



# LIBRO PARA LAS FAMILIAS

EDUCACIÓN PREESCOLAR

EDUCACIÓN PREESCOLAR

# Libro para las familias



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

*Libro para las familias. Educación preescolar* fue elaborado y editado por la Dirección General de Materiales Educativos de la Secretaría de Educación Pública.

**Secretaría de Educación Pública**

Esteban Moctezuma Barragán

**Subsecretaría de Educación Básica**

Marcos Augusto Bucio Mújica

**Dirección General de Materiales Educativos**

Aurora Almudena Saavedra Solá

*Coordinación de contenidos*

María del Carmen Larios Lozano

*Coordinación de autoras*

Eva Moreno Sánchez

*Autoras*

Eva Moreno Sánchez, Rosa María Leticia Pérez García, Dieudonnee Alejandra Poot Pinelo, Irma Rosa Fuenlabrada Velázquez

*Supervisión de contenidos*

Mónica Ivonne Martínez Maya, Enrique Lepe García, Virginia Tenorio Sil, María del Carmen Rendón Camacho

*Coordinación editorial*

Raúl Godínez Cortés

*Supervisión editorial*

Jessica Mariana Ortega Rodríguez

*Cuidado de la edición*

Marcela Patricia Cortázar Jiménez

*Corrección de estilo*

Ismael Torres Cabañas

*Colaboración editorial*

Patricia Isabel Barrera Contreras

*Producción editorial*

Martín Aguilar Gallegos

*Preprensa*

Citlali María del Socorro Rodríguez Merino

*Iconografía*

Diana Mayén Pérez, Magdalena Andrade Briseño, María del Pilar Espinoza Medrano, María del Mar Molina Aja

*Portada*

María Antonieta Cruz Galicia

*Servicios editoriales*

Orbilibro Ediciones

*Diseño*

Orbilibro Ediciones / Leticia Dávila Acosta, Magali Gallegos, Julián Romero

*Diagramación*

Magali Gallegos

*Libro para las familias. Educación preescolar*

se imprimió por encargo de la Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos, en los talleres de Infagon Web, S. A. de C. V. con domicilio en Alcaicería número 8, Colonia Zona Norte Central de Abastos, Alcaldía de Iztapalapa, C. P. 09040, Ciudad de México, en el mes de marzo de 2021. El tiraje fue de 4,964,000 ejemplares.

Primera edición, 2018

Segunda edición, 2019

Tercera edición, 2020

Primera reimpresión, 2021 (ciclo escolar 2021-2022)

D. R. © Secretaría de Educación Pública, 2020,  
Argentina 28, Centro,  
06020, Ciudad de México

ISBN: 978-607-551-398-0

Impreso en México

DISTRIBUCIÓN GRATUITA-PROHIBIDA SU VENTA

**Agradecimientos**

La Secretaría de Educación Pública (SEP) agradece a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) su participación en la elaboración de este libro.

En los materiales dirigidos a las educadoras y los educadores, y a las madres y los padres de familia de educación preescolar, la SEP emplea los términos: niño(s), alumno(s), educadora(s) y padres de familia aludiendo a ambos géneros, con la finalidad de facilitar la lectura. Sin embargo, este criterio editorial no demerita los compromisos que la SEP asume en cada una de las acciones encaminadas a consolidar la igualdad de género.



## Índice

<b>Presentación</b> .....	5
<b>Introducción</b> .....	7
<b>El bebé sorprende con su aprendizaje</b> .....	9
Un niño que habla, piensa y siente .....	10
Esos niños incansables .....	11
<b>El niño ha crecido</b> .....	13
¿Cómo ayudar a los niños a pasar de la dependencia a la autonomía? .....	13
¿Qué hacer en familia para que los niños aprendan a actuar con autonomía? .....	15
<b>Su hijo va a la escuela: ¡una nueva experiencia!</b> .....	18
¿Qué aprenderá mi hijo en el jardín de niños? .....	20
¿Cómo logran los niños este desarrollo en la escuela? .....	22
<b>¿Cómo enriquecer la experiencia escolar desde la familia?</b> .....	23
Leer en preescolar.....	24
Experiencias con la escritura .....	27
Actividades con las matemáticas .....	29
Aprender del mundo .....	32
Reconocer la diversidad .....	34
Expresión a través de las artes .....	35
¿A qué jugar con los niños en familia? .....	39
<b>Aprender a convivir</b> .....	43
Normas claras, relaciones sanas .....	43
Dialogar para resolver los conflictos .....	45
Convivir es colaborar con todos .....	47
Participar y tomar decisiones con sus compañeros .....	48
Los padres también van a la escuela .....	49
Cuidar a mi hijo es ver por su bienestar y enseñarle a cuidarse .....	51
Educar desde los derechos humanos .....	52
Los derechos de los niños .....	53
El derecho a vivir en un ambiente libre de violencia .....	54
El derecho a vivir en un entorno sano y seguro .....	56
Frenar la discriminación .....	58
El uso de dispositivos electrónicos .....	60
Establezca hábitos sanos de consumo desde el comienzo .....	61
Acciones que contribuyen a prevenir riesgos .....	62
<b>A manera de final</b> .....	63
<b>Bibliografía</b> .....	64
<b>Créditos iconográficos</b> .....	64



## Presentación

La Secretaría de Educación Pública pone a disposición de las madres, padres o tutores de los alumnos de preescolar el *Libro para las familias. Educación preescolar*, el cual fue elaborado para cumplir con el anhelo compartido de que en el país se ofrezca una educación con equidad y excelencia, en la que todos los alumnos aprendan, sin importar su origen, su condición personal, económica o social, y en la que se promueva una formación centrada en la dignidad humana, la solidaridad, el amor a la patria, el respeto y cuidado de la salud, así como la preservación del medio ambiente.

Con el uso de este libro y el trabajo de las educadoras en el nivel preescolar se espera apoyar a las familias en la crianza y educación de los niños, particularmente en el fortalecimiento de ambientes seguros para su desarrollo físico y socioemocional, y en el enriquecimiento de las experiencias de aprendizaje.

En su elaboración han participado madres, padres de familia, educadoras, docentes, autoridades escolares, investigadores y académicos; su participación hizo posible que este libro llegue a las manos de las familias de los estudiantes en edad preescolar de todo el país. Con las opiniones y propuestas de mejora que surjan de la lectura de esta obra se enriquecerán sus contenidos, por lo mismo los invitamos a compartir sus observaciones y sugerencias a la Dirección General de Materiales Educativos de la Secretaría de Educación Pública y al correo electrónico: [librosdetexto@nube.sep.gob.mx](mailto:librosdetexto@nube.sep.gob.mx).



## Introducción

Este libro está dirigido a las madres y los padres de los alumnos que cursan educación preescolar, así como a otros adultos que, en el ámbito familiar, están a cargo del cuidado y la atención de ellos. Su finalidad es brindar orientaciones básicas para una mejor comprensión de cómo se desarrollan y aprenden los niños en la escuela.

El punto de partida es una reflexión sobre los niños y su desarrollo general desde que nacen; se ofrece información que muy probablemente le hará recordar las primeras etapas de vida de su hijo y le brindará un punto de comparación con quien es actualmente.

Posteriormente, se abordan temas relacionados con el inicio de la escolaridad; el primer contacto con el jardín de niños, tanto para los alumnos como para sus familias. Para ampliar el conocimiento de lo que se hace durante la educación preescolar, se presenta información sobre qué se aprende en este nivel educativo.

Usted encontrará sugerencias de actividades, reflexiones y ejemplos que le ayudarán a comprender mejor las experiencias que, día a día, en la escuela, le permiten a su hijo aprender del lenguaje, desarrollar el pensamiento matemático, el conocimiento del mundo, el arte, la educación socioemocional y la activación física.

En estos apartados, resultará de particular interés el tema "Aprender a convivir", donde se presentan formas de convivencia y participación, orientadas a la iniciación en valores universalmente deseables. A partir de estas experiencias se va enseñando a los niños a escuchar al otro, a tratar con respeto a los demás, a opinar y decir lo que piensan, a colaborar y a resolver los problemas que se suscitan en la vida cotidiana mediante el diálogo.

Se han destinado algunas páginas para tratar temas que se refieren a la relación entre la escuela y las familias; otras más para hablar sobre la gran responsabilidad que compartimos: la de cuidar a los niños, respetarlos y con ello hacer valer sus derechos, previendo situaciones que pueden ponerlos en riesgo.

Tengamos presente que, si todos aprendemos a relacionarnos con respeto, como un equipo, podremos contribuir a formar futuros ciudadanos que sabrán convivir, participar y colaborar para hacer un México mejor.

La Secretaría de Educación Pública agradece a las familias su disposición para colaborar con el trabajo que las educadoras realizan en el proceso educativo de los niños, con la convicción de que la suma de esfuerzos entre las familias y la escuela permitirá formar niños seguros de sí mismos, reflexivos, creativos y felices.





## El bebé sorprende con su aprendizaje

En la vida de los niños, el periodo entre su nacimiento y los seis años de edad es uno de los que más influye en la forma en que se desarrollan durante la infancia y hasta la adolescencia.

Desde que nace, su hijo aprende, y lo hará cada día con una velocidad asombrosa. Los primeros seis años de vida se desarrollará física, social e intelectualmente, formando su personalidad y adquiriendo aprendizajes que durarán toda la vida; de ahí la importancia de que los padres y quienes integran el entorno en que se desenvuelve el niño puedan brindarle las mejores condiciones de vida y los estímulos que le permitan desarrollar todas sus potencialidades.

Desde los primeros contactos que tienen con las personas y con el mundo en que viven, los bebés observan, se dan cuenta de cómo son las cosas que lo rodean y pueden identificar a las personas con quienes conviven; así, reconocen la voz de los familiares, el aroma que despiden sus progenitores o cuidadores, y las intenciones que hay en las formas en que se dirigen a ellos; se muestran cómodos ante ellos o reaccionan con incomodidad cuando perciben un trato que los hace sentir inseguros.

Conforme van creciendo se familiarizan con lo que ocurre diariamente en casa; identifican *rutinas* en las actividades que ahí se realizan; pueden interpretar actitudes y formas de trato que observan, tanto entre los adultos como las que se manifiestan hacia ellos, y reaccionan en consecuencia. ¿Ha notado cómo cambian su comportamiento entre una persona y otra?, ¿tiene que ver con esto!

¿Cómo imagina que su hijo se siente tratado por usted y por las personas con quienes convive en la familia?

Quizá alguna vez ha pensado que los niños pequeños no entienden muchas de las cosas que pasan o que su corta edad representa pocas posibilidades de pensar, de expresarse y de aprender. Por mucho tiempo se pensó en los niños pequeños como seres inmaduros, con un pensamiento limitado e irreflexivo y, por consiguiente, con pocas capacidades.

En este libro se plantea una visión acorde con los avances sobre el aprendizaje infantil, que considera a los niños como seres que aprenden en todo momento y que necesitan un ambiente que los estimule para desarrollarse plenamente. Aquí encontrará una serie de ideas, reflexiones y actividades que pueden serle útiles para la educación de los pequeños en casa.

Antes de continuar la lectura de este libro, le sugerimos hacer una reflexión apoyándose en una serie de preguntas cuya respuesta no tiene que compartir con nadie, ya que su propósito es ayudarlo a pensar detenidamente sobre su hijo.



### Preguntas para pensar

- ¿Qué pienso sobre mi hijo?
  - ¿Qué considero que es capaz de hacer? ¿Le doy oportunidades para realizarlo? o ¿no lo permito porque creo que es pequeño?
  - ¿Llamo a mi hijo por su nombre?
  - ¿Con qué frecuencia dialogo con él?
  - ¿Cómo se sentirá tratado por mí y por las personas con quienes convivimos?
- A partir de sus respuestas conviene pensar aquello que usted considera que su hijo no sabe: ¿es algo que puede aprender?, ¿cómo lo está ayudando a aprenderlo?, ¿de qué otra manera lo puede hacer?

## Un niño que habla, piensa y siente

Lo que pensamos de nuestros hijos influye en cómo ellos se miran a sí mismos, y los lleva a formarse una idea de lo capaces que pueden llegar a ser, de modo que debemos fortalecerlos siempre con mensajes positivos que, sin caer en la complacencia, les permitan identificar que, si bien no saben todo, si se esfuerzan pueden aprenderlo.

Si usted recuerda cómo era su hijo cuando estaba recién nacido, recordará también que cuando lloraba por hambre, frío u otro malestar y usted lo tomaba en sus brazos para consolarlo o satisfacer sus necesidades vitales, su bebé dejaba de llorar; lo observaba con atención y escuchaba sus expresiones de cariño, sintiendo la calidez con que lo trataba.

Durante los primeros dieciocho meses de vida, los bebés desarrollan capacidades de pensamiento y de razonamiento, aun cuando el lenguaje no se haya desarrollado completamente; los bebés escuchan los sonidos, las palabras y las frases que expresan las personas que viven con ellos y aprenden muy pronto a reconocer rostros y expresiones de ternura, alegría, afecto o enojo.

Mediante las actividades de alimentación, descanso, juego e higiene se van desarrollando en ellos tanto vínculos afectivos como formas de comunicación y, conforme crecen, comienzan a balbucear y a comunicarse apoyándose en gestos o sonidos, hasta que poco a poco empiezan a utilizar expresiones verbales cercanas a lo convencional, como “pao” para pedir un zapato o “tité” para solicitar un juguete; más tarde aparecen las primeras oraciones como “ame cheche”, “dame leche”.

Al mismo tiempo que avanzan en el uso del lenguaje oral, van desarrollando otras herramientas que les sirven para comunicarse, como el lenguaje corporal. De manera intencional utilizan gestos para influir en la conducta de otros y emplean movimientos de su cuerpo para hacerse entender; por ejemplo, levantar los brazos para pedir que los carguen, cerrar los ojos y hacer gestos en señal de que no les gustó el nuevo alimento que probaron o abrir y cerrar las manos para pedir algo.

Las formas de relación que se establecen entre los niños y los adultos responsables de su crianza y educación contribuyen enormemente al desarrollo de sus capacidades. Cada vez que se les habla para explicarles lo que están haciendo, lo que van a comer o quién llegó, se estimula su comprensión del lenguaje, el significado social de las palabras y ello les permite compartir con los demás lo que necesitan, lo que piensan y lo que sienten.



### Preguntas para pensar

- ¿Qué oportunidades doy a mi hijo para hablar de lo que quiere o necesita comunicarme?
- ¿Cómo lo ayudo a aprender nuevas palabras?

El lenguaje verbal NO se desarrolla de manera espontánea, sino mediante las experiencias de comunicación en las que los niños participan, escuchando y hablando, mirando a los demás cuando hablan y les hablan; cuando ellos se expresan y los demás reaccionan a lo que dicen.

Si usted nota que su hijo tiene dificultades para hablar, vale la pena identificar qué tipo de problema presenta. Muchos de esos problemas tienen que ver con algunos sonidos que no pronuncia, como la “rr”, la “c”, o los combinados “pl”, “tr”. Sea paciente, la mayoría de esas ausencias sonoras se resolverán naturalmente si tiene oportunidades de hablar en diferentes momentos. Si por el contrario, a pesar de que su niño lleva varios meses en la escuela y no habla, conviene llevarlo con un especialista.

Usted puede ayudar a su hijo a avanzar en el desarrollo de su lenguaje oral mediante juegos como los siguientes:

**Juegos de palabras.** Se trata de enlistar oralmente palabras con ciertas características que se irán acordando en cada juego, por ejemplo: “Ahora vamos a decir nombres de animales, de juguetes, de utensilios de cocina, o de artículos escolares”. La finalidad es mantener la atención de los niños en la búsqueda de las palabras y disfrutar con ellos la satisfacción de encontrarlas y nombrar elementos al razonar y pensar en conjunto.

**Adivinar personajes o películas.** Estos juegos se realizan a partir de preguntas que definen características; que les exigen afinar la percepción y desarrollar el lenguaje para que los otros comprendan lo que quieren expresar, y esto les permite enriquecer su vocabulario, su dicción y mejorar la comunicación.

