



Educación Inicial

¡Porque la UNAM no se detiene!

Actividades Pedagógicas

LACTANTES MATERNALES

PARTE 3

COORDINACIÓN DE PEDAGOGIA DE LOS
CENDI Y JARDÍN DE NIÑOS



La Dirección General de Personal a través de la Dirección de los CENDI y Jardín de Niños bajo la Coordinación de Pedagogía se apoyó de la Secretaría de Educación Pública para ofrecer estrategias de “**Aprende en casa**” **Parte 3** la cual consiste en desarrollar actividades pedagógicas, de tal forma que los aprendizajes de las niñas y niños continúen desarrollándose en apego al **Programa Educativo Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Inicial: Un buen comienzo.**

Dispondrán de actividades donde a través del juego favorecerán los aprendizajes de **Cuidado Cariñoso en familia, Salud e Higiene y Movimiento**, estrategias diseñadas para reforzar el aprendizaje, contemplando la crianza sensible y amorosa, como parte esencial para la generación de vínculos afectivos y positivos. Durante este periodo es importante que en casa se genere un ambiente de tranquilidad y certidumbre, además de dar continuidad a las rutinas que se trabajan en los Centros de Desarrollo Infantil.

FUENTE: Secretaría De Educación Pública. Estrategias-de-aprendizaje-en-casa
<https://aprendeencasa.sep.gob.mx/site/ed-inicial>

ORIENTACIONES EN EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES

“APRENDE EN CASA” PARTE 3

Es importante destacar que los niños y niñas de los CENDI de la UNAM tienen una rutina de actividades pedagógicas, de siesta, lúdicas y de alimentación, permitiendo con esto darle una estructura a su estancia en los Centros de Desarrollo Infantil. Es por lo anterior que les compartimos de manera general una adaptación a la Rutina de Actividades de la etapa de Maternal que se puede realizar en casa:

Horario	A continuación les presentamos una aproximación de la rutina que se realiza en los CENDI y que pueden continuar realizando en casa
9:00 horas	Desayuno
9:40 horas	Hábitos de Higiene (limpieza de cara, lavado de manos y dientes)
10:00 horas	Actividades Pedagógicas "Aprendizaje en Casa"
10:50 horas	Hidratación
11:00 horas	Hábitos de Higiene (limpieza de cara y lavado de manos)
11:15 horas	Actividades de Educación Físicas
12:00 horas	Actividades lúdicas (Juego libre)
12:40 horas	Comida
13:30 horas	Hábitos de Higiene (limpieza de cara, lavado de manos y dientes)
14:00 horas	Actividades de Ritmos, Cantos y Juegos
14:30 horas	Siesta (opcional)

**** En caso que su hijo o hija aun utilice pañal, en cada actividad de higiene realice el cambio del mismo o cuando se requiera.**

RECOMENDACIONES PARA MADRES Y PADRES DE FAMILIA

Fomentar hábitos de higiene de la niña o niño como:

- Lavado de manos constante después de cualquier actividad y antes de ingerir alimentos.
- Aseo bucal y baño diario.
- Lava los juguetes y/o materiales antes de cada actividad.
- Utiliza el juego para hacer más atractivas las actividades.
- -Es importante dar continuidad al entrenamiento del control de esfínteres en casa



Aprende en Casa

aprendemos juntos



CUIDADO CARIÑOSO

EN FAMILIA

EDUCACIÓN INICIAL
DEL 20 AL 24 DE ABRIL



Aprende en Casa

aprendemos juntos



¡Al agua patos!

¿Qué vamos aprender?

Fortaleceremos los vínculos afectivos y de confianza con nuestra(o) hija(o), mientras experimenta sensaciones placenteras al contacto con el agua

¿Qué hacemos?

Busca un lugar en casa donde poner la tina con suficiente agua tibia, de acuerdo con la edad de tu hija(o).

Coloca a tu hija(o) dentro de la tina, sin ropa, y juega con ella(él) vertiendo agua suavemente sobre su cabeza; al hacer esto, dile palabras cariñosas.

Dale el recipiente para que pueda manipularlo libremente. También puedes ofrecerle uno o varios juguetes de plástico.

Mira a tu hija(o) mientras juega. Observa qué acciones repite más, qué le hace sonreír o qué parece incomodarle.

Saca a tu hija(o) del agua cuando te dé señales de no querer estar más tiempo ahí.

Sécala(o) completamente y vístela(o)

Para terminar, piensa en lo siguiente: ¿cómo te sentiste al jugar con tu hija(o), ¿has notado cambios en su cuerpo?, ¿cuáles?

