



Educación Inicial

Actividades Pedagógicas Lactantes Maternales

Semana del 11 al 15
de mayo

¡PORQUE LA UNAM NO
SE DETIENE!

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 en las estrategias educativas de la **Secretaría de Educación Pública** para el **Programa “Aprende en casa” Parte 6**, 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.**

Los Padres de Familia o Cuidadores dispondrán de actividades donde a través del juego favorecerán los aprendizajes de, **Salud e Higiene y Alimentación Perceptiva**, 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 ETAPA LACTANTES Y MATERNALES

“APRENDE EN CASA” PARTE 6

Es importante destacar que los niños y niñas de los Centros de Desarrollo Infantil 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 CENDI. Es por lo anterior que les compartimos de manera general una adaptación a la Rutina de Actividades de la etapa Lactante y Maternal que pueden 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 “Aprende 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 Física
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 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 en la niña o niño como:

- Lavado de manos constante después de cualquier actividad y antes de ingerir alimentos.
- Aseo bucal y baño diario.
- Lavado de 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



Salud e Higiene



EDUCACIÓN INICIAL
11 al 15 de mayo





Aprende en Casa

aprendemos juntos



SALUD
E HIGIENE

Lunes

Baño de burbujas

¿Qué esperamos?

Que tu hijo(a) descubra que mantenerse limpio puede ser divertido.

¿Qué hacemos?

Para este juego deberás preparar la espuma casera:

- Llena el recipiente con un poco de agua.
- Coloca la cantidad que creas suficiente de jabón líquido en el agua.
- Después, corta la botella de plástico por la mitad.
- Cubre el orificio más grande de la botella con ayuda del calcetín; la boquilla deberá quedar libre.
- A la hora del baño, coloca el recipiente con agua y jabón al alcance del niño.
- Muéstrale que mojando un poco el calcetín en el agua del recipiente y soplando por la boquilla obtenemos burbujas.
- Permite que tu hija(o) juegue el tiempo que crea suficiente. Puedes colocar un poco de música mientras se divierten haciendo burbujas.
- Finalmente, baña a tu hija(o) como normalmente lo haces.
- Te recomendamos no dejar solo a tu hijo(a) en ningún momento durante la actividad. Si tienes alguna tina de baño para bebé, puedes usarla para que disfrute del baño con seguridad.

Materiales:

- Recipiente
- Botella de plástico pequeña
- Calcetín
- Agua
- Jabón líquido



Aprende en Casa

aprendemos juntos



SALUD
E HIGIENE

Martes

¿Berrinches?

¿Qué esperamos?

Que conozcas algunas herramientas para acompañar a tu hija o hijo con amor en los llamados berrinches.

¿Qué hacemos?

Es normal que niños y niñas, entre uno y tres años hagan berrinches, sin embargo, el resultado depende de cómo los acompañemos; podemos aumentar esta conducta o bien promover la independencia y un manejo de emociones sano.

Algunas cosas que debes saber:

- El berrinche es un lenguaje; cuando tu hija(o) lo hace es porque quiere comunicarte algo.
- Siempre tiene un motivo u origen (hambre, falta de atención, deseo de algo, cansancio, sueño, etcétera).
- Necesitas amor y paciencia para apoyar a tu hija(o) durante un berrinche. Lo que buscamos es calmarlo, entonces nosotros también debemos, ¡MANTENER LA CALMA!
- Hazle saber que es normal que sienta enojo, frustración, que llore, etcétera. ¡VALIDA SUS EMOCIONES!
- Permítele tener un espacio de recuperación, poco a poco, comenzará a relajarse y, entonces, podrás orientarlo a probar otras formas para expresarse.
- Procura evitar avergonzarlo, hacerlo sentir culpable, castigarlo o mandarlo a otro espacio, pues esto sólo reforzará esa conducta y lo hará sentir más molesto.



Aprende en Casa

aprendemos juntos



SALUD
E HIGIENE

Miércoles

Bañando a mi bebé

¿Qué esperamos?

Tener algunas recomendaciones para bañar a bebés recién nacidos.

¿Qué hacemos?

- Antes de comenzar a bañar a tu bebé, te recomendamos lavarte las manos.
- Prepara todo lo necesario para bañarlo (jabón, toalla, pañal, ropa, etcétera).
- Coloca poca agua en la bañera.
- Comprueba la temperatura con tu codo; no debes sentir ni frío ni calor.
- Procura realizar el baño en una habitación donde no haya corrientes de aire.
- Mantente atenta(o).
- Durante el baño puedes cantarle, platicar con él o ella, mirarle a los ojos. Es un momento único entre ustedes.
- Procura evitar avergonzarlo, hacerlo sentir culpable, castigarlo o mandarlo a otro espacio, pues esto sólo reforzará esa conducta y lo hará sentir más molesto.



Aprende en Casa
aprendemos juntos



**SALUD
E HIGIENE**

Jueves

Prevención de enfermedades gastrointestinales

¿Qué esperamos?

Conocer algunas acciones que nos ayudarán a prevenir enfermedades gastrointestinales.