Pero lo más importante para que los niños avancen en el desarrollo de su lenguaje es que en la familia, y en los espacios en los que conviven, haya verdaderas oportunidades para que los pequeños se expresen y al mismo tiempo que se les considere como personas que tienen cosas importantes que decir; esto es, que se les considere como personas dignas de ser escuchadas.

### Esos niños incansables

A través del movimiento y la exploración de su propio cuerpo, los niños descubren desde muy pequeños que pueden hacer ciertas cosas. Piense en algunos progresos que su hijo fue alcanzando desde que era bebé: cómo manipulaba el biberón hasta que logró tomarlo solo; cómo aprendió a comer, primero recibiendo el alimento en la boca y luego usando sus manos; cómo gateaba explorando cuanto veía a su alrededor; cómo logró pararse apoyándose en algo o alguien y poco a poco dio varios pasos sin ayuda hasta que aprendió a caminar. Así comenzó a conocer y explorar el espacio donde vive, sintiéndose cada vez más seguro.

En estos primeros años de vida se producen cambios muy importantes relacionados con las capacidades motrices de los niños, que implican pasar de movimientos reflejos, que no son controlados, a movimientos voluntarios y planeados; por ejemplo, cuando usan sus manos para tomar y explorar los objetos.

Cuando logran ejercer cierto control sobre su cuerpo parecen incansables, se desplazan de un sitio a otro de varias maneras: gateando, caminando, brincando o saltando en un pie, corriendo y cambiando de dirección; además, se vuelven más intrépidos al querer intentar acciones que observan en otros niños sin percibir riesgos, lo que los puede llevar a lastimarse; si sufren algún raspón o caída hay que atenderlos y darles confianza para que continúen, ya que esos intentos los llevarán a ser cada vez más hábiles en sus movimientos y desplazamientos.

Si por temor a que nuestros hijos sufran algún tipo de accidente o herida, limitamos sus posibilidades de movimiento, los estamos privando de oportunidades para desarrollar habilidades como el equilibrio, la fuerza, la coordinación y, en general, del conocimiento de su cuerpo. Además, siempre con su acompañamiento, poco a poco aprenden a percibir cuando un lugar o un movimiento son peligrosos y a evitarlo.



Aquí le presentamos algunas sugerencias de actividades para favorecer el desarrollo motor de su hijo. Si por su trabajo usted dispone de poco tiempo entre semana para acudir a parques o jardines, le invitamos a probar con algunas de estas actividades que se pueden hacer en casa:

Actividades que desarrollan el movimiento en espacios pequeños	Actividades que desarrollan el movimiento en espacios amplios
<ul style="list-style-type: none"><li>• Hacer sombras en la pared, imitando actividades como contar con los dedos, saludar de diferentes maneras, hacer como si atrapara un objeto.</li><li>• Modelar con masa, arcilla, plastilina u otro material.</li><li>• Bailar.</li><li>• Jugar canicas o boliche.</li><li>• Hacer construcciones con piezas, como taparrocas, bloques de madera, de plástico o similares.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Juegos de imitación, por ejemplo, de animales: hacer como cocodrilo, como gato o como ratón.</li><li>• Juegos de persecución, como escondidas, pesca, encantados.</li><li>• Juegos de coordinación, como lanzar y atrapar pelotas, futbol o jugar con raquetas.</li><li>• Jugar con carritos, haciendo caminos sobre la tierra o el piso.</li></ul>

Para saber más sobre la importancia del juego en los niños, usted puede consultar el material *Aprendiendo a través del juego* en: [http://recursoseducativosdigitales.sep.gob.mx/preescolar/doc/Manual\\_LEGO\\_Foundation.pdf](http://recursoseducativosdigitales.sep.gob.mx/preescolar/doc/Manual_LEGO_Foundation.pdf)



## El niño ha crecido

A medida que los niños aprenden a caminar y logran comunicarse mediante diferentes lenguajes, se sienten cada vez más independientes al reconocer lo que pueden realizar por sí mismos. El papel que desempeñe el adulto, sus padres o quien los cuide, es fundamental ya que puede hacerlos desarrollar confianza y seguridad en sus capacidades o, por el contrario, darles expectativas muy limitadas sobre lo que pueden hacer.

Desarrollar la autonomía significa ser capaz de pensar y actuar por sí mismo, tomando en cuenta otros puntos de vista.

¡Los niños pequeños pueden aprenderlo!

Cuando se tiene la intención de cuidarlos y ayudarlos a crecer con bienestar, pero se brindan atenciones que no se transforman de acuerdo con la edad de los niños, podemos hacerlos pensar que lo correcto es que "otros" hagan las cosas por ellos. Por ejemplo, llega a pasar que acciones como recoger los juguetes que han utilizado, vestirse, lavarse las manos o limpiarse la nariz, entre otras, pueden convertirse en actividades que deben hacer los padres en vez de que las hagan los niños.

Lo que el niño aprende con este tipo de interacciones puede ser delicado, pues pensará que él no puede hacerlo o que es mejor que alguien más se encargue. Por ello también hay que establecer, desde el afecto, los límites que les permitirán comprender cómo empezar a ser responsables de pequeñas cosas que pueden ir incrementándose conforme crecen.

Sobreprometer a los niños y no permitir que hagan esfuerzos propios para bastarse a sí mismos limita sus posibilidades de aprender, su iniciativa y su confianza para actuar.

### ¿Cómo ayudar a los niños a pasar de la dependencia a la autonomía?

Como adultos, es preciso comprender que el camino de los niños a la autonomía es gradual; que es un proceso por el cual transitan con la intervención y el apoyo de otros niños o de los propios adultos: mamá, papá, abuelos o tíos.

Promover la autonomía no significa dejarlos solos para que "hagan todo como puedan" o "si quieren hacerlo", porque eso significa desatenderlos y abandonarlos; tampoco hay que obligarlos o presionarlos para que hagan algo que puede ponerlos en riesgo o para lo que aún requieren práctica.

Usted pensará: ¿entonces qué debo hacer? Es necesario explicarles cómo hacer las cosas, apoyarlos en las nuevas tareas y dejar que lo hagan ellos mismos poco a poco, de manera acompañada: "Yo hago esta parte y tú me ayudas con esta otra, te ayudo y después tú lo haces, creo que puedes tú solo, aquí estoy por si necesitas ayuda". Anímelos con palabras de aliento, como "¡eso es!" o "¡mira qué bien lo hiciste!", de manera que se sientan queridos, seguros y acompañados.

Los niños no sólo disfrutan hacer las cosas por sí mismos, sino que lo necesitan para conocerse y, de esta manera, desarrollar las capacidades y habilidades necesarias para seguir aprendiendo. Es por ello que en la familia hay que crear un ambiente donde los niños participen y aprendan a hacer las cosas cada vez con menos ayuda; hable con ellos y explíqueles qué cosas deben hacer sólo los adultos porque puede representar un riesgo para ellos, y cuáles cosas pueden hacer por sí mismos; así aprenderán a

colaborar y participar reconociendo y respetando límites, ya sea por su seguridad o por las normas establecidas.

Cuando los niños quieren probar sus capacidades y mostrar a los demás lo que han aprendido, suelen usar expresiones como “yo solito” o “yo puedo”, para decirle al adulto que confíe en lo que pueden hacer cada vez mejor y con gradual independencia. Deje que lo intenten bajo su supervisión; si tiene dificultades, usted, como responsable del desarrollo y educación de su hijo, puede hacerle saber que a medida que va creciendo y practicando ciertas tareas o acciones logrará hacerlas “solo”. Usted se sorprenderá cuando observe que realiza cosas que antes no podía y que, aun cuando le representen retos, aprenderá a resolverlos de manera progresiva.



### **Actividad.** Ponerse los zapatos

Una de las acciones que quizá reporta un alto grado de dificultad para los niños pequeños es ponerse los zapatos, ya que al hacerlo deben identificar cuál es el izquierdo y cuál es el derecho, aprender a abrochárselos o a atarse las agujetas —lo que representa un reto aún mayor y no siempre a su alcance—. Su apoyo consistirá en explicarle cómo se hace y transmitirle la confianza de que podrá hacerlo y que lo hará cada vez mejor; pruebe alguna de estas estrategias:

- a) Tomar una pegatina y cortarla por la mitad de manera vertical; pegar cada mitad en la planta interna de cada zapato de manera que al colocarlos en la posición correcta se forme la figura de nuevo. Esto ayudará a los niños a reconocer qué zapato corresponde a cada pie.
- b) Utilizar zapatos de tira con superficie adherible, de modo que se facilite el abrochado.

Cuando considere que el niño tiene los recursos para anudarse los cordones o para abrochar cualquier tipo de calzado, divida el procedimiento en pasos y vea que aprenda uno a la vez.

Otras tareas que puede incorporar con este tipo de ayudas es que consiga bañarse, vestirse, lavarse las manos, los dientes y ocuparse de sus tareas cuando las tenga.

Para los niños, crecer y al mismo tiempo saber que pueden hacer cosas cada vez más difíciles es motivo de orgullo porque se dan cuenta de sus diversas capacidades, con las cuales logran mayor independencia, autoconocimiento y, en consecuencia, confianza en sí mismos; además, desarrollan habilidades para seguir aprendiendo. Asimismo, les permite apoyar a quien se encuentra en otro momento de este proceso: algunas veces serán ellos quienes proporcionen ayuda y otras quienes la reciban.

Al desarrollar la confianza en sí mismos, los niños desarrollan también su capacidad para establecer relaciones con otros niños y otros adultos.

## ¿Qué hacer en familia para que los niños aprendan a actuar con autonomía?

**Colaborar en las tareas del hogar.** Procure que su hijo participe en tareas como recoger los platos después de comer, regar las plantas, juntar la ropa sucia, doblar la ropa limpia, poner la basura en su lugar y levantar la que vea en el piso o ayudar en la preparación de alimentos. Siempre que no representen un riesgo, incluirlo en este tipo de tareas es una manera de que reconozca sus propios logros y asuma responsabilidades como parte de la familia. Ayúdelo a mejorar si no logra realizar bien las tareas que le encarga: aliéntelo, no lo desanime, destaque lo que hace bien y estimúlelo para que siga aprendiendo. Necesita saber que sus esfuerzos son tomados en cuenta. Es mejor reconocer sus logros que señalarle lo que no hace bien.

**Establecer hábitos de actividad, higiene y descanso.** Los niños necesitan tener cierta regularidad en las actividades diarias de modo que logren identificar momentos para realizarlas. Así es como pueden reconocer, por ejemplo, que cuando han terminado de comer y entre todos han limpiado los espacios y utensilios, es momento de descansar o de jugar; reconocen que el sonido del panadero que pasa por la tarde es señal de que pronto llegarán mamá o papá, y que el día que despiertan y no ven ropa preparada encima de donde suele estar, es cuando no hay clase porque es fin de semana.

Para lograr aprendizajes como la responsabilidad, la limpieza, el sentido del orden y la secuencia de acciones en el tiempo, entre otros, los niños necesitan ordenar los eventos de su día a día; es decir, establecer referencias temporales. Para ello, resulta útil que platique con su hijo por las mañanas sobre las actividades que realizarán durante el día; promueva que él le diga qué harán después de que salga de la escuela y qué harán por la tarde, por ejemplo, jugar, bañarse, ponerse la ropa de descanso, merendar, leer, esperar a que llegue papá, mamá o alguien más.

Enseñe a su hijo a valorar la higiene y el arreglo personal. Como se ha mencionado, bañarse, ir al baño, vestirse, peinarse, lavarse la cara, los dientes y las manos con frecuencia son actividades por las que debe empezar. Bríndele la ayuda necesaria hasta que logre hacerlo por sí mismo de manera adecuada, pues ello repercutirá en el cuidado de su salud y en su bienestar. Asimismo, si llegara a presentar alguna enfermedad respiratoria, promueva el uso de cubrebocas y recuérdle siempre estornudar en el ángulo interno del codo.

A veces se da poca importancia a que los niños aprendan a cuidar su aseo personal y se prolonga el periodo en que usan pañal. Esto puede ayudar a los adultos a resolver situaciones como la falta de tiempo para brindar al niño la enseñanza y el apoyo que requiere para poder ir solo al baño y hacerlo con higiene y seguridad. Corresponde a los padres hacer que los niños lo aprendan, para que en la escuela puedan hacerlo por sí mismos y no dependan de que un adulto



Es tarea de los padres y adultos que participan en la educación de los niños promover el reconocimiento de sí mismos y de los demás como personas con dignidad, con derechos y con responsabilidades.





los lleve de la mano. Recuerde que en la escuela la maestra atiende a muchos niños en el grupo. Al enseñar a los niños pequeños cómo ir al baño, cómo sentarse, cómo limpiarse y acomodar su ropa, se les brinda apoyo básico para el autocuidado.

Para que su hijo duerma y descanse de acuerdo con su edad, establezca una rutina en casa que incluya un horario. Los niños están creciendo y realizan muchas actividades durante el día; necesitan dormir entre diez y doce horas en total, incluidas las siestas que algunos niños hacen durante el día. Dormir temprano ayuda al buen descanso y, en consecuencia, a poder levantarse a tiempo y con energía para llegar a la escuela puntualmente. La falta de sueño afecta su estado de ánimo y pueden manifestarlo con llanto, berrinches o desgano.

Proporcione un ambiente limpio y apropiado para el descanso de su hijo. Antes de dormir, cuénteles una historia, escuchen música o léales un cuento; en la escuela le proporcionarán libros para que se los lea en casa. Evite la televisión o el uso de dispositivos electrónicos porque alteran su periodo de descanso.



**Procurar una alimentación saludable.** Para que los niños crezcan y se desarrollen de forma adecuada, deben tener una alimentación correcta. Tenga presente que los hábitos se empiezan a formar desde que son pequeños y que no es casualidad que en México las cifras de niños con problemas de alimentación vayan en aumento. Para evitar que su hijo sufra de obesidad o desnutrición es importante que le proporcione una dieta variada, que incluya en cada comida alimentos de los tres grupos:

- I. Verduras y frutas, en mayor cantidad.
- II. Cereales integrales, tubérculos como la papa y el betabel, y leguminosas como los frijoles, en cantidad suficiente.
- III. Alimentos de origen animal, en cantidad moderada.

Enséñelo a tomar sus alimentos en un horario y lugar apropiados para su edad y a que se lave las manos antes de consumirlos. Haga de este momento un tiempo agradable, de manera que el niño aprenda a comer y a reconocer los alimentos saludables. Evite que consuma golosinas y frituras, especialmente

cuando se aproxima la hora de la comida. Puede brindar a los niños estas opciones sin que represente un gasto excesivo, puede ser:

- a) Consumir frutas y verduras de temporada.
- b) Evitar refrescos con gas o bebidas procesadas con azúcar añadida, como los jugos envasados. El agua natural es mucho más refrescante y sana.
- c) Preferir carnes con la menor cantidad de grasa posible, evitando los embutidos con alto contenido de sal.
- d) Proporcionar raciones acordes con la edad de los niños, evitando dar cantidades que no terminen o les creen condiciones de sobrepeso.

Durante mucho tiempo ha existido la creencia de que un niño sano es uno que se ve robusto; no es así, el sobrepeso, así como la desnutrición son condiciones que pueden derivar en enfermedades graves; para evitar que su niño llegue a una situación como ésa, confíe en que comerá lo que necesite. Si usted le brinda opciones nutritivas adquirirá esa costumbre; si un alimento no es de su preferencia, pruebe diferentes opciones de presentarlo o modifíquelo por uno del mismo grupo.



Los niños tienen derecho a una alimentación sana para crecer y desarrollarse con buena salud y a recibir la atención médica que requieran.



### Actividad. Vamos a fijarnos metas

De la siguiente lista señale aquellos logros que ha conseguido con su hijo hasta el día de hoy. Del resultado que obtenga podrá determinar en qué enfocarse durante las próximas semanas para ayudarle a ser mucho más independiente.

