La Dirección General de Personal a través de la Dirección de los CENDI y Jardín de Niños bajo la Coordinación de Pedagogía presenta en apoyo a las estrategias educativas de la **Secretaria de Educación Pública** el **Programa Educativo "Aprende en Casa" del Ciclo Escolar 2021-2022** el cual consiste en desarrollar actividades para reforzar los Aprendizajes Esperados de tal forma que el conocimiento de las niñas y niños continúen desarrollándose en apego al **Programa Educativo Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Inicial: Un buen comienzo.**

FUENTE: Secretaria De Educación Pública. Estrategias-de-aprendizaje-en-casa
https://aprendeencasa.sep.gob.mx/site/subpublication2122?id=20

Actividades Pedagógicas Educación Inicial

Semana del 20 al 24 de septiembre

¡Porque la UNAM no se detiene!

COORDINACIÓN DE PEDAGOGÍA DE LOS CENDI Y JARDÍN DE NIÑOS

Aprende en casa

SALUD E HIGIENE

Aprende en casa

CICLO ESCOLAR 2021 - 2022

Educación Inicial

HIGIENE BUCAL

APRENDIZAJE ESPERADO: *Desarrolla autonomía y autorregulación crecientes.*
ÉNFASIS: *Dentición temporal y adquisición de hábitos de higiene bucal.*

¿Qué vamos a aprender?

- Hola, papás, mamás, cuidadores y cuidadoras. En esta sección se ha preparado información relevante para ustedes que les auxilie en la crianza de sus hijas o hijos.

La Educación Inicial es el servicio educativo que se brinda a niñas y niños menores de tres años de edad, con el propósito de potencializar su desarrollo integral y armónico en un ambiente rico en experiencias formativas, educativas y afectivas, lo que les permitirá adquirir habilidades, hábitos, valores, así como desarrollar su autonomía, creatividad y actitudes necesarias en su desempeño personal y social.

La información que se compartirá en esta sesión retoma algunas ideas en el Programa de Educación Inicial "*Un buen comienzo Programa para la educación de las niñas y los niños de 0 a 3 años*" sino la tienes, no te preocupes, la puedes encontrar en la página de Plan y programas de estudio de la Secretaría de Educación Pública, en el apartado de materiales de Educación Inicial:

https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/inicial-ae-programa.html

En esta sesión van a aprender las técnicas para la higiene de dientes de los bebés, niñas y niños, el tema es muy importante, porque los dientes son de gran importancia.
y para ello comiencen cantando:

Los dientes de arriba se cepillan hacia abajo,
los dientes de abajo se cepillan hacia arriba,
y las muelitas debes cepillar,
con un movimiento circular.

Y no olvides cepillarte tres veces al día,
muy sanos y fuertes siempre van a estar.
Limpios y brillantes siempre lucirán.

SALUD E HIGIENE

Aprende en casa

HIGIENE BUCAL

Es importante mencionar que, así como es importante el lavado de manos no deben dejar de lado el cepillado de dientes en los bebés, porque los dientes sanos son importantes para la salud general de las niñas y los niños.

Observen el siguiente video en el que la especialista Odette Maldonado habla de la salud bucal.

1. **Especialista Odette Maldonado.**
https://youtu.be/7JA9KDlgqAc

Es importante cuidar de la salud bucal de los bebés desde el momento del nacimiento, y saber que hay cosas que se pueden hacer para tener los dientes sanos y prevenir las caries, además de ir creando conciencia de la importancia de la higiene bucal de los bebés, niños y niñas.

Para enseñar a lavar los dientes, lo pueden hacer con la siguiente canción. Primero saquen su cepillo de dientes, después echen un poco de pasta y ahora a cepillar.

Así es como se lavan los dientes, lavan los dientes, lavan los dientes.
Así es como se lavan los dientes por la mañana.
Cepillo arriba, cepillo abajo, izquierda derecha y dando vueltas, que blanca sonrisa quedará, lo has hecho genial.

Con esta canción será más divertido lavarse los dientes, los buenos hábitos dentales deben comenzar desde antes de que aparezca el primer diente, y es muy importante para prevenir enfermedades no solo bucales, es necesario lavar primero las manos, necesitan un poco de agua y una gasa o un paño limpio.

