

Aprendo en familia



Queridas familias:

En la búsqueda de mejores estrategias que promuevan en las niñas y niños del nivel inicial su desarrollo y aprendizaje, les entregamos este material especialmente diseñado para incentivar en familia experiencias y actividades diversas que podrán realizar y disfrutar con su hija o hijo.

Recordemos que las niñas y los niños se desarrollan y aprenden mejor cuando sus familias se involucran en sus procesos de aprendizaje. En este contexto de pandemia, ustedes desempeñan un papel muy importante en la educación de sus pequeños; por esta razón, los invitamos a utilizar este material y aprovecharlo para compartir momentos de aprendizaje que fortalezcan el vínculo familiar.

¡Que lo disfruten!

Dirección de Educación Inicial

¿Cómo promover aprendizajes en familia?

1 Lee y conversa con tu niña o niño

¿Por qué es importante leerles a las niñas y los niños?

Activa la imaginación, amplía el conocimiento y el lenguaje.

Te permite relacionarte más con tu hija o hijo: pasar momentos juntos fortaleciendo el vínculo.



Para que nuestras niñas y nuestros niños se acerquen al mundo escrito y se interesen por él, es importante que vivan en un entorno que promueve la lectura desde el disfrute. Las niñas y los niños aprenden a leer cuando ven leer a otras personas, se les lee en voz alta o tienen la posibilidad de ver y explorar textos diversos. En el día a día hay muchas oportunidades que puedes aprovechar para acercar a los niños y niñas a la lectura, a continuación, te mencionamos algunas.

Lee en voz alta aprovechando las situaciones de la vida cotidiana

- Al preparar los alimentos puedes utilizar un recetario para leerle en voz alta a tu niña o niño los ingredientes que necesitarán. Si el texto va acompañado de imágenes, puedes preguntarle “¿Qué crees que dice aquí?”. Seguramente te sorprenderás con sus respuestas, ya que las niñas y los niños suelen tener ideas de lo que dice en el texto a partir de las imágenes que observan o de las palabras que conocen. Puedes también leerle las etiquetas de los productos que conoce, como la leche, o la fecha de vencimiento.
- Cuando estés leyendo algún periódico o revista, ubica alguna página que tenga información e imágenes apropiadas para tu niña o niño. Puedes, entonces, leerle en voz alta los titulares y conversar sobre el contenido del texto.

Lee historias y cuentos

- Construye una rutina de lectura: el gusto por la lectura se va sembrando de a poquitos y depende de ti, como adulto, que esa semilla brote. Por ello, te sugerimos que identifiques los días y los momentos que puedan dedicarle a la lectura de historias o cuentos, ya sea a la hora de despertarse, antes de dormir o después del almuerzo. Busca un lugar tranquilo: puede ser tanto un espacio especialmente preparado para la lectura como algún rincón de la casa. Haz de la lectura un momento de disfrute.

Deja que explore cuentos, libros u otros textos escritos

- Pon a disposición de tu niña o niño diversos tipos de textos para que los pueda explorar, como cuentos, libros de recetas, libros sobre animales, catálogos de alimentos que contengan imágenes, entre otros. Permite que tu niña o niño infiera de qué trata el texto a partir de las imágenes, y que lo haga a su ritmo y desde sus ideas.

2 Conversa y permite que se exprese con sus propias palabras

Leer es también una oportunidad para conversar en familia

Leerles a tus niñas o niños es una oportunidad para saber qué piensan o qué sienten con respecto al contenido del texto: ¿Qué parte te gustó más? ¿Qué hubieras hecho tú? Recuerda que conversar no es “tomarle examen”, sino escuchar sus ideas y que ellas o ellos escuchen las tuyas. Para ello, te dejamos algunas recomendaciones:

- Pregúntale sobre lo que piensa de la historia o cuento que le has leído: qué partes fueron las que más o menos le gustaron.
- Aprovecha para conectar la historia con alguna experiencia tuya o de algún familiar; así, sabrá más de ti y se podrá ver reflejado o reflejada en algunas de tus experiencias.