#### Tareas de niño grande

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Vestirse          | <input type="checkbox"/> Cepillarse los dientes                             |
| <input type="checkbox"/> Bañarse           | <input type="checkbox"/> Peinarse   |
| <input type="checkbox"/> Ir al baño        | <input type="checkbox"/> Ponerse los zapatos                                |
| <input type="checkbox"/> Lavarse las manos | <input type="checkbox"/> Recoger sus juguetes                               |
| <input type="checkbox"/> Lavarse la cara   | <input type="checkbox"/> Ayudar en casa a poner la mesa o recoger la basura |

Para saber más sobre la importancia de una sana alimentación en los niños, usted puede consultar el material *Niños, alimentos y nutrición* en:  
<http://recursoseducativosdigitales.sep.gob.mx/preescolar/doc/Estado-mundial-infancia-2019-resumen-ejecutivo.pdf>



Juguetes tradicionales, fotografía de Jordi Farré/Archivo iconográfico DGME-SEB-SEP.

## Su hijo va a la escuela: ¡una nueva experiencia!

El ingreso al jardín de niños representa un cambio muy importante en la vida de su hijo y en la de su familia; significa abrir su horizonte a otros mundos, tomar contacto con experiencias diferentes a aquellas que vive en su entorno cotidiano, conocer nuevos compañe-



ros con los que se relacionará y trabajará para realizar las actividades escolares. Para la familia implicará nuevas formas de organizarse, de conocer a otros padres con hijos en edad similar; acercarse a la escuela y relacionarse con el personal, entendiendo que su hijo estará bajo el cuidado de alguien que no forma parte de su núcleo familiar. Todo ello requiere construir una relación de conocimiento, confianza y de entendimiento.

Generar un nexo con la escuela como un lugar seguro, interesante y disfrutable toma cierto tiempo. Si su hijo asistió a una estancia o centro de desarrollo infantil, puede ser que la llegada al jardín de niños signifique sólo un cambio de escuela, al cual se adaptará con cierta facilidad. Pero para quienes viven esta experiencia como algo nuevo, el primer día de clase puede ser motivo de gusto, alegría y expectativa; aunque también puede

provocar incertidumbre, temor o ansiedad, porque los niños se sienten separados de su mamá, su papá o de quienes los atienden en casa.

Tales emociones, en la mayoría de los casos, dependen de lo que se les dice en casa; por ejemplo, cuando escuchan “Ya estás grande, ya vas a ir a la escuela, vas a tener muchos amigos, verás que vas a aprender muchas cosas: cantar, dibujar, pintar, correr, jugar y hacer otras actividades con nuevos amigos”, se preparan con cierta alegría. Lo opuesto sucede cuando reciben mensajes como “en la escuela no te van a dejar hacer berrinches, ahí sí te van a educar, si te portas mal o no sabes hacer las tareas, la maestra te va a castigar”. Este tipo de frases provocan temor, y ¿a quién no?

Unas semanas antes de que inicie el ciclo escolar, prepare a su hijo para su ingreso al jardín de niños: llévalo a que lo vea; provéalo de una pequeña mochila o una bolsa de tela y pregúntele qué quiere llevar en ella; qué cree que le pedirá su maestra; cuénteles qué llevaba usted y cómo se sintió en su primer día de escuela. Esto permite a los niños prever, de algún modo, cómo será la experiencia de ir por primera vez a la escuela.

Si su hijo llora o se muestra agresivo, es conveniente que platique con él, lo escuche y le haga saber que comprende cómo se siente; explíquele que la escuela es un lugar seguro y que allí habrá mucho por hacer y por aprender; que sepa que usted lo ama y está pendiente de él, y que volverá para recogerlo a la hora acordada; retírese entonces y regrese puntualmente a la salida.

El llanto de los niños que van por primera vez a la escuela suele pasar pronto, si se sienten acogidos y si usted les transmite confianza y comprensión; en cambio las dificultades se prolongarán si percibe que también usted sufre.

A medida que descubren lo que pueden hacer en la escuela y logran establecer relaciones tanto con otros niños como con su maestra, el temor disminuye hasta desaparecer. La confianza que usted muestre, tanto en su hijo como en la escuela, le ayudará a superar sus temores.

Si su hijo continúa mostrándose triste o agresivo a la hora de la entrada y no quiere separarse de la persona que lo lleva, como si gritando o pateando se fuera a “librar de la escuela”, habrá que identificar las circunstancias que acompañan esas manifestaciones para entender qué necesita realmente:

- ¿Por qué siente tanto miedo?
- ¿Qué es lo que piensa sobre la escuela?
- ¿Qué le causa inseguridad?
- ¿Cómo le han planteado la importancia de asistir a la escuela?

Si este comportamiento permanece, platique con la educadora y lleguen a acuerdos para ayudarle al niño a vencer sus miedos e integrarse a la vida escolar.

Pregunte a la maestra cómo va reaccionando su hijo al paso de los días; sea dulce pero firme; diga al niño que ir a la escuela es su derecho y que usted tiene la obligación de llevarle; evite a toda costa ceder si tiene el impulso de dejarlo en casa para que no sufra. Comentarios como “aún es muy pequeño”, “mejor espero a que crezca un poco y lo traigo”, “mejor hasta que entre a la primaria” restan la importancia que tiene para los niños la experiencia de cursar la educación preescolar y reducen oportunidades de crecimiento y desarrollo para ellos. Recuerde que su hijo no recuperará este tiempo en el que se forman las bases que le servirán toda la vida.

Durante su estancia en el jardín de niños, los pequeños se dan cuenta de que es un lugar con espacios diferentes a los de su casa, en el que hay otros niños, un poco mayores o menores, que ahora serán sus compañeros y entre quienes encontrarán nuevos amigos; que tienen un salón de clase y un patio donde pueden correr, jugar y realizar muchas otras actividades. También se percatan de que en ese mundo nuevo hay otros adultos a quienes comenzarán a conocer: a sus maestras, a la directora, el personal de apoyo, otros docentes, a los padres de familia o a los abuelos de sus compañeros.

Poco a poco su hijo irá conociendo a los otros niños que van a su escuela; primero conocerá a aquellos con los que tenga un trato directo, porque se sientan juntos o porque intercambian diálogos o comparten la mesa o algún juego; después conocerá a los niños que se hacen notar por su voz, por su comportamiento o por algún rasgo especial que los caracterice, como su estatura, su color de piel, su cabello. Quizá encuentre a alguien que va en silla de ruedas o tiene dificultades para caminar, o se ve diferente porque tiene síndrome de Down o alguna otra condición. Estas oportunidades son muy valiosas porque les permiten conocer el mundo y, poco a poco, tomar conciencia de las diferencias entre las personas; podrán entender que el mundo es diverso y que convivir con los demás es algo que nos servirá toda la vida.

Puede suceder que al principio el niño reconozca las diferencias entre sus compañeros como algo que puede resultarle ajeno o causarle cierta incomodidad. Si el niño le comenta algo sobre un compañero que le llame la atención por algún rasgo o condición especial, es importante que le haga ver que todas las personas tenemos necesidades diferentes y que nos corresponde estar al pendiente y brindar la ayuda que requieran.



Todos los niños tienen derecho a la educación; a ir a la escuela y acceder a la cultura en igualdad de oportunidades para aprender y desarrollar sus aptitudes y capacidades.



## Preguntas para pensar

- ¿Qué postura tengo acerca de las necesidades que tienen otros niños?, ¿cómo me gustaría que mi hijo fuera tratado si tuviese alguna condición que requiriera cuidados especiales?, ¿qué consejos o sugerencias doy a mi hijo respecto a las formas de tratar a otros niños?



Los niños a quienes les cueste más caminar, hablar o aprender deben recibir nuestro respeto, reconocimiento y afecto; ellos tienen derecho a recibir la atención y los cuidados especiales que necesitan para crecer como los demás.

Es tarea de los padres y adultos responsables de su cuidado y educación propiciar que aprendan a tratar con amabilidad a todos sus compañeros. Ayúdelo a conocerlos y a darse cuenta de que todos son valiosos.

### ¿Qué aprenderá mi hijo en el jardín de niños?

La educación preescolar es reconocida como una etapa clave, ya que en estos primeros años de escolaridad, de los tres a los seis años, se despliegan capacidades fundamentales para la vida, los niños aprenderán muchísimo, pero, ¿sobre qué?



### Actividad. ¿Qué va a aprender mi hijo en el jardín de niños?

De las siguientes opciones marque aquellas que representen lo que a su criterio son aprendizajes que los niños alcanzarán en preescolar:

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Leer                        | <input type="checkbox"/> Escribir            |
| <input type="checkbox"/> Colorear dentro de la línea | <input type="checkbox"/> Cantar              |
| <input type="checkbox"/> Jugar                       | <input type="checkbox"/> Convivir con amigos |
| <input type="checkbox"/> Los números                 | <input type="checkbox"/> Sumar               |
| <input type="checkbox"/> Restar                      | <input type="checkbox"/> Tomar dictado       |
| <input type="checkbox"/> Hacer tareas                |  |

Use este espacio para añadir otros aprendizajes que no encuentre en la lista y que crea que son apropiados para aprender en el jardín de niños:

---

---

---

---

---

---

---

Las expectativas de los padres de familia sobre lo que sus hijos deben aprender y cómo lo deben aprender en preescolar son diversas y se forman a partir de los referentes que guardan de su propia experiencia escolar; de las experiencias que amigos o familiares cercanos han tenido con sus hijos; de la información que cada uno tiene al respecto o de las raíces culturales de la familia. Si, por ejemplo, evocamos alguna experiencia que tuvimos en el jardín de niños o la de algún familiar, es probable que recordemos que en la escuela nos enseñaban a hacer “palitos”, a contar y hacer números, a sumar; a realizar lindos trabajos que se guardaban en carpetas prolijamente decoradas por las educadoras; a escribir letras, comenzando por las vocales, y a empezar a escribir palabras combinando algunas consonantes: “m”, “s”, “p”. Eso quizá nos lleve a esperar que nuestros hijos aprendan algo similar, y puede inquietarnos que actualmente en preescolar los niños nos digan que han jugado todo el día, que no lleven una hoja a casa como muestra de lo que se hizo en la jornada, y que demoren en empezar a hacer trazos o letras. Esto porque quizá asumimos la idea de que estos conocimientos los preparan para tener éxito en la escuela primaria. La realidad es que no hay por qué alarmarse y las razones son las siguientes:

1. Las formas de trabajo en la educación preescolar se han modificado gracias a los conocimientos que la investigación educativa ha aportado sobre cómo aprenden los niños y cuáles aprendizajes son fundamentales en esta etapa del desarrollo.
2. Actualmente se sabe que los niños que se desenvuelven en ambientes estimulantes y ricos en experiencias de aprendizaje de todo tipo aumentan su capacidad de pensar y actuar de manera creativa, lo cual les provoca satisfacción al darse cuenta de sus logros e incrementa sus habilidades para aprender y relacionarse con los demás niños y adultos.
3. En preescolar se fortalece el desarrollo del razonamiento, el lenguaje en sus diferentes formas: oral, escrito, corporal, matemático y artístico, y el desarrollo socioemocional.



## ¿Cómo logran los niños este desarrollo en la escuela?

Todas las escuelas, sin importar si son públicas o privadas comparten las mismas metas educativas. Éstas, como *propósitos*, están en un programa de estudios y determinan hacia dónde se deben dirigir los esfuerzos que realizan en las aulas con las actividades. Es importante que usted los conozca y que sepa que se encuentran articulados con los propósitos que se han determinado para la educación primaria, por lo que alcanzarlos en preescolar es lo que debe comprometerlos en su educación.

El Programa de Estudios vigente para Educación Preescolar plantea en sus propósitos que, durante su tránsito por este nivel educativo, los niños vivan experiencias que contribuyan a sus procesos de desarrollo y de aprendizaje, y a que gradualmente:

- Adquieran confianza para expresarse, dialogar y conversar en su lengua materna; mejoren su capacidad de escucha y enriquezcan su lenguaje oral al comunicarse en situaciones variadas; desarrollen interés y gusto por la lectura, usen diversos tipos de texto y sepan para qué sirven, se inicien en la práctica de la escritura y reconozcan algunas propiedades del sistema de escritura.
- Usen el razonamiento matemático en situaciones diversas que demanden utilizar el conteo y los primeros números; comprendan las relaciones entre los datos de un problema y usen procedimientos propios para resolverlos; reconozcan atributos, comparen y midan la longitud de objetos y la capacidad de recipientes, así como que reconozcan el orden temporal de diversos sucesos y ubiquen objetos en el espacio.
- Se interesen en la observación de los seres vivos y descubran características que comparten; describan, se planteen preguntas, comparen, registren información y elaboren explicaciones sobre procesos que observen y sobre los que puedan experimentar para poner a prueba sus ideas; adquieran actitudes favorables hacia el cuidado del medioambiente.
- Se apropien de los valores y principios necesarios para la vida en sociedad, reconociendo que las personas tenemos atributos culturales distintos, y actúen con base en el respeto

a las características y los derechos de los demás, el ejercicio de responsabilidades, la justicia y la tolerancia, el reconocimiento y aprecio a la diversidad lingüística, cultural, étnica y de género.

- Desarrollen un sentido positivo de sí mismos y aprendan a regular sus emociones, a trabajar en colaboración, a valorar sus logros individuales y colectivos, a resolver conflictos mediante el diálogo y a respetar las reglas de convivencia en el aula, en la escuela y fuera de ella, actuando con iniciativa, autonomía y disposición para aprender.
- Usen la imaginación y la fantasía, la iniciativa y la creatividad para expresarse por medio de los lenguajes artísticos (música, artes visuales, danza y teatro) y conozcan manifestaciones artísticas y culturales de su entorno y de otros contextos.
- Tomen conciencia de las posibilidades de expresión, movimiento, control y equilibrio de su cuerpo, así como de sus limitaciones; practiquen acciones de salud individual y colectiva para preservar y promover una vida saludable.



### Preguntas para pensar

- Para alcanzar estos propósitos, ¿qué tan útil sería desarrollar actividades de trazos, rellenar con colores contornos de figuras, o algunas otras con poca promoción al razonamiento?, ¿qué tipo de actividades sería necesario que mi hijo hiciera en la escuela para lograr los propósitos educativos que se describen en este apartado?

## ¿Cómo enriquecer la experiencia escolar desde la familia?

La responsabilidad de los padres va más allá de enviar a sus hijos a la escuela; es necesario que participen activamente en la educación que ellos reciben, que se interesen en conocer su desempeño y que sepan en qué necesitan apoyo para que avancen en sus aprendizajes. Por ello, es importante establecer una relación coordinada y de corresponsabilidad entre las familias y la escuela en el proceso educativo de los niños.

En sus primeros acercamientos con el jardín de niños usted irá conociendo a la maestra y a la directora; también se familiarizará con las instalaciones y podrá saber con qué espacios cuenta y cuáles son sus horarios; será importante que asista a todas las reuniones y considere que en las iniciales, posiblemente, le hablen sobre cómo es la organización; ahí podrá plantear sus dudas y saber cuáles son las normas. Es probable que si en la familia los padres trabajan, sus horarios no les permitan asistir a las reuniones, y quizá ni siquiera llevar a los niños a la escuela, por lo que deberán tener mucha comunicación con quienes se encarguen de hacerlo para poder contar con toda la información, o aplicar alguna estrategia que les permita estar al tanto de los avisos y comunicarse con la educadora en algún momento que lo requieran. Así, usted podrá apoyar a su hijo de una forma más cercana y contará con información que le permita dialogar con el niño sobre lo que ha sucedido en la escuela, la importancia de cumplir con las actividades escolares, las dificultades que puedan presentársele y sobre lo que va descubriendo en su integración a la escuela.

Es frecuente que al preguntarle a su hijo qué hizo en la escuela, le responda "nada", aunque en realidad haya hecho varias actividades. Esta pregunta puede ser ambigua. Si quiere realmente vincularse con lo que hace y vive en la escuela, conviene plantear preguntas más específicas como "¿a qué jugaste en el recreo?, ¿cómo es ese juego?, ¿con quiénes jugaste?, ¿qué hicieron en el salón con tu maestra?, ¿para qué usaste el material...?, ¿con quién te tocó trabajar hoy?, ¿cómo siguió tu amigo que estaba enfermo?".

Es muy importante que usted acuda a la escuela cuando tenga dudas o comentarios en relación con lo que observa o con lo que su hijo le cuenta. También debe acudir cuando la maestra lo solicite, porque parte de su responsabilidad es involucrar a los padres de familia o cuidadores para compartir información respecto a sus alumnos: cómo avanzan, cómo se comportan con sus compañeros, ciertas actitudes que pudieran manifestar hacia los demás y sobre las cuales es importante apoyarlo, para que reflexione al respecto y reconozca cómo puede proceder de mejor manera, qué se les dificulta y cómo apoyarlos en casa para mejorar su aprendizaje.