Tengan presente que las caries dentales pueden aparecer con el primer diente y que unos dientes de leche sanos marcarán la posición de la dentadura definitiva. La caries dental es una enfermedad que puede doler y causar problemas de salud como infecciones que pueden poner en riesgo a los bebés, niñas y niños. Disfruten de la siguiente cápsula donde se explicará mejor.

2. **Limpieza primeros dientes - Sandy López.**
https://youtu.be/KdrTOVdAV1c

SALUD E HIGIENE

Aprende en casa

HIGIENE BUCAL

Existen muchas dudas en torno al primer diente del bebé, cuando éste aparezca pregúntele a su médico qué tipo de cepillo usar y si el bebé requiere flúor, asegúrense de que el cepillo de dientes sea adecuado para las niñas y los niños es importante para una buena limpieza bucodental, algunos dentistas recomiendan usar pasta dental sin flúor antes de los dos años. Consulten a los especialistas para revisar la boca del bebé y haga un control dental al menos cada 6 meses mientras le están saliendo sus dientes.

Es recomendable cepillar los dientes de su hija o hijo por lo menos dos veces al día, puede ser después del desayuno y antes de acostarse, usando agua y un cepillo de cerdas suaves.

- Mantengan limpios los dientes del bebé. Limpie después de cada alimento y vigilen las encías y primeros dientes, si ve algún cambio acuda con su médico para que le revise.
- Limiten la cantidad de azúcares. El abuso de azúcar es un factor asociado con la aparición de caries dental.
- Platiquen con el dentista o el médico sobre los hábitos de succión de su hija o hijo. Succionar un chupón, el pulgar o los dedos puede afectar la dentadura y ocasionar problemas bucodentales, pregúntele al profesional de la salud cómo detectar cambios en la mordida y hacer que abandone los hábitos de succión.
- Programe una cita con el dentista. Lleve al bebé, niño o niño a que le realicen un control dental.

La salud bucal está estrechamente relacionada con la alimentación saludable y el desarrollo de las niñas y niños, por lo tanto, involucra a todos los que los encargados de cuidar a un bebe, niña o niño.

Es esencial poner en práctica buenos hábitos de higiene bucal para mantener limpios los dientes y encías, y prevenir la caries, alrededor de la erupción de los primeros dientes también existen muchos mitos, escuchen el siguiente video.

3. Mitos - Sandy López.
https://youtu.be/b1Ch6WARW34

Al momento en el que a los bebés les salen los primeros dientes, pueden ayudarlos a mitigar la sensación de molestia con algo natural y evitar el uso de medicamentos.
Se sabe que bebés, niñas y niños aún dependen de los adultos y ustedes serán responsables de que la erupción de sus dientes sea más cómoda.

SALUD E HIGIENE

Aprende en casa

CICLO ESCOLAR 2021 - 2022

Educación Inicial

HIGIENE BUCAL

Es necesario tener presente que el vínculo afectivo y la diversión también son muy importantes para las niñas y niños, puedan hacer una actividad divertida usando una canción y con algunos materiales que tengan en casa.

También pueden hacer una boca con dientes para jugar un rato con las niñas y los niños, y que las mamás, papás o cuidadores puedan divertirse con la técnica de cepillado de dientes.

Recuerden que la higiene bucal forma parte de su higiene personal y que no deben dejarla de lado, es necesario reafirmar su importancia para que se apropien de hábitos saludables.

Escuchen la experiencia de una madre de familia con los hábitos de higiene bucal de su hija.

4. Experiencia.
https://youtu.be/kkaJINch7q0

Las niñas y los niños deben hacer sus propios intentos, pero siempre con supervisión para evitar que lastimen sus encías, no olviden reconocer sus esfuerzos y sus logros.

Otra opción es cuando se acostumbra a decirles sobre el hada de los dientes para que no olviden continuar cepillándose los dientes todos los días, ir al dentista y comer alimentos saludables para mantener sus dientes nuevos tan blancos y brillantes como sus dientes de leche.