Materiales:

1. Tina con agua
2. Recipiente pequeño
3. Juguete de plástico (opcional)
4. Toalla o frazada para secar



Aprende en Casa

aprendemos juntos



El cuerpo suena

¿Qué vamos aprender?

Que nuestra hija(o) se dé cuenta que puede hacer sonidos divertidos usando partes de su cuerpo.

¿Qué hacemos?

Siéntate en la silla y coloca a tu hija(o) sobre la mesa. Comienza a dar golpecitos con los dedos en el borde de la mesa, mientras tarareas una canción.

Tu hija(o) te imitará; si no lo hace, toma sus manos e invítala(o) a golpear suavemente la mesa siguiendo el ritmo.

Cuando tu hija(o) comience a marcar el ritmo, acompáñala(o) cantando. Ella(él) pondrá el ritmo y tú la voz.

Inviten a otro miembro de la familia a unirse a la actividad y experimenten con otras partes del cuerpo para hacer sonidos. Al finalizar, aplaudan todos.

Para terminar, piensa en lo siguiente: ¿crees que la actividad le gustó a tu hija(o)?, ¿disfrutaste pasar tiempo con ella(él)?

Materiales:

1. Una silla
2. La mesa de la casa



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Futbolito

¿Qué esperamos?

Que nuestra hija(o) juegue y se divierta en familia.

¿Qué hacemos?

Siéntate en la silla y coloca a tu hija(o) sobre la mesa. Comienza a dar golpecitos con los dedos en el borde de la mesa, mientras tarareas una canción.

Invita a tu hija(o) y a toda la familia a limpiar la mesa para jugar.

Usen fichas o pelotitas para aventarlas de un lado a otro de la mesa, como si fuera un futbolito. El juego termina cuando alguien tenga muchas fichas o pelotitas.

Hagan equipos si les parece más divertido.

Para terminar, piensa en lo siguiente: ¿crees que a tu hija(o) le gustó el juego?, ¿y a ti?, ¿te gustó pasar tiempo con ella(él)?

Materiales:

1. Mesa
2. Fichas o pelotas



Aprende en Casa

aprendemos juntos



¡Hagamos una orquesta!

¿Qué esperamos?

Que nuestra hija(o) identifiquen sonidos y sigan ritmos en compañía de la familia.

¿Qué hacemos?

Invita a tus hijas(os) a seguir ritmos.

Permite que ellas (os) o alguien más de la familia proponga un ritmo y que los demás lo sigan.

Compongan entre todos una canción o melodía.

Para terminar, piensa en lo siguiente: ¿Crees que a tus hijas(os) les gustó hacer sonidos y seguir ritmos?, ¿te gustó pasar tiempo con ellas (os)?

Materiales:

Ollas, cacerolas, recipientes de distintos tamaños y materiales
Cucharas, cucharones, palas de madera, etcétera



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Cantantes

¿Qué esperamos?

Que nuestras hijas(os) canten partes de canciones y el resto de la familia las completen

¿Qué hacemos?

Antes de empezar, elige una canción que les guste a tu hija(o).

Explícale que entre todos van a cantar la canción, unos una parte y otros otra, pueden ser también duetos.

Grábense mientras cantan y, al terminar, escuchen cómo quedó la canción.

Hagan lo mismo con todas las canciones que quieran.

Para terminar, piensa en lo siguiente: ¿crees que a tu hija(o) les gustó hacer canciones juntos? ¿Te gustó pasar tiempo con ella(el)?

Materiales:

1. Teléfono celular o grabadora
2. Canciones que sean del gusto de tu hija(o)



Aprende en Casa

aprendemos juntos



SALUD E HIGIENE

**EDUCACIÓN INICIAL
DEL 20 AL 24 DE ABRIL**



Aprende en Casa

aprendemos juntos



SALUD
E HIGIENE

Ordenando nuestro espacio

¿Qué vamos aprender?

Que nuestras(os) hijas(os) ayuden a ordenar los espacios mientras se divierten.

¿Qué hacemos?

Invita a tu hija(o) a limpiar los espacios y recoger sus juguetes, ya sea en su habitación o en cualquier otro lugar de la casa donde juegue. Háganlo mientras escuchan la canción sugerida.

Asegura que sepa dónde y cómo colocar las cosas. Es importante que le acompañes en la tarea, poco a poco se acostumbrará a mantener ordenado su lugar de juego.