¿Qué hacemos?

- Procura dar de beber agua hervida o embotellada.
- Alimenta a tu bebé con leche materna.
- Lava tus manos antes de preparar cualquier alimento.
- Lava frutas y verduras antes de consumirlas.
- Evita consumir alimentos de la calle.
- Limpia con frecuencia los juguetes.
- Lava tus manos antes y después de cambiar un pañal.



Aprende en Casa

aprendemos juntos



SALUD
E HIGIENE

Viernes

Deshidratación

¿Qué esperamos?

Conocer algunos signos de deshidratación.

¿Qué hacemos?

Estar deshidratado significa no tener la suficiente cantidad de agua en nuestro cuerpo para que funcione adecuadamente. Por eso es importante que conozcas algunos signos que te permitirán saber si tu hija(o) está deshidratado. A continuación, te presentamos algunos:

- Boca seca
- Piel seca
- Ojos hundidos
- Irritabilidad
- Respiración rápida
- Menos lágrimas al llorar y llanto débil
- Juega menos de lo usual
- Disminuye o desaparece la orina
- Vómito

En caso de presentar alguno de estos signos, te recomendamos acudir a tu centro de salud o ponerte en contacto con un médico.



Aprende en Casa

aprendemos juntos



Alimentación
Perceptiva



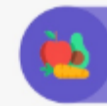
EDUCACIÓN INICIAL
11 al 15 de mayo





Aprende en Casa

aprendemos juntos



ALIMENTACIÓN
PERCEPTIVA

Lunes

El cuento de los alimentos

¿Qué esperamos?

Identificar alimentos a partir del juego.

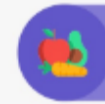
¿Qué hacemos?

- Crea una historia donde los personajes sean diferentes alimentos.
- Busca un espacio cómodo para contar el cuento.
- Usa toda tu creatividad para hacer una historia divertida para tu hija(o).
- Si no tienes alguna idea en mente, te dejamos algunas historias que les puedes contar <http://www.cuentoscortos.com/cuentos-de-vida-sana>
- Disfruta de este momento con tu hija(o).



Aprende en Casa

aprendemos juntos



ALIMENTACIÓN
PERCEPTIVA

Martes

¡Hagamos tortillas!

¿Qué hacemos?

- Compra un poco de masa (lo menos que se pueda desperdiciar).
- Deja que tu hija(o) juegue a que prepara tortillas con la masa o algún otro alimento que quiera.
- Le puedes preguntar: ¿qué alimento preparaste? ¿Qué sabor se imagina que tiene ese alimento? Etcétera.

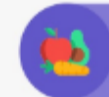
Materiales:

- Masa para hacer tortillas de maíz.



Aprende en Casa

aprendemos juntos



ALIMENTACIÓN
PERCEPTIVA

Miércoles

Laberinto

¿Qué esperamos?

Reconocimiento de alimentos saludables.

¿Qué hacemos?

- En una hoja, dibuja un laberinto con diferentes caminos. Establece un inicio y un fin; el objetivo debe ser llegar hasta las frutas o verduras.
- Si puedes imprimir, te dejamos una página en la que podrás encontrar varios ejemplos: <https://www.istockphoto.com/es/vector/rutas-de-laberinto-juego-con-ni%C3%B1os-y-verduras-gm871994080-243581006>
- Deja que tu hija(o) intente buscar el camino correcto para llegar a los alimentos saludables.

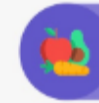
Materiales:

- Dibujo o impresión de un laberinto.



Aprende en Casa

aprendemos juntos



ALIMENTACIÓN
PERCEPTIVA

Jueves

Figuras comestibles

¿Qué esperamos?

Hacer de la hora de la comida un momento divertido.

¿Qué hacemos?

- Con distintas frutas limpias, ve cortando diferentes figuras, pueden ser muy sencillas como círculos, estrellas etcétera.
- Deja que tu hija(o), bajo tu supervisión, lo intente.
- Después de hacer las figuras las podrán disfrutar.

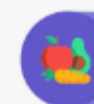
Materiales:

- Frutas
- Cortador
- Plato



Aprende en Casa

aprendemos juntos



ALIMENTACIÓN
PERCEPTIVA

Viernes

Tache o paloma

¿Qué esperamos?

Clasificación de alimentos.

¿Qué hacemos?

- En una hoja blanca, dibuja una palomita y, en otra, dibuja un tache.
- Coloca frente a tu hija(o) diferentes dibujos o impresiones de alimentos de todo tipo.
- Deja que tu hija(o) los acomode en el área donde está la paloma o donde está el tache de acuerdo con su criterio y gusto.
- Cuando ponga un alimento, le puedes preguntar: ¿por qué crees que ese alimento va en el tache? ¿Cuál de estos alimentos te gusta más? ¿Cuál no te gusta?
- Deja que tu hija(o) se exprese y decida.

Materiales:

- Dibujos o impresiones de distintos alimentos
- Colores
- Hojas blancas
- Plato