Que su hijo aprenda contenidos de lenguaje, matemáticas, ciencias, arte u otras disciplinas, es un desafío para la escuela, que se amplía y debe compartirse con la familia cuando se pretende también lograr que todos los niños aprendan y desarrollen capacidades y habilidades para pensar, para comunicar sus ideas y resolver problemas; asimismo para aprender a convivir en ambientes basados en el respeto y el reconocimiento a la diversidad, resolviendo de manera pacífica los conflictos que puedan surgir con los demás. No se trata de responsabilizar por entero a la escuela de los aprendizajes relacionados con los contenidos de estudio, y asignar a los padres sólo la tarea de enseñar a convivir; sino que desde su ámbito de responsabilidades ambas instituciones, escuela y familia, contribuyan al desarrollo integral de los niños.



## Preguntas para pensar

- ¿Qué tantas oportunidades aprovecho para compartir momentos de lectura con mi hijo?

Posiblemente se pregunte cómo es que puede organizar espacios de lectura con su hijo. Quizá le resulte difícil si no tiene el hábito o si sus propias habilidades con la lectura no han sido desarrolladas con suficiencia. En todo caso, aproveche la oportunidad para acercarse de nuevo a lo escrito; involucre a otras personas y disfruten de momentos de lectura colectiva.

## Leer en preescolar

La lectura es una puerta de entrada a la cultura, a la comprensión y al conocimiento de mundos desconocidos, lejanos o fantásticos. Los niños merecen que en su mundo haya libros, no sólo para aprender, sino también para disfrutar con las palabras, con las historias, con la imaginación y la emoción que su lectura provoca.

Para muchos adultos el placer de leer está vinculado a sus experiencias de infancia con los libros, pues recuerdan los gratos momentos en que mamá, papá o los abuelos tomaban un libro, leían para ellos y hacían del momento de lectura un tiempo agradable, de calidez y convivencia.

Si usted tuvo la oportunidad de poner un libro en manos de su hijo cuando era bebé, seguramente recordará que lo miraba atentamente, quizá se lo llevaba a la boca, lo exploraba y más tarde lo soltaba. Si bien éstas son acciones que los bebés realizan con todos los objetos para explorar lo que hay en su entorno, también es una manera de empezar a conocer los libros e interesarse por ellos.

Poco a poco se fijará en los colores de las ilustraciones o las formas, y podrá incluso empezar a pasar las páginas. Es casi seguro que le llame la atención escucharle leer si lo hace para él en voz alta. Es importante que usted sepa que, con ese tipo de acciones, el niño comienza a familiarizarse con la lectura, de modo que no hay que esperar a que el niño pueda verbalizar lo que está escrito de manera convencional

para acercarle a los libros, sino que es precisamente al participar en estos acercamientos como empieza un proceso llamado *alfabetización*. Así inicia su aprendizaje de la lectura.

Desde bebés y durante los primeros años, los pequeños disfrutaban que alguien les lea un cuento; escuchan atentos el relato y captan el sentido y las emociones que expresa quien lo lee, lo cual provoca el despliegue de la imaginación y la comprensión, e influye favorablemente en su formación como lectores.

La lectura es una actividad que puede realizarse tanto en forma individual como entre dos o más personas. Usted puede pedir a la maestra de su hijo que le preste libros de la biblioteca y así llevarlos a casa para contarle historias y leer con él.

No se preocupe si al inicio no cuenta con muchos ejemplares para leer con los niños, usted puede usar textos que tenga a su disposición, como el periódico, un folleto o hasta la publicidad que hay en los parques o sitios públicos. Si lee, por ejemplo, el aviso de un evento que se realizará, mencione al niño que ahí podrán obtener información sobre cuándo se llevará a cabo, dónde y a qué hora. De esta manera, su hijo podrá identificar que leer sirve para obtener información.

De manera espontánea los niños suelen preguntar “¿qué dice aquí?”, refiriéndose al envase de algún alimento, a un anuncio en la calle, al periódico, a un sobre que llega por correo o a una hoja en la que ve que alguien está escribiendo. Si su hijo hace cualquiera de estas preguntas, respóndale leyendo y señalando el texto.

Los relatos literarios poseen una gran riqueza imaginativa que hace que los niños se formen ideas del mundo mediante la historia, la sonoridad de las palabras, los personajes y sus características, los lugares y tiempo en los que el contenido se desarrolla, invitan a adentrarse en el mundo de la fantasía, la magia y los mundos nuevos que se crean mediante la palabra escrita.

Además de los libros de cuentos e historias, existe una gran variedad de libros de divulgación científica que informan sobre los animales, las plantas, los inventos y los grandes personajes de la historia y la cultura de México y del mundo, entre otros muchos temas que les pueden resultar interesantes si los adultos lo propiciamos.

Tenga presente que cuando a los niños les agrada un libro, suelen pedir que se les lea una y otra vez; hágalo todas las veces que se lo solicite, pues con esta repetición los niños aprenden algo muy valioso: que lo escrito, cuando se lee, permanece igual, verá que incluso llegan a memorizar la historia, a contarla con lo que recuerdan y con apoyo de las imágenes que observan. También suelen identificarse con ciertos personajes y algunos llegan a ser sus preferidos.



### **Actividad.** ¡Vamos a leer un cuento!

Destine un tiempo para leer con su hijo; incluso puede invitar a otro miembro de la familia. Anticipe a los demás familiares que deberán evitar interrupciones para no cortar la historia o dejarla inconclusa.

Procure que el tiempo de lectura con su hijo sea agradable y afectuoso, siéntese junto a él de manera que los dos puedan mirar el libro, y muéstrole cómo se toma y cómo se pasan las páginas.

Mencione el título y el nombre del autor; permita que mire las ilustraciones de la portada y pregunte: ¿de qué crees que tratará?

Inicie la lectura, por momentos deténgase para que el niño pueda mirar lo escrito o las ilustraciones. Pídale que diga lo que ve y lo que cree que dice el texto. Es probable que el niño interrumpa la lectura con preguntas o haciendo comentarios: escúchelos y luego siga leyendo.

En algún momento deje en suspenso una idea; anímelo a pensar qué pasará después.

Al terminar platicuen sobre lo que leyeron, pues la lectura no termina cuando se cierra el libro. Pregunte: ¿qué le gustó de la historia?, ¿qué opina de alguno de los personajes?, ¿de qué otra manera podría terminar el relato?

Cuando leemos en voz alta a los niños contribuimos a enriquecer su lenguaje, porque ellos escuchan el sonido y la entonación de las palabras, incluidas las desconocidas. No tema si no entienden una nueva palabra, tan sólo ayúdelos a conocer su significado y a comprender el sentido de lo que comunica. Pregúnteles sobre los textos que ha leído en la escuela; permita que comparen historias, mencionen sus favoritas y hablen sobre las ilustraciones, de esta manera le ayudará a ampliar su conocimiento sobre los textos y su contenido, mejorará su escucha y su lenguaje se ampliará; al mismo tiempo encontrará placer al leer, que es una de las metas de la educación preescolar.

Animar a los niños a que inventen sus propias historias puede ser un juego y un recurso para ayudarlos a emplear los conocimientos que van adquiriendo cuando



escuchan historias. Se puede hacer en cualquier momento del día y consiste en inventar historias a partir de una frase, un personaje, un objeto o un hecho gracioso; cada uno de los participantes debe agregar una parte a la historia. Se puede empezar con “Había una vez...” y terminar con “Colorín colorado, este cuento se ha acabado”.

Usted podrá notar una serie de beneficios de la lectura que serán evidentes en el lenguaje oral, pero habrá otros, eso es seguro, y tienen relación con lo siguiente:

Conducta que se observa	Beneficio	Sugerencias para propiciarlo
Puede expresarse con ideas más completas y ordenadas.	Desarrolla la noción temporal.	Usted puede preguntar a su hijo qué pasó primero y qué pasó después en el cuento, invitándolo a que se lo cuente.
Lee cuentos en voz alta, aun cuando no sabe leer de forma convencional.	Establece relación entre imagen y escritura.	Siéntese a su lado para escuchar con atención cómo el niño interpreta el cuento.
Crea cuentos, imagina historias y las comparte.	Desarrolla su imaginación y creatividad.	Motívalo a crear su propia historia, o puede leerle una parte y dejar que él continúe. Tal vez, con apoyo de las imágenes, seguirá el relato.

Leer al niño es uno de los mejores regalos que podemos hacerle en su vida, ya que no sólo le obsequiamos el cuento o la historia que hay en el libro, sino que también le enseñamos que para leer hay que disponer el cuerpo y la mente de cierta manera; y le damos la oportunidad de mirar y descubrir qué hay en el libro y cómo se lee. Aproveche este tipo de

actividades para apoyar a su hijo y para compartir con la familia, ya que cuando los padres o los hermanos mayores, tíos y abuelos participan en actividades variadas de lectura y escritura, hacen posible que los niños pequeños reciban modelos y experiencias que los ayudan a aprender mejor.

Para saber más sobre la importancia de la lectura en los niños, usted puede consultar el siguiente material de Educación inicial: Guía para madres y padres de familia en: <https://www.planprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/inicial/arteyjuego/1Guia-Artey-Juego.pdf>



## Experiencias con la escritura

Los niños quieren escribir desde pequeños. Comienzan tomando un lápiz y hacen los trazos que pueden y donde pueden. Seguramente usted tiene muchos ejemplos que puede referir de esto, desde los trazos hechos en las paredes, hasta aquellos con los que se decoraron la piel.

Estos intentos muestran que comienzan a entender que hay una actividad en la vida que involucra el trazo. Si un niño observa que otra persona escribe, puede ocurrir que pregunte “¿qué haces?” o “¿qué escribes ahí?”, y se interese en hacerlo. Sus primeros intentos por escribir quizá no se parezcan a la escritura convencional, pero son muy importantes en el proceso de aprender a leer y escribir; en ellos va descubriendo que escribir es importante.

El lenguaje escrito permite registrar datos que es preciso recordar; facilita la comunicación a distancia; deja constancia de hechos importantes; transmite conocimientos de generación en generación, y con ello se crean obras literarias para el disfrute de la belleza, de la imaginación y del lenguaje.

Los niños empiezan a aprender sobre el lenguaje escrito cuando tienen sus primeros contactos con libros, letreros, lugares donde hay palabras escritas y, sobre todo, cuando observan para qué se usa la escritura: cuando ven a alguien enviando un mensaje de texto por el teléfono; a un hermano que hace la tarea escribiendo en una computadora; cuando miran a mamá o papá hacer la lista para las compras o llenando un formulario; o se topan con personas que de igual manera emplean la escritura para diferentes propósitos.

Si además cuentan con personas con quienes pueden dialogar y que los ayudan a conocer el mundo a través de las palabras, tanto al hablar como al leer con ellos, su aprendizaje será cada vez mejor.

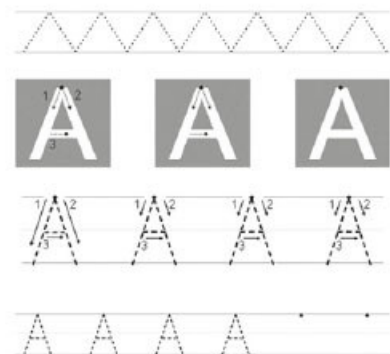
Suele pensarse que para aprender a leer primero se deben enseñar las letras y luego unir las, pero leer implica mucho más que juntar letras. Esto mismo ocurre con la escritura: es común creer que si los niños comienzan por trazar letras iniciando por las vocales y hacer ejercicios de repetición, aprenderán mejor y más pronto.

Las llamadas “planas” se han usado como una forma de iniciar en la escritura, pero hoy se sabe que trazar las letras es sólo una parte de lo que los niños requieren para ser verdaderos usuarios del lenguaje escrito. Aunque es probable que muchos adultos aprendimos de esa manera, está demostrado que el aprendizaje de la lengua escrita se relaciona con identificar qué se escribe, para qué se escribe y cómo es que se escribe.



**Actividad.** Realice, por favor, los dos ejercicios que se presentan a continuación.

Repase y escriba.



Describa a su hijo en tres líneas.

Mi hijo es...

---



---



---

Es probable que haya percibido ya que escribir tiene una complejidad mayor que el repintar trazos para formar una letra; esto es así porque escribir es una tarea intelectual más que una actividad motriz. En este sentido, los ejercicios para “soltar la mano”, como el que se ejemplifica en la actividad anterior, poco contribuirán a que los niños verdaderamente pongan en juego su pensamiento para expresarse mediante la escritura, pues para ello requerirán otro tipo de actividades en las que escribir tenga un propósito.

¿Qué escribimos los adultos en la vida diaria? Recados, listas de artículos para comprar, recordatorios de actividades programadas en una agenda o en un calendario, recetas de cocina, mensajes de texto o cartas. ¿Para qué escribimos esos textos? Para pedir algo a alguien que no está presente o informar algún suceso (una cita a la maestra de nuestro hijo, una explicación de por qué no asistió el niño a la escuela), para recordar lo que se necesita, para preparar algún alimento o para expresar lo que sentimos. Su hijo necesita oportunidades como éstas, en las que la escritura tenga un sitio en la vida, un valor social.

Cuando los niños pequeños ven a los adultos escribir, se percatan de que escriben ideas que han tenido que pensar para luego ponerlas en una hoja, en un teléfono móvil o en la computadora. Se dan cuenta de que lo que se escribe se puede leer una y otra vez. Este descubrimiento es muy importante en su aprendizaje de la escritura y por ello hay que propiciar que escriban, a su modo, lo que quieren comunicar.

Al principio lo harán de una manera que no es comprensible para todos; sus escritos parecerán rayones y es casi seguro que se tenga el impulso de hacer comentarios que lo hagan sentir que no sabe. Pero usted podrá observar cómo, de manera paulatina, los niños



distinguen sus “escrituras” de sus dibujos, haciendo trazos de izquierda a derecha y de arriba hacia abajo, como efectivamente se hace en la escritura convencional; o incluso harán garabatos que poco a poco se parecerán más a las letras. Anímelo a continuar y a aprender para fortalecer su confianza como productor de textos.

Cuando los niños reciben mensajes negativos acerca de sus intentos al escribir, se miran a sí mismos como incapaces y pueden negarse a hacerlo de nuevo; surgirán frases como “no puedo”, lo que si se añade al hecho de presionarle para que pueda escribir letras o sílabas en un espacio determinado

—“sobre la línea”, “en el cuadrito”—, puede producirles cansancio y llevarlos a rechazar la escritura al volverse algo difícil. Si en la escuela se promovieran estas prácticas, más de un niño las rechazaría y con ello también a la escuela.

Para evitar esto, hágale sentir que es valioso lo que ha escrito: su nombre, un cuento, una receta, una lista, un recado, tal y como se hace con otras actividades que muestran el trabajo de los niños. Verá que poco a poco empezará por sí mismo a escribir en línea, a usar grafías con la intención escribir su nombre, un cuento, un recado. No tenga prisa, el niño tiene hasta el segundo grado de primaria para completar el proceso de alfabetización que le permita escribir y leer de manera convencional; dejémosle que viva el proceso de una forma natural y con sentido.

### Sugerencias para propiciar el desarrollo de la escritura

- Dele al niño oportunidades para escribir, tal y como lo hace en la escuela, como pueda; ponga a su alcance lápices, bolígrafos, marcadores, hojas de papel, cuadernos, libretas y tarjetas, y permita que elija los instrumentos que prefiera.
- Pida a su hijo, de vez en cuando, que le dicte algo que quieran recordar, y escribirlo y leerlo juntos cuando se necesite; o animarlo a escribir mensajes cortos, como un recado, una felicitación, un recordatorio o su nombre; o hacer juntos la lista de cosas que necesitan comprar en el mercado.
- Aunque el niño escriba marcas que para usted no tengan sentido, pida que le comparta qué escribió; deje pasar un tiempo y, al día siguiente, vuelva a preguntarle; él lo recordará y se lo comunicará.
- Sea paciente con sus esfuerzos; anímelo a familiarizarse con su nombre escrito; reconozcan otras palabras que tengan “sus letras” y muestre cómo se escriben los nombres de otras personas de la familia; úsenlos para marcar, por ejemplo, los cepillos dentales o algún otro objeto.
- Responda las preguntas y peticiones de los niños en torno a la escritura. Por ejemplo, es posible que pregunten: “¿Qué dice aquí?, ésta es la de mi nombre, ¿verdad?, ¿puedes decirme con cuál se escribe pera?, ¿es con la de papá?”. Responda siempre con el sonido de las letras (la /p/ de papá), no con sus nombres (la /PE/ ¿de papá?), porque esa información los confunde.