Para concluir esta sesión observa con el siguiente cuento.

5. Cuento. Matías pintor famoso (Audio).
https://aprendeencasa.sep.gob.mx/multimedia/RSC/Video/202104/202104-RSC-AzfZapNwcE-Mataspintorfamoso.mp4

6. Cuento. Matías pintor famoso (PDF).
https://aprendeencasa.sep.gob.mx/multimedia/RSC/Documento/202104/202104-RSC-jeUbQJBbhD-Mataspintorfamoso.pdf

SALUD E HIGIENE

Aprende en casa

HIGIENE BUCAL

Se les agradece a todos los papás, mamás y cuidadores por hacer un buen trabajo cuidando los dientes de los niños y niñas. ¡No puedo esperar hasta que pierdan su primer diente!

Si tienen dudas o necesitan ayuda para realizar las actividades propuestas o alguna sugerencia y quieren compartirlas con nosotros pueden enviarlas al correo aprende_en_casa@nube.sep.gob.mx

Si quieren ver los programas de "Aprende en Casa", los puedes encontrar en la siguiente página: youtube.com/aprendeencasa

Descarga tu clase dando clic aquí

CUIDADO CARIÑOSO EN FAMILIA

Aprende en casa

CICLO ESCOLAR 2021 - 2022

Educación Inicial

LA TRANSICIÓN I

APRENDIZAJE ESPERADO: *Establecer vínculos afectivos y apegos seguros.*
ÉNFASIS: *Separase es un ejercicio subjetivo, el proceso depende lo unidos que estén las madres y los niños, la estabilidad de los cuidadores.*

¿Qué vamos a aprender?

- Hola papás, mamás, cuidadores y cuidadoras. En esta sección se ha preparado información relevante para Ustedes que les auxilie en la crianza de sus hijas o hijos.

La Educación Inicial es el servicio educativo que se brinda a niñas y niños menores de tres años de edad, con el propósito de potencializar su desarrollo integral y armónico en un ambiente rico en experiencias formativas, educativas y afectivas, lo que les permitirá adquirir habilidades, hábitos, valores, así como desarrollar su autonomía, creatividad y actitudes necesarias en su desempeño personal y social.

Para esta sesión retomaran algunas ideas de la Guía para padres. "La importancia de la crianza amorosa: un alimento que dura toda la vida". La cual puedes encontrar en la página de Plan y programas de estudio de la Secretaría de Educación Pública, en el apartado de materiales de Educación Inicial. Estas guías fueron pensadas por la SEP para acompañarlos en la crianza.

¿Han observado que las niñas y niños lloran o se desconciertan cuando son separados de sus mamás, papás o familiares por algún periodo de tiempo? ¿O también cuando son llevados a su Centro Educativo, cuando se les quita un juguete muy preciado?
Las niñas y los niños en este tipo de situaciones expresan y experimentan diversas emociones y sensaciones, una de ellas es la angustia, manifestada mediante el llanto, enojo o desconcierto.

Esto es porque ante la separación llega el momento en que se dan cuenta que son otras personas, separados de sus madres padres o cuidadores quienes están cotidianamente cerca de ellos. Es decir, antes eran sólo mamá-papá e hijo(a), y conforme crezca entenderá que hay otras personas en su entorno que acompañaran su crianza y convivencia. Observa el siguiente video de María Emilia López, especialista en Educación temprana y autora de nuestro Programa de Educación Inicial: Un buen comienzo, que nos hablará de la angustia de separación.

1. **María Emilia López**
https://aprendeencasa.sep.gob.mx/multimedia/RSC/Video/202009/202009-RSC-H47FJotXWo-01_Maria_Emilia.mp4

Los bebés necesitan muchos cuidados amorosos, y Ustedes pueden ayudarlos a través de los momentos de transición.Se les preguntó a los papás de un Centro de Atención Infantil las siguientes preguntas: ¿Tienen identificado qué objetos le ayudan sus bebés para sentirse más tranquilos en su ausencia? ¿Qué otras estrategias utilizan para brindarle seguridad a sus bebés cuando ustedes no están?

