidos de su entorno, voces de sus familiares, canciones divertidas y cuentos. Así, a medida que la niña o el niño vaya creciendo, su entorno de aprendizaje irá ampliándose. El aprendizaje se llevará a cabo mediante el establecimiento de un vínculo armonioso y afectivo entre la niña o el niño y la persona adulta que la/lo cuida. De esta manera, irá reconociendo sus emociones y aprendiendo a expresarlas. Estas emociones iniciales son la base del desarrollo de su autonomía y autoestima.

De allí que es importante generar un entorno donde puedas acompañar a la niña o el niño para que aprenda a escuchar activamente y captar la diversidad de estímulos sonoros que incentiven su desarrollo intelectual y afectivo, así como su aprendizaje.

Finalmente, sabemos de tu necesidad de conocer y reconocer la importancia de educar las emociones desde edades muy tempranas, ya que es la base de todos los aprendizajes significativos que llevan a la niña o el niño 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 niña o el niño y su familia tengan momentos para compartir al realizar diversas actividades en conjunto. De esta manera, se aprovecharán los momentos del día a día como una oportunidad para conocerse y acercarse a ella o él y aprender sobre sus emociones, lo que lo ayudará a expresarlas y manejarlas. 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 con la niña o el niño; esto implica pasar tiempo de calidad con ella o él, es decir, tiempo exclusivo para hacer lo que le interesa para empatizar con sus inquietudes, intereses y necesidades. Estas actividades fomentarán una buena comunicación, y aprenderás a escucharla/lo acompañándola/lo con calidez y alegría durante su realización. El afecto en edades muy tempranas tiene un papel fundamental, ya que construye una autoestima fortalecida y una personalidad equilibrada sobre una base segura, y el apego seguro es el componente por excelencia que puede contribuir a este fin.

Actividad de soporte socioemocional

Siéntate conmigo



¿Qué aprenderá la niña o el niño?

A participar disfrutando en actividades conjuntas con su familia, de manera que se sienta protegida/do, amada/do y reconocida/do en sus habilidades y posibilidades. Asimismo, aprenderá sobre el reconocimiento, expresión y manejo de emociones. Estas actividades conjuntas con su familia, adaptadas de acuerdo con su edad, pueden ser compartir actividades funcionales como preparar una merienda de forma divertida o jugar con imágenes de una revista de modo que pueda imitar a los animales, personas o cosas que observa; todo esto con el apoyo e interés familiar y el fomento de la empatía, la comunicación, la escucha activa y el desarrollo de emociones.

CAPACIDADES

- Motricidad fina
- Discriminación de olores, colores, formas y texturas
- Imitación
- Imaginación

AFECTO

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

ACOMPañAMIENTO

- Sensorial
- Cognitivo
- Adaptativo
- Social
- Lingüístico

COMUNICACIÓN

- Escuchar
- Expresión oral
- Vocabulario
- Seguimiento de instrucciones



¿Qué se necesita para esta actividad?

- Un plátano o cualquier fruta
- Cereal de tu región
- Un cuchillo sin filo
- Un plato y cuchara
- Palillos
- Revistas con imágenes de animales
- Tijeras
- Cartulina para hacer un mazo de cartas



¿Cómo se hace?

Actividades previas

Las niñas y los niños deben tener la oportunidad de compartir diversas actividades con su madre, padre o persona adulta que las/los cuida de modo que puedan recibir su compañía basada en una atención cálida y receptiva, lo que reforzará su bienestar emocional y favorecerá la expresión y el manejo de sus emociones.



A continuación, te proponemos algunas actividades conjuntas entre la niña o el niño y su familia que permitirán promover su seguridad emocional y autoestima. Antes realiza las siguientes acciones:

- Ten cerca un plátano o cualquier fruta, cereal de tu región, cuchillo sin filo, plato y cuchara, palillos, revistas con imágenes de animales, tijeras y cartulina para hacer un mazo de cartas.
- Busca un lugar cómodo y seguro para llevar a cabo actividades conjuntas

Desarrollo de la actividad

¡A empezar!

Preparando una merienda

- Siéntate al lado de la niña o el niño e invítala/lo a preparar una merienda o postre sencillo. Puede aprender muchas cosas a esta edad.
- Trabajar en la cocina con ella o él puede ser una gran experiencia de aprendizaje, además de una fuente de diversión.
- La niña o el niño puede conocer diferentes texturas y olores, hablar acerca de distintas formas y tamaños e identificar colores.
- Aquí tienes una actividad sencilla que hacer con ella o él en la cocina:
 - Corta un plátano en trozos pequeños.
 - Ensarta cada trozo en un palillo.
 - Coloca algún cereal de tu región para acompañarlo.
 - Que aproveche.
- Elogia a la niña o el niño por su ayuda y reconoce su esfuerzo.



Revista divertida

- Busca una revista que tenga muchos dibujos o fotografías de cosas que la niña o el niño conozca y siéntate a su lado.
- Pega los recortes de la revista en tarjetas y conviértelas en un mazo de cartas.
- Saca una carta del mazo.
- Si te sale un gato, por ejemplo, tiene que imitar a un gato.
- Este juego es muy apropiado para desarrollar la imaginación, el lenguaje y las actitudes sociales.
- Te darás cuenta de que las palabras le saldrán solas.





Consejos adicionales

- Propicia espacios para que la niña o el niño pueda colaborar en casa y pasar tiempo juntas/os como familia.
- Permite que se equivoque y aprenda a ser más autónoma/mo emocionalmente. Cada vez más, irá comprendiendo sus emociones e irá tomando conciencia de sus sentimientos, y no necesitará tanto del adulto para poder calmarse.



¡Recuerda!

- Cuando no dedicas tiempo a educar a la niña o el niño, una de sus consecuencias será la pérdida de la práctica de buenos hábitos, rutinas y valores. Por ello es importante que durante el tiempo que estén juntas/tos jueguen, dialoguen y le enseñes las normas familiares y los valores; todo ello sobre una base afectiva y de tolerancia.
- Dedícale tiempo de calidad y muestra un comportamiento proactivo, de modo que puedas favorecer el fortalecimiento de su autoestima, estabilidad emocional y seguridad infantil debido a la presencia y proximidad de un adulto cuidador referente.
- Comprende sus intereses y elogia sus habilidades o talentos tal y como se expresen.
- Centra tu atención en el momento en que estés junto a ella o él dándole apoyo y cariño. ¡Hay muchas actividades divertidas que pueden compartir juntas/tos!

“Lo que se les da a los niños ahora, los niños lo darán a la sociedad”.

Karl Menniger