Poco a poco verá cómo su hijo va avanzando en la comprensión de lo escrito y lo que logra hacer. ¡Evite poner al niño a escribir planas de letras o de números!

### Actividades con las matemáticas

Cuando los niños pequeños juegan y exploran su entorno, también desarrollan habilidades de pensamiento matemático, y éstas se pueden favorecer en el ambiente familiar, mediante experiencias como las que se sugieren enseguida:

**Clasificar y agrupar.** Cuando los niños juegan con objetos que les permiten formar colecciones, se dan cuenta de que pueden juntarlos o separarlos con base en algún criterio: utilidad, función, uso o tamaño. Manipulan el material, acomodándolo una y otra vez; lo forman en fila, en rueda, en espiral o en pequeños grupos; lo mueven y lo reorganizan a su antojo, y cada vez eligen las piezas usando criterios.

También es importante que los niños clasifiquen objetos fijándose en una característica determinada por un adulto. Por ejemplo, puede pedirle que le ayude a ordenar el calzado: primero el de toda la familia; luego que reúna los zapatos que formen un par y después que separe los que son de niño o de adulto; o bien, los que son de él o ella, o cualquier otra clasificación que sea de utilidad para que se guarden en su lugar y cada miembro de la familia sepa dónde están sus zapatos.

Clasificar objetos permite organizarlos y saber dónde se encuentran cuando se necesitan. Es muy formativo que los niños ordenen sus juguetes en cajas diferentes cuando terminan de jugar, a la vez que desarrollan criterios de clasificación que ayudan al desarrollo de su pensamiento matemático.



**Armar rompecabezas.** Al principio lo harán teniendo presente el modelo; después lo armarán sin ver la imagen. Al armar rompecabezas los niños desarrollan la observación, la memoria y la concentración; se dan cuenta de dónde deben colocar cierta pieza al relacionar su forma con la del espacio en el que la van a colocar.

Es común que en estas actividades se subestime la capacidad infantil y se les den rompecabezas de muy pocas piezas, de manera que muy pronto dejan de representar un reto a su inteligencia. También sucede que los niños pierden interés si extravían las

piezas, si no ven sus logros o si no concluyen la actividad. Anímelos a persistir en la tarea; sugiérales que prueben con distintas piezas y formas de acomodo, pero no los sustituya en su esfuerzo; haga que observen con atención y se sorprenderá de sus progresos. Una vez que hayan logrado armar la figura completa, pida que reúnan todas las piezas y las guarden.

**Nombrar objetos.** Los niños aprenden a reconocer las características de los objetos, por ejemplo, su forma y tamaño, y a identificarlas. Puede pedir a su hijo que nombre algunos que reúnan las características acordadas; por ejemplo, nombrar cosas que quepan o no quepan en una caja; nombrar objetos que tengan formas redondas o de color rojo. Asimismo, cuando realicen compras para el hogar, pídale que vaya nombrando los objetos que ve, ayúdelo a decir su precio y sus características y cuál es su función.

**Actividades de conteo.** Antes de aprender a contar y saber para qué sirve hacerlo, los niños necesitan aprender la serie numérica oral; es decir, ser capaces de decir los números en el orden que corresponde. Este conocimiento se logra a través de la repetición, y si se hace de manera divertida es mucho mejor. El juego “Manotazo al seis” es muy bueno para que los niños practiquen dicha serie. Alrededor de una mesa se sientan tres o más jugadores. En el centro coloque un recipiente con piedritas, fichas u objetos que se puedan contar. Mencione la serie numérica iniciando con el 1; el número máximo a decir es el seis. Conforme mencione los números deténgase en alguno, por ejemplo el 2, todos los participantes, al mismo tiempo, deberán dar un manotazo en la mesa y decir el número que sigue, en el ejemplo, el 3. Si alguien se adelanta, se equivoca o no da el manotazo, tomará una piedrita y el juego vuelve a empezar. Considere que cuando mencione el número máximo de la serie que se está jugando, los participantes sólo tendrán que dar un manotazo. El juego termina cuando un participante junte tres piedritas. Para hacerlo más divertido, quien dirige el juego puede decir la serie a distinto ritmo. Conforme su hijo aprenda la serie, él podrá dirigir el juego; o bien, se aumenta la serie y se juega a “Manotazo al ocho o al diez”.

Otro juego para que aprendan la serie numérica oral es el de las “Escondidillas”. Consiste en que una persona repite la serie numérica, por ejemplo, hasta el diez, mientras los otros se esconden; cuando termina de decir los números nadie se puede mover y empieza la búsqueda. En este juego, algunas veces le tocará al niño escuchar cómo otro dice la serie numérica, y otras veces le tocará decirla en voz alta.

Anime a su hijo a contar, por ejemplo, los escalones de una escalera; cada vez que sube un escalón usted dice la serie numérica: uno, dos, tres, etcétera, mientras que él repite los números. Es muy importante que cada vez que suba un escalón diga el número correspon-

diente, pues cuando empieza a aprender la serie, es probable que se adelante y diga “tres, cuatro” aunque sólo haya subido un escalón; es conveniente entonces que le diga “son tres, ahora sube y ya son cuatro”; o bien, si él dice mal el orden, como “tres, siete”, usted le puede decir “tres y sigue el cuatro”. Cuando terminen de subir la escalera pregúntele cuántos escalones tiene; si no lo sabe o dice un número incorrecto, usted le dice cuáles.

Muchos niños aprenden la serie oral pero aún no saben contar. Un niño sabe contar cuando recita la serie oral correctamente y toma un objeto y solamente uno cada vez que dice el nombre de un número; pero además sabe que el último número que dijo es el que indica cuántos objetos hay en total.

Este conocimiento permite que su hijo pueda realizar el conteo de colecciones pequeñas; por ejemplo, los panes que hay en la panera, las prendas que cuelgan del tendedero o los platos que están en la mesa. Propicie que su hijo cuente colecciones reducidas; invítelo a señalar con el dedo aquello que va contando. La práctica hará que esta actividad se realice cada vez con mayor acierto.

Es mejor que se asegure de que su hijo pueda contar bien colecciones con no más de diez elementos, en vez de que usted trate de que aprenda la serie numérica oral hasta el veinte, treinta o más. Cuando los niños conocen bien la serie hasta el diez, descubren pronto las regularidades de la serie numérica: que después del once sigue el doce, luego el trece, etcétera, y que después del veintiuno, sigue el veintidós, y del treinta y uno, el treinta y dos y así sucesivamente. Cuando se les da la oportunidad de contar objetos en distintas situaciones, los niños desarrollan los conocimientos y las habilidades que les permitirán utilizar los números con sentido y aplicar estrategias de conteo al resolver problemas con cantidades pequeñas.

**Identificar números en el entorno.** Los números forman parte de la vida de los niños desde temprana edad; ayudarlos a conocerlos, a identificar dónde están, cómo son y para qué sirven los ayudará a tener éxito en la escuela.

“¿Cuántos años tienes?” es una de las primeras preguntas que responden los niños; lo hacen con sus dedos, nombrando la cantidad o de ambas maneras. Empiezan a contar desde el uno y, poco a poco, este conocimiento se amplía. Se puede jugar con ellos a que indiquen con sus dedos tanto su edad como la de su hermano pequeño, de su hermano mayor o de su prima; o simplemente que vayan mostrando el número de dedos que se les pide, primero del uno al cinco y posteriormente del uno al diez.

Los números están escritos en la puerta de la entrada de la casa, en la talla de la ropa y en el calzado, en las monedas; en los precios de los productos que se adquieren para consumo familiar; en las placas de automóviles y autobuses; en el reloj o en el horno de microondas. A los adultos nos corresponde ampliar este conocimiento y lo podemos hacer con preguntas, como: ¿dónde hay un número como éste?, ¿dónde ves el número cuatro?, ¿qué número está antes del cuatro?, ¿y después del cuatro?”. O bien, cuando van por la calle, puede proponerles “a ver quién encuentra una casa que tenga el número tres”, o leer con ellos el horario de un comercio y el precio de un producto. Además de saber su nombre completo, es importante que los niños conozcan su dirección; haga que observen los números que la identifican.

El teléfono es otro medio para conocer los números. “Vamos a llamar por teléfono a tu tía; mira, éste es su número”; podemos enseñarle cómo se marca e incluso pedirle que nos dicte los números para marcarlos.





Es muy importante que los niños se inicien en el reconocimiento del uso de los números y, sobre todo, que lo hagan de manera natural y divertida, no como una obligación, sino como un descubrimiento. Escuche con atención lo que su hijo dice cuando observa, y motíVELO a buscar números en el entorno y a explicar dónde están y para qué sirven.

Dentro del ambiente familiar se puede contribuir a que los niños mejoren sus habilidades de pensamiento

numérico jugando, por ejemplo, a "La pirinola". Este juego consiste en dar o recibir la cantidad de fichas o piedritas que indique la pirinola. Al inicio, todos deberán tener la misma cantidad de fichas, piedras, semillas grandes u otros objetos. Por turnos, a cada uno de los jugadores le corresponderá girar la pirinola y deberán cumplir la indicación que aparezca en la cara superior de la pirinola, como "Toma 1", "Pon 1" y "Todos ponen". El juego termina cuando algún jugador ya no tiene fichas para dar y gana el que más fichas haya conseguido.

Estas experiencias muestran cómo los niños pueden usar el razonamiento en actividades sencillas y de juego, en lugar de pasar tiempos prolongados escribiendo planas de números o resolviendo ejercicios que para ellos no tienen significado.

### Aprender del mundo

Las experiencias de contacto con el entorno natural y social en el que viven los niños son una fuente de información rica y auténtica para desarrollar sus capacidades intelectuales y afectivas, pues aprenden a observar cuando viven situaciones que demandan su atención, su concentración y el reconocimiento de las características y los rasgos de aquello que ven y les interesa.

Los niños son curiosos por naturaleza, tocan los objetos, los mueven, los exploran; pueden ir fascinados tras algo que se mueve: una cochinilla, una lagartija o cualquier otro animal que llame su atención. Mediante las relaciones que el niño tiene con su entorno, y del acercamiento a fenómenos y situaciones que despiertan su interés, se genera la búsqueda de explicaciones y el poderoso deseo de conocer.

La curiosidad con que los niños observan permite darnos cuenta de que cualquier nueva información desencadena preguntas que los impulsan a descubrir y a aprender: "¿Por qué se hace bolita?, ¿tiene ojos?, ¿cómo respira?". El interés surge de lo novedoso, de lo complejo,

de lo que los sorprende o lo que les provoca cierto grado de incertidumbre.

El proceso de descubrir y aprender, además, genera placer. Cuando son pequeños su manera de conocer el mundo es tocando los objetos, los miran, los chupan, los tiran; cuando crecen y son más hábiles con sus manos, la curiosidad hace que los desarmen para saber cómo son o se pregunten de qué están hechos, qué tienen que los hace sonar, o qué pasa si...

La intervención de los adultos puede favorecer esa curiosidad, o bien limitarla. Cuando su hijo le cuente algo que aprendió, escúchelo con interés, hágale preguntas para saber qué piensa y anímelo a seguir descubriendo.

Por ejemplo, si el niño afirma que "hay plantas que toman leche para crecer", usted podría pensar que es un comentario sin sentido y pasarlo desapercibido, pero si usted le pregunta



“¿por qué lo dices?”, quizá el niño le dirá “porque tienen leche adentro”, y correrá a traerle una hoja recién cortada de cuyo tallo emana un líquido blanco. Asombrado por la respuesta, usted podría plantear algunas reflexiones: “¿Será leche eso que se ve?, ¿de dónde pudo haberla tomado?, veamos si así se ven otras hojas”, o alguna otra forma de continuar la conversación sin descalificar sus razonamientos. Escuchar sus preguntas o sus explicaciones acerca de lo que ve también ayuda a desarrollar su pensamiento.

Si tenemos a la mano un libro donde los más pequeños hayan podido ver animales, y les hayan leído sobre sus características, anímelos a jugar “¿En qué animal estoy pensando?”. En este juego uno de los niños debe pensar en un animal, sin decírselo a nadie, e imitarlo a la vista de todos sin hacer ningún sonido. Todos deberán pasar por turnos a hacer una imitación para que el resto adivine el nombre del animal elegido; de esta manera el juego resultará más atractivo, y los niños y adultos aprenderán más sobre estos seres, además de divertirse en familia.



## Preguntas para pensar

- ¿Qué hago cuando mi hijo hace preguntas sobre la naturaleza?
- ¿Cómo atiendo su curiosidad y necesidad de aprender sobre lo que le rodea?

### Sugerencias para propiciar el conocimiento del mundo natural

- Regale una planta a su hijo, ya que verlas crecer les encanta, y así podrá examinarla, jugar con sus hojas, juntarlas o compararlas.
- Realicen una “visita de exploradores por caminos conocidos”: el reto será ir por una ruta familiar para observar y para descubrir cosas que no ha visto antes.
- Visiten lugares que puedan despertar el diálogo sobre lo que se observa: un bosque, un lago con vegetación variada; un sitio histórico, como un edificio antiguo; un mural, un museo, un acuario, o lo que haya en la comunidad.
- Impulse en su hijo la curiosidad por saber: muéstrele fotografías de insectos u otros animales que no sea fácil observar directamente; ponga atención en sus actitudes y escuche las ideas y preguntas que se plantea al mirar la imagen, y si encuentra información que responda a ello, léala para él.

Son muchas las actividades que puede realizar para ayudar a los niños a mantener el deseo de aprender y la capacidad de asombrarse con lo que vive. Se puede entender que en ocasiones el tiempo dedicado al trabajo sea tal que no permita realizarlas, pero puede ocupar alguna de estas sugerencias para realizarlas un día que usted descanse, o bien compartirlas con quienes están bajo su cuidado para que valoren la posibilidad de realizarlas.



### Actividad. Nuestro huerto de papas

Se puede realizar en diferentes momentos y no requiere un espacio mayor que una maceta, ni materiales adicionales a una papa, tierra y un recipiente con agua. Sumerja la papa en agua durante algunos días, en ese tiempo el niño podrá ver que empiezan a surgir algunos brotes que crecerán a través de los días. Entonces habrá que investigar qué son esos brotes y por qué le salen a la papa. Coloquen la papa en tierra, en un lugar donde reciba sol, y riéguenla para que crezcan sus nuevas raíces.

Poco a poco, el niño podrá hacerse cargo del cuidado de otras plantas que tengan en casa y observar los cambios que presentan.

Crear iniciativas para el cuidado de las plantas, asumir la responsabilidad de llevarlas a cabo y valorar el resultado de sus acciones favorece en los niños la capacidad de tomar decisiones.

### Reconocer la diversidad

Conocer el mundo también implica conocer a quienes viven en él, y que pueden ser como nosotros en algún aspecto y, al mismo tiempo, diferentes. El niño parte de una experiencia de contacto familiar que se irá ampliando poco a poco con las relaciones que tenga con las personas que lo rodean y que conforman la sociedad.

Tome en cuenta que en el jardín de niños asisten alumnos y familias con diversas costumbres, expresiones culturales y formas de ver la vida y valorar la educación. Los estilos de crianza pueden ser diferentes, el lenguaje, la forma de vestir, la forma de comer, las formas de jugar o de mostrar sus afectos.

Es necesario enseñarle al niño a ser respetuoso con todos: con adultos, con pequeños, con quienes son diferentes por su color de piel, por su condición socioeconómica, por su estado de salud o condición de discapacidad.