CUIDADO CARIÑOSO EN FAMILIA

Aprende en casa

CICLO ESCOLAR 2021 - 2022

Educación Inicial

LA TRANSICIÓN I

Deben identificar que un vínculo y apego seguro generan a través del sostenimiento afectivo, mediante prácticas de crianza basadas en el amor y cuidados cariñosos que brindan los padres de familia o cuidadores, estas prácticas afectivas fortalecerán la relación y seguridad con las niñas y niños.

De no existir estas prácticas afectivas, las niñas y niños muestran angustias y miedos, que se reflejan en circunstancias donde el desapego de sus cuidadores es el mayor ejemplo.

Ahora que saben todas las estrategias para cuidar estos procesos de sus hijas e hijos, los invitamos a que durante esta semana les canten para dormir, observen qué objetos de ustedes le generan tranquilidad. También pueden hacer juegos de manos como "donde está mamá" *(tapándose los ojos, y se los destapan para contestar)* "aquí está". Estos juegos ayudan a los bebés a comprender que mamá o papá pueden desaparecer de su vista, pero siempre van a regresar.

Es importante jugar, platicarles, cantarles y leerles a sus niñas y niños antes de partir a algún lado o de ausentarse, que ellos sepan que ustedes siempre estarán ahí para ellos, darles seguridad y tranquilidad. No dejemos que eso se pierda.
El siguiente video es un cuento para que puedan escucharlo con sus hijas o hijos

2. Cuento. Las lechucitas.
https://youtu.be/8TXrSmEG30s

Aún queda mucho por seguir aprendiendo y compartiendo con Ustedes sobre el tema para ayudar a que su bebé, niña o niño se desarrolle de una manera óptima.

Recuerden que, en la página de Plan y programas de estudio de la SEP, pueden encontrar la Guía para padres. "La importancia de la crianza amorosa: un alimento que dura toda la vida", en la cual podrás encontrar muchísima información relacionada a este tema.

https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/inicial/guia-padres/1GUIA-PARA-PADRES-EDUC-INCIAL.pdf

Si tienen dudas o necesitan ayuda para realizar las actividades propuestas o alguna sugerencia y quieren compartirlas con nosotros pueden enviarlas al correo aprende_en_casa@nube.sep.gob.mx

Si quieren ver los programas de "Aprende en Casa", los puedes encontrar en la siguiente página: youtube.com/aprendeencasa

Descarga tu clase dando clic aquí

VALORES

Aprende en casa

CICLO ESCOLAR 2021 - 2022

Educación Inicial

¡JUGANDO CON MATERIALES RECICLADOS!

APRENDIZAJE ESPERADO: *Desarrollar autonomía y autorregulación crecientes.*

ÉNFASIS: *Experiencias de juego exploratorio que enriquecen los procesos mentales y de investigación en los niños.*

¿Qué vamos a aprender?

- Hola papás, mamás, cuidadores y cuidadoras. En esta sección se ha preparado información relevante para Ustedes que les auxilie en la crianza de sus hijas o hijos.

La Educación Inicial es el servicio educativo que se brinda a niñas y niños menores de tres años de edad, con el propósito de potencializar su desarrollo integral y armónico en un ambiente rico en experiencias formativas, educativas y afectivas, lo que les permitirá adquirir habilidades, hábitos, valores, así como desarrollar su autonomía, creatividad y actitudes necesarias en su desempeño personal y social.

En esta sesión se retomarán algunas ideas de la "Guía para madres y padres de familia. El arte y el juego: acompañantes para una crianza amorosa". La cual pueden encontrar en la página de Plan y programas de estudio de la Secretaría de Educación Pública, en el apartado de materiales de Educación Inicial.

https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/inicial/arteyjuego/1Guia-Arte-y-Juego.pdf

La evolución del ser humano ha mostrado que el juego es la conducta predilecta y perfecta con la que los niños y las niñas aprenden, se relacionan y sienten felicidad. Desde tiempos remotos los seres humanos cantan, danzan e inventan juegos de palabras como formas de proyectarse en el mundo, comprenderlo y transformarlo.
Johan Huizinga

Aprenderán la importancia que tiene el juego en la primera infancia para favorecer muchas habilidades y destrezas en sus niñas y niños a través de materiales que pueden reciclar y que tienen al alcance de sus manos.