Pregúntale sobre alguna situación y deja que te explique con sus propias palabras

Las niñas y los niños están todo el tiempo aprendiendo sobre el mundo que los rodea, al observar cómo las hormigas cargan los pedacitos de pan, al explorar y manipular objetos, al escuchar sonidos y voces, al jugar, etc. Todo el tiempo reciben información. ¿Sabes lo que hacen con ella? Crean sus hipótesis, es decir, sus propias ideas sobre lo que observan. Y construyen posibles explicaciones.

Aprovecha el asombro y la curiosidad que tiene tu niña o niño por lo que sucede a su alrededor. Es una oportunidad para preguntar y escuchar lo que piensa: ¿Por qué crees que...? ¿Qué piensas sobre...? ¿Qué crees que pasaría si...?

Las preguntas abiertas contribuyen a que la conversación se extienda y te da insumos para seguir explorando en sus ideas. **Sé respetuoso y deja que tu niña o niño se expresen en sus propias palabras.**



3 Permite que explore objetos para construir, contar y agrupar

Deja a su alcance objetos

Para entender e interpretar el mundo que los rodea, las niñas y los niños necesitan tocar y explorar objetos. Es importante que explore con objetos de diferentes tamaños, formas y texturas; de esta manera, mientras más experiencias les brindemos, mayores oportunidades tendrán para desarrollar su propio razonamiento.



Al explorar y manipular objetos, las niñas y los niños desarrollan su pensamiento y nociones matemáticas.

En el día a día de la niña y del niño hay muchas oportunidades para que ellas y ellos experimenten y desarrollen sus primeras nociones y habilidades matemáticas:

- Al explorar y manipular los objetos, armarlos, desarmarlos o construir estructuras con ellos.
- Al contar el número de personas que van a comer durante el desayuno, el almuerzo o la cena para poner la mesa.
- Al contar la cantidad de huevos que necesitarán para preparar un postre.
- Al agrupar sus juguetes por tamaños, colores u otro criterio para guardarlos; al emparejar las medias que son iguales; al separar por colores la ropa para lavarla; o al agrupar los utensilios de la cocina.
- Al comparar objetos por sus características, lo que les permite descubrir sus semejanzas y diferencias.

4 Promueve el juego y el movimiento para que pueda aprender con placer

Probablemente has escuchado alguna vez la frase “Jugar es perder el tiempo”; esta, sin embargo, no puede estar más alejada de la verdad. Jugar no es perder el tiempo: jugar es fundamental para el desarrollo del niño, pues a través del juego las niñas y los niños exploran el mundo que los rodea, aprenden sobre él y sobre ellas mismas y ellos mismos. Así, el juego es una de las actividades más importantes en la vida de una niña y un niño, casi tanto como respirar.

Por eso, como padre o madre, brinda espacios y oportunidades a tu niña o niño para jugar con libertad. ¿Qué significa jugar en libertad? Que la niña o el niño juegue desde su iniciativa eligiendo el juego que desea, desde lo que le interesa y usando su imaginación sin reglas impuestas por otros.

Para jugar con plenitud la niña o el niño necesita sentir seguridad al moverse, explorar los objetos y transformarlos con su imaginación; necesita adultos que confíen en ella o él, que los acompañen e interactúen con ella o él con respeto. A continuación, te damos algunas sugerencias de cómo brindarle a tu niña o niño un espacio de libertad en el juego:

El espacio de juego debe ser seguro

- Ya sea que estés dentro o fuera de casa, asegúrate de que el espacio esté libre de peligros: que no haya objetos que puedan caerle encima; tampoco objetos puntiagudos o cortantes.
- Fíjate que el suelo (ya sea fuera o dentro de casa) no tenga ningún tipo de desnivel, hueco o que esté cerca de una carretera. Esto no solo le dará seguridad a la niña o al niño, sino también a ti.
- Te recomendamos, además, poner en algún lado del espacio algún elemento que haga las veces de piso para que la niña o el niño se sienta en caso de que así lo desee. Puedes utilizar desde un cartón hasta un costalillo.