Explícale que el orden y la limpieza de los espacios son importantes para su salud. Dile también que en un lugar ordenado y limpio es más fácil que nos sintamos felices, seguras(os) y que podamos hacer las cosas por nosotros(as) mismos(as), por ejemplo, encontrar más rápido un juguete.

Para terminar, piensa en lo siguiente: ¿se divirtieron ordenando los espacios?, ¿lograron hacer de esta actividad un juego entretenido?

Materiales:

En esta liga te sugerimos una canción para que se diviertan mientras ordenan, pero pueden inventar su propia canción:<https://youtu.be/GWjpDiyEYGo>

CANCIÓN: Ordena tu habitación
<https://youtu.be/GWjpDiyEYGo>



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Emociones de colores

¿Qué vamos aprender?

Que nuestras(os) hijas(os) conozcan sus propias emociones para el bienestar de su salud mental.

¿Qué hacemos?

Busca un lugar cómodo y tranquilo, en el que puedas ver el video sugerido con tu hija(o).

Pon las hojas blancas y las crayolas o pinturas sobre una superficie plana, mesa o suelo, e invita a tu hija(o) a usar los materiales para pintar. Permite que dibuje y use el material libremente. Dibuja tú también.

Mientras dibujan, puedes preguntarle: ¿qué le pasaba al monstruo del video?, ¿qué emociones sentía?, ¿de qué color eran sus emociones?, ¿alguna vez te has sentido como el monstruo?, ¿cómo te sientes hoy?, ¿de qué color es esa emoción que sientes?, etcétera.

Para terminar, piensa en lo siguiente: ¿cómo te sentiste dibujando con tu hija(o)?, ¿crees que es importante que reconozcan sus emociones?, ¿por qué?

Materiales:

1. Hojas blancas
2. Colores, crayolas o pinturas de varios colores

Cuentacuentos: El Monstruo de colores
<https://youtu.be/5HUWPF4HMqA>



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Bebidas refrescantes y saludables

¿Qué esperamos?

Que nuestras(os) hijas(os) lo importante que es hidratarnos para estar saludables.

¿Qué hacemos?

Construyan un puesto y preparen bebidas refrescantes y saludables.

Piensen en un nombre para su puesto y hagan un letrero.

Elaboren un menú con dibujos de bebidas saludables: agua fresca, jugos de fruta naturales y sin azúcar, leche, etcétera.

Peguen el menú en un lugar visible y consúltenlo cada que tengan sed; así sabrán qué bebidas saludables tomar.

Para terminar, piensen en lo siguiente:

¿Se divirtieron preparando bebidas saludables? ¿Cómo se sintieron al jugar con sus hijas(os)? ¿Cómo crees que ellas(os) se siente al jugar contigo?.

Materiales:

1. Tijeras
2. Papel
3. Colores
4. Imaginación



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Bañando a mi muñeca(o)

¿Qué esperamos?

Que nuestras(os) hijas(os) sepan lo importante que es mantener limpio el cuerpo.

¿Qué hacemos?

Coloca la tina en un lugar cómodo y llénala con agua tibia. Acerca también el jabón, la esponja, el vaso y el muñeco

Invita a tu hija(o) a jugar. Para empezar, permite que toquen, exploren, huelan y sientan los materiales. Luego, pide que juntos bañen al muñeco.

Mientras juegan, pregúntales: ¿por qué creen que nos tenemos que bañar? ¿Qué pasa si no nos bañamos? ¿Qué sienten cuando no se bañan? ¿A qué huelen cuando se bañan?, Platiquen sobre lo importante que es mantener nuestros cuerpos limpios para estar sanas(os).

Para terminar, piensa en lo siguiente: ¿crees que a tu hija(o) les gustó bañar a los muñecos? ¿Te gustó pasar tiempo con tu hija(o)?

Materiales:

1. Tina mediana
2. Agua
3. Jabón
4. Esponja de baño
5. Recipiente o vaso pequeño
6. Muñeca(o)



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Moviendo mi cuerpo

¿Qué esperamos?

Que nuestras(os) hijas(os) ejerciten su cuerpo al jugar para mantenerse sanos

¿Qué hacemos?

Motiva a tu hija(o) a hacer actividades físicas. Sugerimos que juntos observen los videos e imiten los movimientos. Si así lo desean, pueden invitar al resto de la familia.

Luego, puedes invitar a tu hija(o) a realizar otros movimientos que se les ocurran: saltar, mover los hombros, estirar las piernas y brazos, etcétera.

Explícales que, al hacer actividad física, nos sentimos felices y con energía, nos hacemos más flexibles y fuertes, además de mantenernos sanos.