Algunos padres comentaron que para ellos el juego es una actividad común, los niños todo el tiempo se la pasan jugando mientras los adultos tienen miles de ocupaciones y para ellos es mejor tenerlos entretenidos, siempre ha sido así, lo recuerdan desde que eran niños

El juego es mucho más que un simple entretenimiento, jugar está en la base de la cultura.

VALORES

Aprende en casa

¡JUGANDO CON MATERIALES RECICLADOS!

Para ustedes ¿Cuál es la importancia del juego para los niños y niñas en sus primeros años de vida? y ¿Qué juegos son los adecuados para su aprendizaje? Existen varias dudas como la que comparte Isabel, una mamá que quiere saber sobre la importancia que tiene el juego en los primeros años de vida.

Las niñas y los niños pueden jugar solos, con los adultos o con los objetos, es aquí donde el niño comienza a desarrollar su imaginación y creatividad, utilizando materiales simples a su alcance como puede ser una caja, un bote o una sábana.

El juego es de vital importancia, en ocasiones muchos papás quieren que sus hijos lean a temprana edad y no respetan su infancia, los llenan de tareas y clases por la tarde sin dejarles tiempo libre para jugar.

Se preguntarán, ¿El juego es el motor para desarrollar la imaginación, la creatividad y la exploración en los pequeños?

La respuesta es un Si, solo por mencionar algunos de sus beneficios, ustedes deben generar las condiciones para que sus hijos encuentren en el juego las destrezas, habilidades, motivaciones y conocimientos necesarios para desarrollarse, relacionarse, aprender, expresarse, crear, mostrar su propio mundo y ser felices.

Con toda esta información están modificando las ideas que se tienen sobre el juego, ya que el bebé juega desde que se encuentra en el vientre de su madre, después descubre el mundo a través de los sentidos (primero para descubrirse a sí mismo y después a los demás).

Deben observar el presente de los niños y ayudarlos a desarrollarse fomentar la actitud curiosa con la que se relacionan con el mundo, ya que jugando se sienten plenos, seguros, autónomos y capaces.

Toda esta información será de gran utilidad para todos ustedes, observen el siguiente video que ayudará a resolver la pregunta número dos, ¿Qué juegos son los adecuados para el aprendizaje de mi hijo?

1. **Juguetes reciclados.**
https://www.youtube.com/watch?v=4duTZuHeBB0

Esta es una excelente idea, crear juguetes sencillos con material reciclado. Les sugerimos buscar un espacio y adaptarlo para poder jugar con sus hijos e hijas y echar a volar su imaginación con los materiales que hay en casa.

VALORES

Aprende en casa

¡JUGANDO CON MATERIALES RECICLADOS!

Esta sugerencia realícenla con su hija o hijo, dándole tiempo de calidad, creen juntos una casa, un carro o lo que ustedes decidan con materiales que tienen en casa.

Es importante recordar que la lectura es fundamental para su hija o hijo y que desde temprana edad pueden fomentarle este hábito, además de que tienen valioso tiempo compartiendo además es importante para el desarrollo de las niñas y los niños. Los invitamos a disfrutar el siguiente cuento titulado "Feroz…feroz", a partir del segundo 0:04

2. Feroz… Feroz de Poly Bernatene.
https://youtu.be/PmYbK_s3EGM

Ya conocen el valor que tiene el juego en la vida de sus hijas e hijos, este tipo de cuentos ayudan también a promover el juego y la imaginación, jugando con sonidos y voces.