Para jugar libremente es importante tener autonomía

- Intenta que los juguetes o materiales estén a su alcance. Puedes ponerlos en cajas en el suelo, en la base de las bancas o sillas, o bien estantes que estén a su altura. El que los juguetes u objetos se encuentren a su alcance y ordenados le da la libertad a la niña o al niño para escoger y explorar los elementos que él o ella deseen.
- Estos juguetes o materiales deben ser adecuados para las niñas y los niños; debes tener en cuenta su tamaño y peso, así como el material del que están hechos. Recuerda que se espera que puedan manipularlos por sí mismos.



Los juguetes no son lo único con lo que se puede jugar

Si bien juguetes como los carritos, pelotas y muñecas desempeñan una función en el juego, existen otros materiales “no estructurados” que podemos encontrar en casa y que le brindan a tu niña o niño una experiencia de juego genial que ayudará a su desarrollo. A continuación, algunas ideas:

- Los bloques de madera contribuyen al desarrollo de la creatividad de tu niña o niño, ya que pueden ser utilizados para construir diferentes estructuras, según se necesiten en cada juego.
- Los materiales reciclados, como cajas de cartón de diferentes tamaños y tubos de papel higiénico, también son una buena opción, pues las niñas y los niños pueden transformarlos según lo que requiera su juego.
- Telas, ropa en desuso (pero limpia), sombreros o alguna prenda llamativa también pueden ser usados por los niños para nutrir sus juegos.
- Los materiales naturales también son excelentes para explorar: hojas, ramas, piedras sin filos. Aprovecha la naturaleza, pero, eso sí, procura lavarlos y limpiarlos bien antes de dárselos a la niña o al niño.

Dejar jugar libremente a la niña o al niño no quiere decir que no lo acompañes. Por el contrario: tu presencia es valiosa para ella o él, por lo que resulta importante que la niña o el niño pueda sentir tu presencia, ya sea a través de la mirada, o bien de las preguntas, al reaccionar a alguna emoción o sensación que muestra.

¿Esto quiere decir que siempre debería dejarlo jugar solo? No. Los momentos de juego entre tú y tu niña o niño son fundamentales, pues ayudan a afianzar el vínculo que hay entre ustedes; sin embargo, es importante darle libertad, de modo que pueda ser ella o él quien proponga el juego, los objetos a utilizar y explorar con calma y quietud.

5 Háblale con cariño, respeto y paciencia

Las niñas y los niños tienen desde pequeños la capacidad de entender lo que queremos decirles; asimismo perciben nuestras emociones e intenciones a través del tono en el que les hablamos o decimos las cosas. Ellas y ellos saben y sienten cuándo estamos enojados o contentos, apurados o con tiempo. Por ello es importante hablarles con cariño, utilizando un lenguaje claro y sencillo con una actitud y postura de escucha para generar una buena comunicación. Aquí les damos algunas recomendaciones:



Llámalas o llámalo por su nombre

Intenta también estar cerca de ella o él cuando conversen. Si es posible, ponte a su altura, pues eso facilitará el intercambio visual, y tu niña o niño sentirá que estás presente y que realmente lo escuchas.