Para terminar, piensa en lo siguiente: ¿crees que les gustó realizar actividad física? ¿Cómo se sintieron pasando tiempo juntos?

Canción: Cabeza, Hombros, Rodillas, pies
<https://youtu.be/O40KLZf4xWE>

Canción: Giramos alrededor del moral
<https://youtu.be/oab3klOYPCs>



Aprende en Casa

aprendemos juntos



MOVIMIENTO

EDUCACIÓN INICIAL
DEL 20 AL 24 DE ABRIL



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Caminos mágicos

¿Qué vamos aprender?

Que nuestra hija(o) explore caminos y texturas mientras se mueve.

¿Qué hacemos?

Busca un espacio donde puedas pegar la cinta adhesiva o el estambre en el suelo y forma caminos, pueden ser en zigzag, líneas rectas, círculos, etcétera. La idea es que tu hija(o) pueda seguir el camino brincando, corriendo o como ella(él) quiera.

Coloca al final de cada camino alguna textura: algodón, fibras, piedras, conchas, pasto, hojas secas, etcétera. Tan solo asegura que ninguna textura sea riesgosa para tu hija(o).

Invita a tu hija(o) a recorrer los caminos y deja que su imaginación los lleve a crear distintos escenarios; puedes ser parte del juego y preguntarle a tu hija(o) si le gustan las texturas, cómo se sienten, cuál le gusta más, etcétera.

Materiales:

- Cinta adhesiva de colores o estambre
- Materiales con diferentes texturas (ásperas, suaves, lisas, etcétera)



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Tronando burbujas

¿Qué vamos aprender?

Que nuestra hija(o) se mueva libremente mientras hace sonidos divertidos.

¿Qué hacemos?

Pega en el piso plástico burbuja o algún otro material que se le parezca, es decir, que haga ruido al manipularse. Procura que sea un espacio lo más amplio posible, para que tu hija(o) corra, brinque o gatee libremente.

Invita a tu hija(o) a quitarse los zapatos y calcetines y a pisar el plástico y tronar las burbujas para hacer sonidos divertidos.

Materiales:

1. Plástico burbuja (el que se usa para empacar)
2. Cinta adhesiva



Aprende en Casa

aprendemos juntos



El camino

¿Qué esperamos?

Que nuestra hija(o) ejerciten sus movimientos gruesos mientras se divierten y exploran.

¿Qué hacemos?

Pega el estambre entre una pared y otra, o entre dos o más sillas, intenta que el estambre tenga distintas alturas y forme un camino. En uno de los extremos del camino, pon una canasta o recipiente con muñecos o peluches.

Invita a tus hijas(os) a que busquen un muñeco o peluche siguiendo el camino, pero sin tocar el estambre, de manera que se agache, levante los pies, brinque o gatee.

Acondiciona el espacio y el camino para que pasar por él sin tocar el estambre sea un reto divertido. Puedes ser parte del juego e intentar recorrer el camino sin tocar el estambre. También pueden acondicionar el espacio en la forma que propongan tus hijas(os).

Materiales:

1. Estambre
2. Muñecos o peluches
3. Canasta o recipiente
4. Sillas



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Manos y pies mágicos

¿Qué esperamos?

Que nuestra hija(o) experimenten cómo se siente la pintura en manos y pies.

¿Qué hacemos?

Busca un espacio libre y pega el papel kraft, ya sea en el piso o en la pared.

Vacía las pinturas en recipientes y permite que tu hija(o) metan pies y manos para luego pongan sus huellas en todo el papel como quieran: gateando, caminando, saltando, etcétera.

Déjales sentir la pintura en sus manos y pies, sin miedo a que se ensucien y sin límites. Apóyales cómo te pidan y procura verles a los ojos mientras juegan.

¡Únete a sus juegos!

Materiales

1. Papel kraft u otro tipo de papel en el que se pueda pintar
2. Cinta adhesiva
3. Pinturas (de preferencia dactilares)
4. Recipientes



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Globos por todos lados

¿Qué esperamos?

Que nuestras hijas(os) exploren y descubran las posibilidades de sus movimientos gruesos

¿Qué hacemos?

Infla globos de colores a distintos tamaños.

Pon bastantes globos en un espacio despejado que permita a tu hija(o) jugar con ellos y patearlos, aventarlos a los lados y hacia arriba, etcétera.

Permite que tu hija(o) sea libre. Mientras exploran, puedes preguntarles por los colores y tamaños de los globos.

¡Únete a sus juegos!

Materiales:

Globos