Las ideas que los niños se hagan sobre las personas deben permitirles integrar una visión en la que la diversidad sea algo común y lleno de valor. De suma importancia es considerar que los niños se forman ideas sobre las personas a partir de lo que observan y escuchan de otros adultos, lo que les llevará a reproducir los conceptos y prejuicios o a evitarlos.

Si los padres rechazan a alguien por alguna característica, por ejemplo, hablar una lengua distinta, por la ocupación de sus padres o por ser de una religión diferente a la propia, el niño también lo hará y, con el tiempo, esto contribuye a generar problemas sociales.

Para evitarlo, es importante hablar con los niños de los beneficios que brinda el trabajo de las personas; platicar sobre cómo llega el agua a la casa; qué pasaría si no hubiese servicios de salud o si un día no pasan a recoger la basura, o la tienda donde solemos comprar se cerrara. Esto ayuda a dimensionar cómo el trabajo de todas las personas es útil y nos beneficia a todos, lo que nos puede llevar a valorar a las personas que lo realizan.

De igual forma, una oportunidad de apoyar el conocimiento del mundo social puede ser hablar sobre las costumbres, formas de vida y tradiciones que tenemos. Para ello, conviene que los niños participen en actividades que se organizan a razón de ciertas conmemoraciones

—por ejemplo, el Día de Muertos—, ya que permitirá que hablen sobre lo que creen, piensan, sienten, y a partir de ello, se darán cuenta de que no todos son iguales y esto no los hace menos valiosos.

La sociedad actual requiere niñas, niños y adolescentes que sean capaces de comprender y valorar la riqueza cultural, porque en las diferentes actividades sociales en que participen, encontrarán personas que quizá no piensen o se comporten igual que ellos. No obstante, todos tienen derecho a ser tratados con respeto y deben convivir reconociendo la dignidad humana, así como evitar la exclusión y la discriminación.



A veces actuamos sin darnos cuenta de que estamos rechazando o discriminando a alguna persona que nos parece diferente o que se diferencia de los modelos o las conductas que consideramos válidas, y como adultos influimos en el comportamiento de los niños pequeños.

La discriminación se puede dar por algunos de los siguientes motivos: pertenecer a una minoría étnica; por tener una condición de salud que requiere atención especial; por discapacidad motriz; por la apariencia física; por creencias religiosas; por preferencia sexual; por género, edad o condición socioeconómica.

Si usted se percató de actitudes que su hijo manifieste y que tengan por objeto rechazar o discriminar a alguien, ayúdelo a comprender que todos tienen derecho a recibir un trato digno, a ser llamados por su nombre y hágale ver que ello es un derecho que él debe respetar. Si por el contrario usted tiene la sospecha de que su hijo está siendo objeto de discriminación, acuda con la educadora para exponer el caso y acordar, en un escenario de comunicación mutua, formas de manejarlo.



## Preguntas para pensar

- ¿Cuál es mi actitud ante las diferencias entre las personas?
- ¿Cómo me relaciono con las personas con algún tipo de discapacidad, con quienes tienen diferentes creencias religiosas, con quienes son de un grupo étnico diferente?
- ¿Qué de todo esto ha aprendido mi hijo?

### Sugerencias para propiciar el conocimiento del mundo social

- Hable con su hijo sobre sus compañeros. Pregunte, por ejemplo, con quiénes tiene una relación de afinidad y a quiénes prefiere evitar. Conociendo los motivos, en este tipo de diálogo, pregunte por lo que su hijo hace para evitar al compañero.
- Converse con su hijo sobre lo que quiere ser cuando sea mayor y por qué; propicie que piense en qué tipo de beneficio dará su trabajo a otras personas.
- Anímelo a ser agradecido ante lo que otras personas hacen por él, con sus servicios, y hágale notar lo valiosos que son los demás para la vida en comunidad.
- Platiquen en familia sobre los temas de actualidad o los cambios en la localidad, como una nueva carretera o una clínica. Lo más importante es escuchar lo que los niños piensan y dicen sobre ello.

Ampliar las experiencias del niño le ayudará a construir los conocimientos que está elaborando acerca del mundo en el que vive.

### Expresión a través de las artes

La familiarización con las artes puede favorecerse en los niños desde temprana edad y para ello la familia juega un papel fundamental. De manera natural, los niños suelen entusiasmarse cuando escuchan música: se mueven espontáneamente a su ritmo, les gusta escuchar canciones, aprenderlas y cantarlas; disfrutan dibujar, pintar y crear formas mediante la manipulación de materiales como la arcilla, el barro o la masa; también les gusta jugar a representar personajes y situaciones que les son familiares porque los ven en programas de televisión, en películas o los identifican en los cuentos que conocen.

Usted puede brindar a su hijo oportunidades para que desarrolle su sensibilidad, imaginación y creatividad, y para que disfrute las artes. Algunas sugerencias son las siguientes:



### *Escuchar música, cantar, bailar al ritmo de una melodía*

Generalmente la música está al alcance de todos y en cualquier lugar. Los niños la escuchan en casa, en el transporte público, en el mercado, en la plaza cívica del pueblo, en las caricaturas o películas que ven. Con frecuencia nos sorprenden cuando los escuchamos cantar las canciones populares de moda y bailar con ellas.

Para enriquecer las experiencias de su hijo con la música escuche a los grupos o artistas que a él le gustan, y canten juntos esas canciones. Pueden tararearlas, variar la velocidad, cambiar la letra, bailar al ritmo y hasta simular que lo hacen con micrófono frente a un público; además de ser divertido, los niños adquieren mayor seguridad.

Escuchen música variada, ya sea clásica, tradicional mexicana, de la región donde viven o de otros países. Propicie que el niño aprenda canciones infantiles, cuénteles qué música le gustaba escuchar a usted cuando era niño o joven; cánteles alguna canción de las que a usted le gustaban. Conversen sobre los motivos de sus preferencias musicales. Mientras más experiencias tengan los niños con la música, mayores posibilidades tendrán de desarrollar la capacidad auditiva al reconocer ritmos diversos, el sonido de los instrumentos musicales y la modulación de la voz al cantar.

Cuando el niño se mueve al ritmo de la música, moviendo la cabeza, el tronco, las piernas, palmeando, zapateando y sonriendo, se desarrollan la coordinación, el autocontrol y la expresión corporal. Lo importante en esta etapa es que los niños disfruten la música y se expresen con el cuerpo, no que dominen los pasos de un baile en particular.



### *Dibujar, pintar, modelar*

Los niños se forman ideas y representaciones propias del mundo que son complejas de explicar mediante palabras, pero que, llegado el momento, pueden expresar mediante el dibujo. ¿Recuerda el primer dibujo de su hijo?, ¿qué hizo?

Cuando su hijo dibuje, observe con atención lo que hizo: fíjese en los elementos que incluye, pregúntele qué dibujó, en qué pensó y escuche su explicación. Permita y fomente que exprese libremente lo que piensa e imagina y cómo lo interpreta. Nunca corrija sus dibujos. Considere que cada niño se forma una representación propia del mundo, de cómo lo ve, y que no existe una forma única para representar las ideas.

Muchos adultos tenemos ideas estereotipadas sobre cómo dibujar una casa, una persona o un árbol, y esperamos o incluso intentamos que los niños traten de reproducir esa representación. Con esta actitud invalidamos las producciones de los niños, pues equivale a decirles que no saben, lo cual tiene como consecuencia que no quieran volver a dibujar.

Para propiciar la expresión libre y creativa de su hijo mediante el dibujo y la pintura, ponga a su disposición hojas y papeles de distintos tamaños. Si es posible, destine una parte de la pared en casa y pegue en ella un pliego de papel, para que sepa que cuando quiera dibujar o pintar puede hacerlo también en esa área. Asimismo, enséñele que cada vez que lo haga, debe asear el lugar donde trabajó.

Los instrumentos y técnicas para pintar son diversos, por lo cual es recomendable que ponga al alcance del niño, siempre que esté dentro de sus posibilidades, pinturas de distintos tipos y texturas: colores de madera o cera, pinceles o pintura de dedos. Propicie que experimente con los colores, usando los que él decida, que los mezcle y haga producciones propias. Él siempre será quien explique en qué pensó y qué fue lo que dibujó o pintó; esto ayudará a los demás a entender que esas rayas negras sobre el papel representan un huracán o un agujero negro, para quien las hizo; o que ha coloreado el cielo de rosa porque es un atardecer; o que al pedirle que dibuje un animal, un círculo y explique que es la casa del animal y éste se encuentra en el interior. Por ello debe evitar juzgar la belleza o fealdad de lo que el niño ha hecho. En vez de juzgar, ayúdelo a que vea en el arte una forma de compartir lo que piensa, lo que siente y cómo mira el mundo.

Converse con su hijo sobre los dibujos o pinturas que produce. Propóngale poner un título a su obra y que escriba su nombre como autor, póngale la fecha en que lo hizo y consérvelos: con el paso del tiempo, vean juntos sus creaciones y pregúntele si recuerda lo que plasmó; usted apreciará los cambios y el niño experimentará sensaciones de satisfacción, porque se reconoce y se valora lo que hace.



### **Actividad.** ¡Observamos el arte en nuestro entorno!

Determinados edificios, así como algunas esculturas en bronce, madera y otros materiales; obras pictóricas en murales y algunas artesanías hechas de barro, textiles, madera, metales y piedras de distinto tipo, son producciones artísticas que forman parte de nuestro patrimonio histórico. En ocasiones, aunque están a nuestro alcance en calles, parques, mercados, museos u oficinas de gobierno, dejamos de miraras y de apreciarlas. Por ello:

- a) Acudan a algún sitio en el que puedan observar alguna de las producciones artísticas que se han mencionado previamente.
- b) Invite al niño a mirar la obra y a fijarse en los detalles de tales producciones: el material del que están hechas, los colores, las formas y expresiones que tienen los personajes que representan o aparecen en ellas y cualquier otro elemento que contengan.
- c) Converse con él sobre lo que ambos ven, lo que llama su atención, o lo que imaginan que el artista quiso expresar.
- d) Si es posible, infórmense sobre quién hizo la obra; si no tienen esa información, no importa, pero hágale ver cómo un artista puede exponer sus obras en diferentes ambientes para que los demás las observen; esto favorece el aprecio por el trabajo artístico de otras personas.

### Representar y actuar

A los niños pequeños les agrada representar personajes y situaciones vividas o imaginarias. Es común que quieran asumir el rol de personajes que conocen porque los han visto en historietas, programas de televisión, películas o cuentos que han leído.

Cuando vea que su pequeño imita a su personaje favorito, preste atención a lo que hace y dice, y participe de esa imitación. Si tiene muñecos de peluche o algún títere, úselos para dialogar entre ellos: usted puede manipular uno y el niño otro. El diálogo mediante un títere es una oportunidad para abordar temas o situaciones que les causan temor o conflicto; también problemas que se presentan en la escuela o fuera de ella y cómo les afectan.

Asimismo, puede proponerle que juntos representen algún cuento que conocen. Seguramente ha escuchado a su hijo inventar historias, solo o acompañado; invítelo a crear alguna e involúcrese en ella. A veces sus historias pueden parecer disparatadas porque introducen personajes y escenarios que tal vez no tengan lógica desde una visión adulta; por ejemplo, dinosaurios y hadas; dele libertad para imaginar lo que se le ocurra.

Ante su iniciativa de actuar y dramatizar, acepte participar con su hijo, o bien propóngale hacerlo. Propicie que sea él quien comience la construcción de la historia; acepte sus ideas y participe aportando otras, pero no descalifique las propuestas del pequeño. El esfuerzo por construir la historia hace que el niño imagine sucesos, lugares y personajes a quienes caracteriza por medio de la voz y de los objetos que elige para representar al dinosaurio, el hada, el lobo u otro personaje.

Si tanto usted como su hijo se caracterizan usando prendas de vestir u otros accesorios, además de ser divertido para ambos, el pequeño superará la posible inhibición que muchos niños experimentan para hablar frente a los demás. ¡Invítelo a jugar!

#### *¡Que empiece la función!*

Este juego es divertido y se puede repetir con frecuencia para estimular la imaginación, la expresión de ideas y emociones, y la confianza de los niños en sí mismos. Consiste en improvisar un espectáculo musical, ya sea de baile, canto o interpretación con algún instrumento, o bien de teatro, representando un cuento conocido. ¡Este juego les encanta!



### Preguntas para pensar

- ¿Qué tanto valor doy a que mi hijo participe en experiencias artísticas?
- ¿Qué tipo de comentarios expreso cuando mi hijo muestra algo que ha creado, practicado o presentado?
- ¿Cómo puedo hacer que mi hijo tenga confianza y seguridad para emplear el arte con el fin de expresarse?

### *¡A jugar y a moverse!*

El juego es una de las herramientas de aprendizaje más poderosas, proporciona placer y diversión a los niños y, además, estimula sus capacidades y las funciones necesarias para el desarrollo, tales como pensar, crear estrategias, imaginar, adoptar roles o tomar acuerdos. Mediante el juego experimentan emociones, como la sorpresa, la alegría, la frustración o el enojo, y aprenden no sólo a reconocerlas y a manejarlas, sino también a cooperar, a ponerse de acuerdo y, sobre todo, a solucionar mediante el diálogo los problemas que se les presentan; por ejemplo, cuando dos participantes quieren usar el mismo juguete.

El juego brinda a los niños libertad y seguridad en sí mismos, además de fortalecer su autoestima. Permite que el niño, a la par que se divierte, despliegue su imaginación, amplíe su libre expresión y sea capaz de crear realidades diferentes a las que vive.

Cuando el niño juega con los adultos de su familia, la comunicación mejora y favorece el acercamiento y conocimiento de los niños, porque propicia formas específicas de comunicación con ellos, lo cual sienta las bases para una convivencia en armonía; además, permite estrechar los vínculos emocionales entre los integrantes de la familia.

Los niños juegan de muy diversas maneras. Cuando lo hacen solos pueden usar algún objeto de su entorno al cual dan vida e incluso pueden asignarle cualidades sorprendentes. Cualquier cosa puede ser un juguete y convertirse en su tesoro; lo único que necesitan es que se respete su privacidad para dar rienda suelta a la imaginación; en ocasiones, podemos escuchar los elaborados monólogos que expresan en voz alta.

Cuando juegan entre pares se da una dinámica distinta, en la cual hay al menos un compañero que está dispuesto a ser cómplice o rival, a desempeñar roles y a asumir las reglas que se establecen. A veces, alguien representa, por ejemplo, al papá, alguien al hijo y alguien más a la mamá, al doctor o a la abuela; las reglas del juego se van construyendo mediante acuerdos entre los mismos participantes. Al observarlos en sus juegos, usted puede darse cuenta tanto de sus posibilidades de movimiento y coordinación, como de la forma en que se relacionan con otros niños, integrándose o apartándose. También es posible conocer sus formas de expresarse e incluso enterarse de situaciones que viven fuera de casa.

Siempre que tenga oportunidad, juegue con su hijo y enséñele a ser buen compañero; procure que su casa sea un espacio en el cual le guste jugar y propicie que tenga un sitio donde guarde sus juguetes. Salga con su hijo a lugares donde pueda moverse, correr, trepar y convivir con otros niños.



Los niños tienen derecho a jugar y disfrutar de las actividades recreativas; a usar la imaginación y la fantasía; a descansar, a divertirse y a reír.

Cuando vemos que los niños no pueden estar quietos, más que imponer prohibiciones conviene encauzar su necesidad de movimiento y brindar oportunidades para que jueguen, porque de esta manera se desarrolla integralmente el lenguaje, el movimiento y la socialización.

### ¿A qué jugar con los niños en familia?

Jugar en familia es una de las experiencias más placenteras para los niños; proporciona diversión y seguridad al saber que merecen la atención y el cariño de otras personas. Cuando los niños se relacionan con los demás mediante el juego aprenden a reconocer límites, a entender que hay juegos en los que se gana y se pierde, a solicitar ayuda o brindarla según sea el caso, y a ver a sus seres cercanos reír y emocionarse “como niños”.

#### *Juegos de mesa*

Los juegos de mesa ofrecen múltiples oportunidades, no sólo para la diversión, sino para la interacción y la convivencia. En ellos se establecen desde el inicio reglas básicas que deben respetarse y, bajo ellas, es posible divertirse y ganar o perder, crear estrategias o jugadas clave para ganar y, en muchas ocasiones, requieren del control corporal y la coordinación. Puede usted iniciar con algunos juegos como los siguientes.

