



PERÚ

Ministerio  
de Educación

APRENDO  
en casa

Experiencia de aprendizaje 7 | De 25 a 36 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 niñas y los niños 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 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 7

### Jugando con el cuerpo

Esta experiencia de aprendizaje, denominada “Jugando con el cuerpo”, tiene como propósito acompañar a la niña o el niño 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 bailar disfrutando el movimiento de su cuerpo en diferentes velocidades y ritmos musicales. A la vez, lograrán que la niña o el niño participe, con movimientos diversos, en juegos, generando 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 esta 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 exprese estados de alegría y bienestar a través de actividades musicales diversas y sencillas, adaptadas a su nivel de desarrollo. A la vez, proponemos actividades de estimulación auditiva, de memorización de distintas melodías y sonidos para incentivar el disfrute musical en la niña o el niño. Asimismo, los recursos metodológicos permitirán contar con personas adultas sensibles a las necesidades e intereses de niñas y niños, que las y los acompañen con calidez y alegría durante las actividades musicales (bailar, cantar, crear y escuchar) para lograr progresivamente que sientan reconocimiento, mayor relajación, tranquilidad, que mejoren su estado de ánimo y el vínculo de apego con sus cuidadoras/res.

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



## Actividad de soporte socioemocional

### La música me pone feliz



#### ¿Qué aprenderá la niña o el niño?

A participar en actividades que fomenten la expresión de alegría y tranquilidad a través de la música. Ello le permite disfrutar de un vínculo afectivo y seguro con su padre, madre o adulto cuidador, de modo que pueda reducir el estrés, fomentar la creatividad, mejorar el ritmo y expresar emociones mediante el canto y el baile, y que comunique cuando se siente 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?

- Música
- Instrumentos musicales: un tambor, una pandereta, maracas o claves
- Una botella con agua a medio llenar
- Un pañuelo

#### ¿Cómo lo hará?

##### Actividades previas

La educación musical desarrolla en la niña o el niño habilidades psicomotrices y expresión oral; motiva a que ella o él disfrute la música, para que luego pueda elegir una actividad, como el canto, la danza o la creación, con la que llegue a expresarse, según sus gustos y aptitudes. La música tiene que ser un juego, tanto de sonidos como de expresión corporal, para ellas y ellos.

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

- Pon música.
- Pon cerca un tambor, una pandereta, maracas o las claves.
- Ten a la mano una botella con agua a medio llenar.
- Alista un pañuelo.



### Desarrollo de la actividad

¡A empezar!

#### Música para dos

- Pon música de cualquier clase (la que más le guste escuchar a la niña o al niño) y responde a los movimientos de ella o él. Si se balancea, balancéate tú también. Si salta, salta tú también.
- Dale la mano y haz movimientos variados siguiendo la música. Salta, deslízate, gira y camina de puntillas.
- Muévete libremente con la música y anima a la niña o niño a que te imite. Cuando vea que te estás divirtiendo con la música, ella o él también se divertirá mostrando felicidad.





### Mi nombre con notas musicales

- Pon al alcance de la niña o el niño varios instrumentos de percusión para que explore los diferentes sonidos que producen. Puedes utilizar también diferentes elementos del entorno que produzcan sonidos agudos o graves.
- Los instrumentos pueden ser un tambor, una pandereta, maracas o las claves; también puede ser una botella con agua a medio llenar.
- Ahora, haz sonar el instrumento o golpea la botella. Escucha si el sonido es agudo o grave, respectivamente. Asocia su nombre con los sonidos de los instrumentos.
- Antes de golpear el instrumento, pregunta: “¿Cómo te llamas?”; luego golpea y asocia cada golpe con una sílaba: “Pe-pi-to” (haciendo un sonido por sílaba). Puedes complementar una palabra cariñosa como “bo-ni-to”.

### Libre como el viento

- Bailar libremente siguiendo la música y agitando un pañuelo produce un gran placer. Además, da sensación de equilibrio y control.
- Pon algo de música instrumental y baila con la niña o el niño, cada uno con un pañuelito.
- Den vueltas en la medida de sus posibilidades, estirando el brazo que sujeta el pañuelo.
- Bailen juntas/os sujetando cada uno un extremo del mismo pañuelo.
- Hagas lo que hagas, ella o él te imitará.
- Este juego es muy creativo y querrá jugarlo una y otra vez.
- Sonríele y dile que es una niña o un niño con buen ritmo y alegría.





### Consejos adicionales

- Recuerda poner en contacto a la niña o al niño con fuentes de sonido, como instrumentos musicales u otros objetos que produzcan sonidos.
- Es importante desarrollar la capacidad auditiva y el pensamiento musical desde la primera infancia.
- Si la niña o el niño no pueden ver, utiliza el movimiento para que pueda expresarse, conocer su cuerpo y desarrollar su sentido del ritmo; todo esto favorecerá las relaciones sociales con otras niñas o niños.



#### **iRecuerda!**

- La música es fundamental para el desarrollo cognitivo, auditivo, sensorial, motor y del lenguaje en las niñas y los niños.
- Escuchar música clásica, instrumental o canciones infantiles es idóneo para niñas y niños.
- Los padres, madres o adultos cuidadores deben iniciar a la niña o niño en los ritmos y sonidos, a modo de juego.

“La música puede dar nombre a lo innombrable y comunicar lo desconocido”.

Leonard Bernstein

---

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.