Recuerden que, en la página de Plan y programas de estudio de la SEP, puedes encontrar la Guía para madres y padres de familia. El arte y el juego: acompañantes para una crianza amorosa en la cual podrás encontrar muchísima información relacionada a este tema.

https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/inicial/guia-padres/1GUIA-PARA-PADRES-EDUC-INCIAL.pdf

Si tienen dudas o necesitan ayuda para realizar las actividades propuestas o alguna sugerencia y quieren compartirlas con nosotros pueden enviarlas al correo aprende_en_casa@nube.sep.gob.mx

Descarga tu clase dando clic aquí

CUIDADO CARIÑOSO EN FAMILIA

Aprende en casa

CICLO ESCOLAR 2021 - 2022

Educación Inicial

¿POR QUÉ MI HIJO NO QUIERE COMER?

APRENDIZAJE ESPERADO: *En la crianza compartida se trabaja y se hace énfasis en todos los aprendizajes clave.*

ÉNFASIS: *Proteger la salud psíquica de los niños de 0 a 3 años.*

¿Qué vamos a aprender?

- Hola papás, mamás, cuidadores y cuidadoras. En esta sección se ha preparado información relevante para Ustedes que les auxilie en la crianza de sus hijas o hijos.

La Educación Inicial es el servicio educativo que se brinda a niñas y niños menores de tres años de edad, con el propósito de potencializar su desarrollo integral y armónico en un ambiente rico en experiencias formativas, educativas y afectivas, lo que les permitirá adquirir habilidades, hábitos, valores, así como desarrollar su autonomía, creatividad y actitudes necesarias en su desempeño personal y social.

La información que se compartirá en esta sesión, retoma algunas ideas de la Guía integral para madres y padres de familia. "*Alimentación perceptiva para niñas y niños de 0 a 5 años: Una vía para favorecer la crianza amorosa*". Sino la tienes, no te preocupes, la puedes encontrar en la página de Plan y programas de estudio de la Secretaría de Educación Pública, en el apartado de materiales de Educación Inicial:

https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/inicial/alimentacion-perceptiva/1Alimentacion-perceptiva.pdf

En esta ocasión se tratará un tema muy importante, la **alimentación perceptiva**, donde reconocerán la diferencia entre alimentar y alimentar con amor.

Este tema es fundamental para la crianza de los niños, en cada lugar de este país encontrarán una inmensa variedad de alimentos al alcance de todas las familias gracias a la bondad de la naturaleza.

Sin embargo, alimentar a los niños en su primera infancia no solo consta de los alimentos que les brindan, sino del cariño con el que lo hacen.

Saben, el vínculo entre una madre lactando y su hijo es impresionante, es cautivante el cariño que se observa.

¡Eso es la alimentación perceptiva! Podemos observar como una madre y su hijo, fortalecen su vínculo afectivo durante el proceso de alimentación. Así se nutre el cuerpo y las emociones de los niños.

CUIDADO CARIÑOSO EN FAMILIA

Aprende en casa

CICLO ESCOLAR 2021 - 2022

Educación Inicial

¿POR QUÉ MI HIJO NO QUIERE COMER?

Se tienen algunas preguntas relacionadas con este tema:
Un bebé de 11 meses, ¿Cómo se puede motivar a un bebé para que coma toda la comida que se le ofrece? ¿De qué otra forma se le puede presentar las verduras para que las acepte y sean de su agrado?

En el caso de un bebé de 4 meses, ¿Se debe complementar su alimentación mientras está lactando? y ¿Qué recomendaciones se le puede dar para que al bebé le gusten las frutas y verduras desde temprana edad?

En la guía para padres, la cual se basa en el programa que ustedes manejan para educación inicial: un buen comienzo, pueden descubrir como las niñas y niños leen todos los datos del ambiente en el que viven, los aromas, los rostros, el juego. Cómo la alimentación pasa de ser solo el deseo de tener cerca a su madre, padre o cuidador, para vincularse mediante el amor. Este vínculo le dará seguridad y le permitirá aprender a pensar, dando origen al fortalecimiento del lazo afectivo imprescindible entre el desarrollo emocional y el aprendizaje.

Observen el siguiente video, en el que el Dr. Rafael Pérez Escamilla, experto en alimentación perceptiva, comparte información muy importante sobre la alimentación desde que los bebés nacen.