- **La torre más alta**

Utilizando cajas vacías de comestibles, medicamentos u otros objetos pueden tratar de construir una torre manteniendo el equilibrio en sus piezas. Gana quien consiga una torre lo suficientemente alta y estable.



## Preguntas para pensar

- ¿Sabe usted cuánto tiempo dedica su hijo a jugar?
- ¿Sabe cuáles son sus juegos preferidos y por qué le gustan?

### • *Palillos chinos*

Si cuenta con ellos, úselos, pues este juego requiere un alto nivel de control y concentración. Deje caer los palitos al suelo y uno a uno vaya levantándolos sin que al retirarlos mueva por contacto algún otro. Cada palito tendrá un valor que se irá sumando como puntaje.

### *Juegos de palmeos*

Esta es una actividad muy divertida que va permitiendo en los niños el desarrollo del lenguaje, la memoria y la coordinación.

Consiste en ir recitando o cantando versos mientras los acompaña con movimientos de manos que deben coordinarse con algún compañero, como el de “Marinero que se fue a la mar”.

Mientras juegan, los niños manifiestan emociones como el entusiasmo, la alegría y el enojo; tienen la posibilidad de asumirse a veces como animadores, otras como jueces o bien retar a los otros jugadores. De esta manera, adquieren mayor conocimiento de sí mismos y de las diversas formas de relacionarse con los demás.

### *Juegos al aire libre*

Para los niños pequeños el movimiento es una necesidad física; así como necesitan comer, necesitan moverse y jugar para seguir creciendo.

La satisfacción de la actividad física y lúdica de los niños a veces es limitada porque los adultos están muy ocupados, o porque no consideran el valor positivo del juego en la educación de sus hijos. También sucede porque los espacios de la casa, sobre todo en las ciudades, resultan insuficientes para que se desplacen, brinquen, corran o jueguen con otros niños. Sin embargo, la familia debe buscar espacios para jugar al aire libre con la mayor frecuencia posible; pueden ser parques o zonas apropiadas para el juego cercanas a su hogar.



A la par del desarrollo de sus habilidades motrices, mediante el juego físico, los niños aprenden a conocer y dominar su cuerpo: correr, trepar y saltar son habilidades que les permitirán no sólo tener un mejor funcionamiento de su organismo, sino adquirir confianza para desenvolverse en otros espacios. Realizar actividad física en forma regular es necesario por diversos motivos, como consumir la energía que el cuerpo genera y fortalecer huesos y músculos. En cambio, cuando los niños se vuelven sedentarios y pasivos no logran desarrollar, por una parte, las destrezas motrices necesarias y, por la otra, acumulan calorías que se convierten en grasas, lo cual, combinado con la ingesta excesiva de alimentos altos en azúcares y grasas, puede producir obesidad.

A continuación encontrará algunas sugerencias de juegos al aire libre que los niños muchas veces practican en la escuela o en otros espacios, pero que a veces no han tenido oportunidad de jugar con la familia. Son juegos tradicionales que son nombrados de manera diferente en cada región.

Al pasar mucho tiempo frente a la televisión o con dispositivos electrónicos (teléfonos o tabletas), los niños y sus familias pierden oportunidades para moverse, jugar, convivir y comunicarse.



- **La roña**

También conocido como “Las traes”. Para empezar, usted puede ser el que “trae la roña” o el que “la lleva”. Todos corren para que no los alcance, pero cuando logre tocar a otro jugador, éste se convertirá en el que “trae la roña” y de nuevo todos echarán a correr.

- **Simón dice**

Enseña a escuchar con atención y a enfocarse en las acciones y el movimiento que se indica. “Usted es Simón; de pie... y frente a los niños”, ordene diferentes acciones: “Simón dice ‘tocarse la nariz’ o Simón dice ‘hacer un salto de tijera’”. Mientras anuncia cada orden, los niños tienen que llevarla a cabo, usted debe pronunciar “Simón dice”, porque si ordena que hagan algo sin decir “Simón dice”, el niño que lo haga sale del juego y pierde. El último niño que quede es el ganador.

- **A la víbora de la mar**

Dos niños o adultos forman un puente tomados de las manos con los brazos extendidos en alto, uno frente al otro. Mientras, los demás pasan por debajo cantando “A la víbora de la mar”. Cuando la canción termina, los brazos caen sobre el niño que está pasando en ese momento. Los niños que forman el puente empiezan a mecerlo suavemente de atrás para adelante. A los niños pequeños les encanta sentirse “atrapados” y que los balanceen.

- **Limbo**

Tome un palo de escoba y pida a dos niños grandes o a dos adultos que lo sostengan de cada uno de los extremos. Haga que los niños pasen por debajo del palo sin tocarlo; el que lo toque saldrá del juego. Después de que todos hayan tenido su turno, pida que bajen el palo gradualmente y repitan el juego. Esto se puede hacer escuchando música.

- **Limones con cucharas**

Se necesita una cuchara y un limón para cada participante. Diviértase con su niño diciéndole por dónde caminar, correr o saltar mientras mantiene el limón equilibrado en la cuchara. Esta actividad promueve el equilibrio y la destreza.

Jugar con un niño pequeño exige mucha energía, pero tiene un gran valor porque nos contagia su vitalidad y alegría.

Tenga presente que el juego en familia favorece la comunicación y la convivencia; propicia en los niños la sensación de sentirse incluidos, tomados en cuenta; desarrolla habilidades motrices y les ayuda al sano crecimiento, así como a comprender y asumir las reglas para la convivencia.

### *Si mi hijo tiene una discapacidad*

Como ocurre con todos los pequeños, el ambiente rico y estimulante que la familia le puede dar a un niño con una discapacidad será la base indispensable para su desarrollo.

El trato que el niño con una discapacidad reciba debe ser semejante al que se le da a sus hermanos u otros niños de su comunidad, lo importante será que la familia:

- Aprenda a identificar cuál es el nivel del niño respecto de una actividad o un juego, y proporcionar la ayuda necesaria que le permita seguir interesándose o disfrutando de lo que hace. Recuerde que, si la ayuda es excesiva, coartamos sus posibilidades de aprendizaje, pero si la actividad propuesta está muy lejos de sus capacidades reales, el pequeño podrá sentirse frustrado e incluso se puede dañar su autoestima.

Así, para algunos niños será fácil contar hasta el veinte o treinta, al jugar "Escondidillas", mientras que para otros será un gran logro contar hasta el cinco, algunos más sólo establecerán contacto visual o responderán con un movimiento cuando nosotros contamos por ellos, con lo que sabemos que están interesados. En este sentido, es el adulto quien propone un desafío que el niño poco a poco irá alcanzando. Lo mismo ocurre con los tiempos de atención a la lectura hecha por el adulto: habrá niños que atiendan largo rato o que incluso quieran que se les lean varias historias, pero otros requerirán de mirar constantemente las imágenes, de mantenerse en movimiento o cambiar de actividad.

- Proporcione al niño materiales alternativos que le permitan aproximarse al mundo de distintas maneras: a través del oído, el tacto, la vista, el gusto. Es importante incluir en los materiales aquellos que están en su entorno cotidiano, así como que les permitan diferentes niveles de resolución de las actividades y juegos que se les presentan.
- Disponga de rincones para que el pequeño encuentre ahí siempre sus materiales de juego generando con ello autonomía creciente, pero sin que ello implique la ausencia del adulto, pues su acompañamiento es fundamental.

En este rincón puede haber libros, objetos de la naturaleza, materiales para contar, para clasificar, para armar, materiales para realizar obras artísticas, en fin, con todo tipo de características, cuidando de no introducir materiales pequeños o que pudieran resultar peligrosos para los niños. Cada cierto tiempo incorpore nuevos materiales.

Por último, habrá que recordar que, por encima de sus diferencias, todos los niños requieren de vínculos afectivos significativos que aseguren su desarrollo y aprendizaje, y que es la familia, su escuela y su comunidad quienes en conjunto deben garantizarlos.

## Aprender a convivir

De todos los aprendizajes, éste quizá sea uno de más complejos de lograr en los niños, pues es, precisamente, en el que la influencia de lo que pasa en el ambiente familiar es mayor. Pensemos que, en muchos casos, los niños llegan al jardín de niños con una experiencia de convivencia con sus padres, hermanos y demás familiares, la cual es diferente de un niño a otro. Algunos llegan con problemáticas asociadas a ambientes difíciles, resultado de las dificultades que han enfrentado sus padres o responsables de su cuidado; otros provienen de familias en los que son los hermanos mayores, los menores, los únicos o los de “en medio”, hechos que también influyen en su forma de ser y de actuar; algunos más han sido acogidos por centros de cuidados infantiles; todos con realidades que, a su corta edad, les han hecho aprender formas distintas de relacionarse.

Cuando ingresan a un ambiente escolar, el escenario de convivencia se puede tornar difícil en los primeros meses, pues tienen que compartir con otros niños la atención de un adulto quien, de manera presencial, es la figura que identifican como responsable de su cuidado; además de tener que convivir en espacios comunes, con materiales que también deben compartirse con sus compañeros.

Es normal que al inicio se presenten conflictos relacionados con la convivencia, en los que deberán regular sus emociones y reacciones para poder colaborar y alcanzar logros individuales y colectivos. ¿Cómo se puede ayudar a los niños a alcanzar este objetivo?

Los niños aprenden de las experiencias que viven. Un ambiente de trato cordial, afectuoso y solidario entre los integrantes de la familia es la base para su desarrollo sano y equilibrado en los aspectos físico, intelectual, emocional. Es en casa donde aprenden a pedir con cortesía lo que necesitan y lo que quieren. Es ahí donde aprenden a usar frases amables, como “buenos días”, “por favor”, “con permiso”, “gracias”, “¿me lo prestas?” o “¿me ayudas?”.

Estas herramientas les permitirán establecer relaciones cordiales al poder comunicar sus necesidades y ser escuchados; decir lo que piensan y sienten; poder contar sus experiencias; hablar de sus temores y de lo que les gusta y les entusiasma.

Observe a su hijo en diferentes escenarios, como parques, fiestas infantiles o reuniones familiares, para poder identificar cómo se relaciona con los demás. Puede descubrir cosas que le sorprendan, como que en casa es tímido y reservado y con los demás niños es lo opuesto; esta información ampliará el conocimiento que tiene de su hijo y le permitirá apoyarle de mejor manera.



### Normas claras, relaciones sanas

También en casa aprenden las primeras normas de convivencia familiar, pues se les ha hecho saber qué está permitido y qué no. El niño aprende a ajustarse a ellas si comprende el sentido de las normas, y si se aplican de manera continua y sistemática en un ambiente de respeto, sin violencia o maltrato.



## Preguntas para pensar

- Como padres, ¿qué normas hemos promovido en el hogar?
- ¿Se han platicado con los niños?, ¿se ha escuchado su opinión?
- ¿Todos los integrantes de la familia respetan las normas?

En la familia es necesario que todos conozcan cuáles son las reglas básicas y que éstas se apliquen, siempre con igualdad, entre todos los integrantes, según su edad. El ejemplo es uno de los mejores medios para formar actitudes y valores en los niños; si ellos observan que los demás, especialmente los adultos, no cumplen las reglas, difícilmente las respetarán o crecerán pensando que sólo se acatan cuando así lo quieren o cuando se es pequeño, porque alguien lo ordena y replicarán esa postura en la escuela.

Un ambiente donde hay reglas claras permite que los niños participen gradualmente y en forma progresiva cada vez con mayor confianza; si los niños pequeños aprenden que hay normas claras en casa, podrán comprender por qué son necesarias, y ellos serán los primeros en promover que se cumplan.

Algunos ejemplos de normas son pedir con amabilidad lo que desea o necesita; escuchar y considerar las necesidades de otros; colaborar con las labores familiares; nunca lastimar a alguien o a sí mismo, y si se ha hecho daño, pedir disculpas o buscar cómo repararlo. Un niño que ha aprendido este tipo de actitudes las mantendrá en la escuela y podrá ajustarse a las que el grupo pueda determinar.

Piense que para los niños puede resultar confuso que, existiendo una norma, se aplique sólo cuando papá o mamá lo consideran oportuno. Así puede suceder que un día decidan no aplicar la norma porque “la próxima vez no va a suceder” o porque “pobre, es muy pequeño” o quizá para evitar un berrinche. Este tipo de acciones provocan que los niños reconozcan las normas como algo que no tiene la importancia necesaria como para incorporarlas a su comportamiento.

De igual forma, si se aplican consecuencias desmedidas, se promueve el miedo y el niño aprende algo muy peligroso: a someterse a la autoridad de alguien con cierto poder y autoridad sobre él, lo que lo vuelve vulnerable a los abusos.

¿Qué podemos hacer para ayudar a los niños a observar normas de convivencia familiar y social?

Actitudes que permiten que los niños reconozcan y se apropien de normas para la convivencia	Actitudes que promueven en los niños la desatención a las normas de convivencia
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inicie con algunas cuantas normas en casa que regulen las conductas que más le interese (inicie con tres, no más).</li> <li>• Explique por qué esa norma es importante. Escuche al niño y permítale expresar su opinión.</li> <li>• Dialogue con él y tomen acuerdos sobre qué pasará si no se cumplen las normas, considere consecuencias que no violenten los derechos de los niños y que guarden relación con la norma, por ejemplo, si tiró sus juguetes, deberá recogerlos.</li> <li>• Converse con él para que comprenda que en la escuela también hay normas de comportamiento que debe atender.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saturar el ámbito familiar con normas que son impuestas y no producto del consenso.</li> <li>• No especificar el porqué de la norma ni las consecuencias de no cumplirla.</li> <li>• Aplicarla unas veces sí y otras no.</li> <li>• Cambiar la norma a su conveniencia.</li> <li>• Dar oportunidades una y otra vez.</li> <li>• Ceder a los berrinches.</li> <li>• Minimizar el valor de las normas de la escuela y no convenir en la importancia de las consecuencias.</li> </ul>

Actitudes que permiten que los niños reconozcan y se apropien de normas para la convivencia	Actitudes que promueven en los niños la desatención a las normas de convivencia
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evite hacer comentarios negativos sobre la escuela y sobre las personas que asisten a ella delante de su hijo, ya que esto le puede crear sentimientos contradictorios.</li> <li>• Como adulto, cumpla con las normas que se han establecido en la familia. Si por alguna razón usted no las cumple, esté abierto al diálogo, reconozca el error y la crítica constructiva por parte de su hijo, y haga un compromiso que esté dispuesto a cumplir.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pensar que los adultos de la escuela no pueden ponerle límites, con lo que se desautorizan sus acciones y su capacidad para cuidarlo.</li> <li>• Al no haber coherencia entre lo que los adultos dicen y lo que hacen, se aprende a no cumplir las normas y pierden su valor como aspecto fundamental para la convivencia.</li> </ul>

### Dialogar para resolver los conflictos

Además de permitir al niño comunicarse y expresarse, el diálogo es un medio para relacionarse y aprender con otros, para intercambiar opiniones, lograr entendimiento y solucionar conflictos. Requiere saber escuchar con atención a la persona o personas con quienes se está hablando.

Es necesario apoyar a los niños en el manejo de dificultades de relación interpersonal y de conducta que se presenten, tanto en la escuela como en la familia, y ayudarlos a que aprendan a comunicar con palabras lo que necesitan y desean; a resolver los problemas mediante el diálogo y sin violencia, y a decir "no me pegues" o "no me empujes", estableciendo relaciones cordiales.



Las situaciones de conflicto entre niños son frecuentes, tanto en casa como en la escuela. Si usted presencia un conflicto entre su hijo y un hermano, primo o vecino:

- intervenga en actitud conciliadora;
- sepárelos si están peleando;
- dé tiempo para que pongan en palabras sus sentimientos y que expliquen la causa del conflicto;
- ayude a que propongan soluciones razonables;
- lleguen a algún acuerdo y dele seguimiento para que se cumpla.

Hacerlo así genera en ellos confianza hacia el adulto y aprenden a encontrar alternativas de solución pacífica a los conflictos.