Sé cariñoso

El cariño no solo se demuestra mediante el contacto físico. Las palabras son también una vía muy poderosa para demostrar cariño, y puedes aprovecharlas cuando converses con tu niña o niño:

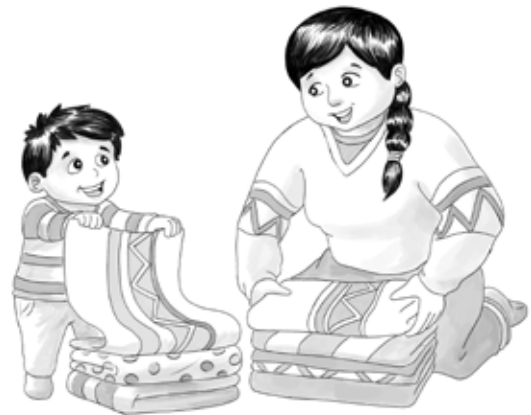
- Mientras él o ella te cuenta alguna anécdota o historia, bríndale palabras de aliento o empatía reconociendo sus emociones y alentándola o alentándolo en caso de que no se sienta segura o seguro.
- Aprovecha cuando estés a su altura para hacerle algún tipo de caricia en la espalda, cabeza o brazos o, simplemente, dejarla o dejarlo acercarse a ti en caso de que lo necesite.
- También habrá momentos en los que no desee que le des afecto físico (un abrazo o una caricia). Es importante respetar la distancia que necesita.

Sé amable y respetuoso

Intenta utilizar un tono de voz cálido y tranquilo. Si estás tenso(a) o apurado(a) por algo, pídele un momento para terminar lo que necesitas, respira profundamente y luego bríndale tu atención.

Muéstrale respeto en el trato, al igual que esperas que ella o él te lo demuestre a ti. Usa palabras o expresiones como *gracias, por favor o de nada*.

- La paciencia también es una forma de amabilidad y respeto. Recuerda que a veces las niñas y los niños pueden tomarse un tiempo para comunicar lo que desean, pues los más pequeños aún no dominan todas las palabras que necesitan para expresarse. Por ello, espera a que termine de comunicarte su idea para luego ayudarlo a encontrar las palabras que necesitan: puedes usar frases como “¿Te refieres a...?” o “Según lo que entiendo, pasó...” .



6 Cuidalo y aliméntalo con amor

El cuidar de otro es una actividad que implica mucho amor, pero también bastante energía y paciencia. A veces pensamos que cuidar a nuestras niñas y nuestros niños es darlo todo y ponernos en segundo lugar; sin embargo, queridos padres y madres, es muy importante que nos preocupemos también por nosotros mismos. ¿Cómo podríamos cuidar de otros si no nos sentimos bien física o emocionalmente? Cuidar de nosotros, es el primer paso para cuidar de otros.

¿Qué significa cuidarme?

- ✓ Cuidar mis horas de sueño.
- ✓ Cuidar de mi salud alimentándome adecuadamente.
- ✓ Cuidar mi estado de ánimo: tratar de relajarme en caso de que me sienta cansado(a) o agobiado(a). Pedir ayuda a la familia para darme un tiempo.

Las niñas y los niños perciben todo lo que pasa a su alrededor y, sobre todo, lo que sienten los adultos que los acompañan. Si estás molesto(a), cansado(a) o preocupado(a), ellos lo sentirán. Por esta razón, es importante que observes con qué actitudes y emociones te acercas a tu niña o niño e intenta aproximarte con una buena disposición.

Una buena alimentación es importante; y con amor, mucho mejor

Una buena alimentación no solo implica dar importancia a lo que come tu niña o niño para que esté bien nutrida o nutrido sino cómo y dónde come. Para una niña o un niño, comer es importante no solo para su desarrollo físico, sino también para el emocional y cognitivo.

El momento de la alimentación es una oportunidad para expresar afectos, promover la comunicación y fortalecer los vínculos. Mantén un contacto visual, permite que pruebe los sabores y que pueda decir si algo le gusta o no. En caso de que haya algún alimento que no sea de su agrado, intenta prepararlo de distinta manera; por ejemplo, si no le gusta la quinua cuando la cocinas en forma de guiso, puedes prepararla en un postre.

Es importante que este momento se lleve a cabo con amor, paciencia y buen humor, de modo que comer resulte una experiencia agradable y placentera tanto para la niña o el niño como para toda la familia.