1. **Alimentación perceptiva Dr. Rafael Pérez Escamilla.**
https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/videos/inicial/inicial-video-especialistas6.html

Es sorprendente como el Dr. Rafael indica que es importante que estén atentos a las señales de saciedad en los niños, por ejemplo, han notado que cuando los bebés han comido, voltean la cabeza, aprietan sus labios o se quedan dormidos, indicándonos que ya están satisfechos y no desean más alimento.

- Es muy importante estar atentos a las señales de saciedad y hambre que muestran las niñas y niños desde que son bebés.
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) sugiere apegarse a lo principios de la alimentación perceptiva, la cual implica tener en cuenta tres pasos básicos:
- El niño emite vocalizaciones, realiza algunas acciones motoras, expresiones faciales, como muestras de hambre o saciedad.
- Los padres o cuidadores identifican tales acciones y las reconocen como señales de hambre o saciedad, respondiendo de manera amable y apropiada.
- El niño percibe que tendrá una respuesta previsible ante la señal que emite.

CUIDADO CARIÑOSO EN FAMILIA

Aprende en casa

CICLO ESCOLAR 2021 - 2022

Educación Inicial

¿POR QUÉ MI HIJO NO QUIERE COMER?

TABLA 1. SEÑALES DE HAMBRE Y SACIEDAD DE ACUERDO CON LA EDAD [9]

Edad	Señales de hambre	Señales de saciedad
Nacimiento hasta 5 meses	• Despierta y se sacude • Chupa el puño • Llora o hace berrinche • Abre la boca cuando se le alimenta para indicar que quiere más	• Aprieta los labios • Voltea la cabeza • Disminuye o detiene la succión • Escupe el pezón o el chupón • Se queda dormido cuando está lleno
De 4 a 6 meses	• Llora o hace berrinche • Sonríe cuando mira al cuidador, hace sonidos guturales mientras se alimenta para indicar que quiere más • Acerca la cabeza a la cuchara o intenta llevar la comida a la boca	• Disminuye la velocidad de succión o deja de succionar • Escupe el pezón • Voltea la cabeza • Puede distraerse o prestar más atención a su entorno
De 5 a 9 meses	• Quiere alcanzar la comida • Señala la comida	• Come más lento • Empuja la comida hacia afuera
De 8 a 11 meses	• Quiere alcanzar la comida • Señala la comida • Se emociona cuando ve la comida	• Cierra la boca o escupe la comida
De 10 a 12 meses	• Expresa deseo por comida especifica con palabras o sonidos	• Dice "no más" con la cabeza
De 1 año en adelante	• Combina frases con gestos como "quiero eso" y señala • Dirige al adulto hacia el refrigerador y señala la comida o bebida que quiere • Dice "tengo hambre"	• Utiliza palabras o frases como "acabé" y "me quiero bajar" • Juega con la comida o la lanza

CUIDADO CARIÑOSO EN FAMILIA

Aprende en casa

CICLO ESCOLAR 2021 - 2022

Educación Inicial

¿POR QUÉ MI HIJO NO QUIERE COMER?

El Reto de Hoy:

Piensen en su infancia, lo más que puedan retroceder y piensen en qué era lo que más les gustaba comer y ¿Por qué? Una idea: puede ser un aroma, un sabor, un color, ya que lo tengan presente ¡Compártanlo en casa!

Recuerda la importancia de la lectura en la primera infancia. A continuación, escuchen el cuento: Mamá, de María Ruiz Johnson, narrado por la maestra Mónica.

Cuento. "Mamá" de María Ruiz Johnson.
https://youtu.be/Ueu1FcwCpxg

Qué importante es que estemos atentos a las señales de hambre y saciedad de las niñas y niños pequeños y que respondamos a ellas de manera amorosa.

Muchas veces se detienen a pensar si están haciendo bien nuestro papel de mamá o papá, incluso el no saber si las decisiones que toman son las adecuadas, sin duda el aporte que brinda todo lo que se compartido en esta sesión puede ser de gran utilidad.

Si tienes dudas o necesitas ayuda para realizar las actividades propuestas o alguna sugerencia y quieren compartirlas con nosotros pueden enviarlas al correo aprendeencasa@nube.sep.gob.mx

Descarga tu clase dando clic aquí