Al mismo tiempo, esta forma de intervenir ayuda al niño a aprender que las palabras permiten entenderse y resolver problemas antes de que lleguen a ser muy graves. Como ya se ha mencionado, el reto real consiste en que usted brinde el ejemplo indispensable para que el niño tome como modelo su forma de proceder. Si ante un conflicto en el ámbito familiar se utilizan gritos o golpes, se lanzan objetos y se ofenden con insultos, es altamente probable que el niño enfrente los conflictos en la escuela de esta misma manera.

A través de la convivencia con otros niños y de las actividades escolares en las que participen, las educadoras van guiando a los chicos para que identifiquen, comprendan y manejen sus emociones; asimismo aprendan a establecer relaciones con los demás en forma respetuosa y solidaria, usando el diálogo, comprendiendo y ejerciendo las normas y acuerdos que se establecen para el trabajo. ¡En esta tarea su apoyo es muy importante!

Usted puede ayudar a su hijo a reconocer sus emociones y aprender a expresarlas sin lastimar o perjudicar a otros; por ejemplo, si se siente enojado o molesto porque algo no salió como él quería, usted puede preguntar: “¿Cómo te sientes?, o ¿te sientes molesto?, o ¿estás enojado por...?, ¿por qué crees que pasó...?”. Evite hacer comentarios como “no te enojas” o “no llores”; escúchelo con atención y dígame que lo comprende, que a veces algo nos provoca enojo y no por ello vamos a golpear o a insultar a la otra persona. Después de un tiempo vuelva a preguntar “¿cómo te sientes?”, verán que su emoción ha cambiado y que es normal sentir enojo, alegría, miedo o tristeza.

Cuando un conflicto sucede en la escuela que confronta al niño con sus compañeros o su maestra, puede suceder que recurra a usted para contarle lo que ha pasado; de su reacción depende en mucho lo que su hijo aprende sobre el respaldo que tienen las normas de la escuela y las formas en que se resuelven los conflictos.



**Actividad.** Imagine que es un día normal en que va a buscar a su hija a la escuela y la niña le dice:

“Mamá, un niño malo me dijo que estoy fea.”

Respuesta 1	Respuesta 2	Respuesta 3
“¿Quién fue, mi amor? No te preocupes, ahora lo voy a regañar.”	“Seguro fue... Espérame que ahora le voy a reclamar a su mamá.”	“Maestra, hay un niño que molesta a mi hija y no veo que usted esté haciendo nada.”
Respuesta 4	Respuesta 5	Respuesta 6
“Déjalo, mi amor, no te juntes con él para que no te esté diciendo cosas.”	“No le hagas caso, si ve que te molesta, más lo va a hacer.”	“Maestra, quiero que esté más pendiente de mi hija porque hay un niño que la está molestando.”

Ninguna de estas posturas permite usar el diálogo para resolver el problema.

Analícemos. ¿Cómo tendría que abordarse el problema? Piense en frases que puede usar y que permitan:

1. Tiempo para que la niña exponga cómo se siente.

\_\_\_\_\_

2. Indagar la causa del conflicto con la niña y el apoyo de la maestra.

\_\_\_\_\_

3. Pedirle a la niña que proponga soluciones razonables.

\_\_\_\_\_

4. Tomar acuerdos con la maestra para dar seguimiento.

\_\_\_\_\_

Los conflictos que surgen en la convivencia diaria pueden llegar a la violencia si no se resuelven mediante el diálogo. Es nuestra tarea permitir que los niños aprendan las formas más adecuadas para convivir con los demás, pues si bien los conflictos siempre existirán, podemos ayudarles desde ahora a abordarlos de una manera constructiva y pacífica.

### Convivir es colaborar con todos

De manera espontánea, los niños están muy dispuestos a colaborar con los demás cuando se les permite hacerlo. Si su niño intenta ayudar a tender la cama, limpiar el piso o la mesa o recoger algo que está tirado, permita que lo haga, de esta manera aprenderá a colaborar y a asumir responsabilidades como integrante de la familia; además, recuerde que en la medida en que realice actividades por sí mismo, tomará conciencia de que puede hacer las cosas y cada vez las hará mejor, con mayor seguridad y eficiencia.

Puede ser que en sus primeros intentos no logre realizar la tarea asignada. Dejar que ayude puede representar un avance lento en relación con el tiempo que le llevaría a usted hacerlo sin apoyo del niño. Pero piense que ese tiempo de más para los niños tiene un valor muy grande, el de poder sentirse útil aprendiendo, al mismo tiempo, a ser corresponsable de una actividad que puede beneficiar a todos.

Inicie con tareas sencillas que se unan a las que otros realizan; por ejemplo, si usted barre la casa, él puede sostener el recogedor de basura; si han ido de compras, pida que le ayude a ordenar los paquetes en la alacena; utilice frases como “te toca poner la mesa...”; luego felicítelo por su ayuda.

Si su hijo no ha tenido este tipo de experiencias, posiblemente se niegue a ayudar en casa a realizar alguna actividad; podría contestar “hazlo tú”, “no quiero” o iniciar la tarea y dejarla sin terminar. Si esto forma parte de una conducta que los demás miembros de la familia realizan, conviene sentarse a la mesa a dialogar y, entre todos, hacer una lista de responsabilidades que cada uno debe cumplir. Cuando dejen las cosas sin hacer o a medio terminar, hágales ver que colaborar para tener un hogar limpio es responsabilidad de todos los que viven en esa casa, y pida que concluyan antes de terminar el día. Sean amorosos pero firmes y no cedan para que se puedan formar hábitos.

En la escuela los niños también deberán colaborar con sus compañeros, para realizar actividades en equipo, cantar, bailar, realizar juegos, hacerse cargo de la limpieza del salón cuando han tomado su refrigerio o realizado una actividad con diversos materiales. En los casos en los que los niños se nieguen a realizar algunas actividades, tenga en cuenta que la educadora le pedirá a su hijo que asuma un compromiso personal con el grupo, con la finalidad de que aprenda a ser corresponsable e integrarse con los demás.

El resultado de una actividad escolar, para la que se ha requerido el esfuerzo y la colaboración de todos, es gratificante; al recordar lo hecho, los niños pueden percibir cómo la suma de los esfuerzos ha logrado el resultado y se motivarán para participar con los demás siempre que sea necesario.



### Preguntas para pensar

- ¿Qué tanto valoro los esfuerzos de mi hijo cuando intenta ayudarme en algo?
- ¿Cuántas oportunidades ha tenido de verme colaborar con otras personas?
- ¿Qué puedo hacer en el hogar que fomente la colaboración de todos?



Usted puede ayudar en este proceso, propicie que su hijo aprenda a establecer cada vez mejores relaciones; que sepa interesarse por los demás; que aprenda a llamarlos por su nombre; que pueda brindar ayuda o cuidado cuando alguien lo necesite; que aprenda a colaborar con uno, dos o más compañeros. Todo esto será posible si el niño es capaz de escuchar con atención y expresar sus ideas. Aprender a trabajar en equipo es algo que contribuirá a tener éxito en la escuela.

### Participar y tomar decisiones con sus compañeros

¿Los niños pequeños pueden tomar decisiones? Parecería que no, "son demasiado pequeños para eso", la noticia es que sí pueden y no sólo eso, ¡deben hacerlo! La toma de decisiones encuentra una importante relación tanto con la participación como con el diálogo, y representa una oportunidad para poner en juego estas capacidades ante situaciones cotidianas. La educación preescolar se relaciona con las oportunidades que tienen los niños para expresar su sentir, razonar su propia decisión y generar seguridad, confianza y autonomía ante los retos que se les presenten.

Lo anterior es necesario, más aún en tiempos en los que la voz de los niños debe ser escuchada y considerada. Ellos deben aprender que pueden expresar su opinión en las cosas que les afectan de alguna manera. Empezar en casa es el camino para que paulatinamente puedan continuar con este necesario proceso de expresión.

Los niños tienen derecho a expresar libremente sus opiniones, a decir lo que piensan, lo que quieren saber, lo que no comprenden aún, y a ser escuchados.

Es importante que usted considere las opiniones de los niños al tomar algunas decisiones, pero también las razones y consecuencias que algunas conllevan; por ejemplo, puede ser que el niño no quiera bañarse, pero eso no puede ser negociable, a menos que tenga una prescripción médica que lo impida.

Decisiones como comer o no, dormir tarde, no ir a la escuela, hacer o no los deberes, tomar un medicamento o ponerle las vacunas al niño son aspectos sobre los que, efectivamente, usted es quien decide, velando por el bienestar de su hijo.

Así pues, no es aceptable llegar al jardín de niños después de faltar una semana porque su hijo no quiere ir a la escuela, pues se contrapone con su derecho a recibir educación y a la obligación que a usted le representa. Pero sí pueden consultar la opinión de los niños en otros aspectos.

Los niños pueden observar problemas dentro y fuera de la escuela; manifestar legítimas preocupaciones sobre el cuidado de la salud o acerca del medioambiente; pueden adentrarse en el análisis de información e identificar alternativas para tomar decisiones y proponer acciones que llevan a cabo en la escuela y en casa con la ayuda de las familias.

En este sentido, será importante insistir tanto en la escuela como en la casa, sobre la necesidad de favorecer que los niños se vean implicados en procesos de diálogo y reflexión sobre las decisiones que han ido tomando de manera progresiva, y que puedan asumir roles y responsabilidades dentro del aula, la escuela y la casa.

En razón de lo anterior es que en la escuela los niños pueden hablar sobre temas que sean de su interés, opinar sobre ellos y tomar decisiones juntos después de valorar las alternativas, pueden hablar sobre las enfermedades, intercambiar ideas sobre cómo se pueden evitar,

participar en una campaña o exposición sobre el tema en el que den a conocer sus ideas, y tomar decisiones para implementar medidas a favor de la salud en la escuela y en la casa.



### Actividad. Tomamos decisiones

1. Diga a su hijo que él podrá opinar sobre qué actividades pueden compartir como familia el fin de semana. Hagan una lista con sus ideas.
2. De cada opción mencionada, expóngale las implicaciones, costos de transporte, alimentos, golosinas o entretenimiento.
3. Hágale ver qué implicaría hacer esa actividad en cuanto a los efectos posteriores.
4. Invítelo a pensar en otras alternativas con menor costo y que le diviertan, como ir al parque cercano, jugar en el campo de béisbol, ir a ver a un familiar o jugar juntos algo que les guste.
5. Voten todos los miembros de la familia y realicen la actividad que haya obtenido la mayor cantidad de votos.

Puede ser que las primeras veces su hijo no se sienta a gusto con la decisión, llore o insista en hacer berrinche para modificarla. Hágale ver por qué no es posible e invítelo a participar en lo que entre todos han decidido. Evite a toda costa cambiar el resultado, pues todo el ejercicio habrá perdido valor y el niño aprenderá que su decisión es más importante que la de los demás.

Para fortalecer el modelo positivo que le dé a su hijo, cuénteles cuando usted asista a una junta en el salón o en la escuela; platíqueles sobre lo que se habló y cómo se tomaron las decisiones; mencione si usted estuvo o no de acuerdo y asegúrese de que entienda que, independientemente de ello, usted se compromete con la escuela y los padres de familia. Así aprenderá a imitar su ejemplo.

Así como usted participa en las asambleas o en actividades para mejorar la escuela, y escucha otras opiniones con las que puede estar de acuerdo o no, y decide colaborar, de la misma manera los niños van enfrentándose a situaciones que la escuela promueve para que tomen decisiones sobre materiales o actividades que prefiere utilizar o realizar; en ocasiones, también se debate sobre problemáticas que se presentan en el salón de clases o en el patio de juegos, para que los niños desarrollen el diálogo, la escucha y la argumentación, y aprendan a resolver problemas colectivos de manera democrática; otro tipo de oportunidades de participación se presentan cuando se hacen asambleas para mejorar la escuela o la comunidad y los niños proponen alternativas de solución, participan y se comprometen.

### Los padres también van a la escuela

Como habrá podido percibir, usted es parte importante de todo este proceso, los alcances que se puedan lograr dependerán de qué tanto se involucre con la educación de sus hijos. Cuando los niños cuentan con el trabajo conjunto entre la escuela y el hogar, el progreso se eleva significativamente. Por ello es necesario que usted forme un equipo con la escuela, la sienta como suya, la cuide y la apoye.



En los últimos años las relaciones entre las escuelas y los padres han tenido algunos puntos de fractura, pues algunos padres exigen a los maestros antes de dialogar sobre lo que necesitan; dispersan rumores que dañan la estructura de la escuela, o se alejan como si se tratara de una institución que no les pertenece.

Ante esto quizá convenga recordar que:



### Preguntas para pensar

- ¿Cómo es el apoyo que brindo a la organización escolar?
- ¿A qué tipo de actividades asisto?
- ¿Cómo es el trato que brindo al personal de la escuela?
- ¿Qué hago cuando algo no me gusta o me incomoda sobre lo que sucede en la escuela?

- La escuela es de la comunidad, a ella le sirve; sus hijos hoy son alumnos y quizá después lo sean sus sobrinos o primos, incluso sus nietos dentro de algunos años.
- Los maestros tienen cargas de trabajo que en muchas ocasiones no son visibles: además de trabajar al cuidado de sus hijos durante las horas en que los reciben, fuera del horario realizan muchas actividades para preparar sus clases, evaluar lo que los niños aprenden, apoyar con las actividades que organiza la escuela y participar en sesiones de mejora profesional e intercambio académico.
- Los directores tienen una responsabilidad muy grande: sobre sus hombros recae la organización de todo el plantel; a ellos corresponde dar seguimiento a lo que los niños aprenden; organizan las actividades con los padres y otras instancias para que la escuela cuente con lo necesario para realizar su función; son el nexo entre padres y madres de familia, docentes y autoridades escolares.

Cada escuela incorpora y promueve formas específicas de participación para establecer vínculos entre el trabajo educativo de la casa y el de la escuela, la buena comunicación entre ambas genera grandes resultados. Recordemos que la escuela por sí sola no puede cumplir con su tarea; requiere la participación de madres y padres, la cual, al mismo tiempo, es un derecho y un deber. Es nuestro deber ayudar y hacer equipo con la escuela.

- Aproveche las actividades que organiza la escuela, como clases abiertas, exposiciones, actividades de lectura, presentaciones artísticas y convivencias para observar cómo se trabaja y de qué manera participa su pequeño. Valore todo el esfuerzo que niños y maestros ponen en la preparación de las muestras y actividades a las que le invitan. Al terminar una actividad a la que usted ha sido invitado, es momento de entablar un diálogo con su hijo sobre lo que hicieron, cómo se prepararon y qué le tocó realizar; felicítelo por comprometerse con su grupo.
- Asista a las juntas y asambleas de padres de familia; participe en los comités de lectura, de seguridad, de salud y otros que tienen como propósito fortalecer la escuela mediante el trabajo de todos. Si queremos que la escuela sea cada vez mejor, se requerirá indiscutiblemente de nuestro compromiso. Recuerde que es parte de los derechos de su hijo el que usted se involucre en los procesos de aprendizaje y colabore con la escuela.
- Hágale saber a la educadora qué experiencias puede usted aportar al trabajo del grupo sobre algún tema en particular: puede contar un cuento, tocar un instrumento musical, charlar sobre alfarería o respecto a cualquier otra actividad de interés para los niños.
- Si tiene algún problema o se siente afectado por algo, plantéelo a la educadora de una manera respetuosa. Si se siente muy enojado, es preferible que espere hasta estar en condiciones de poder dialogar sin ser agresivo. También puede recurrir a la directora, sin embargo, tenga presente que es más conveniente acercarse primero a la maestra de

su hijo, ya que al final con ella es con quien se atenderán las necesidades de los pequeños; si éstas no son atendidas, puede solicitar la mediación de la directora del plantel. Recuerde que usted es un modelo para su hijo y aprenderá a enfrentar los problemas a partir de lo que observe que usted hace.

El mantener relaciones de respeto entre la escuela y la familia será la base para sostener la comunidad escolar de la que todos son parte.

### Cuidar a mi hijo es ver por su bienestar y enseñarle a cuidarse

Cuando los niños empiezan a interactuar en grupos sociales más amplios que la familia, por ejemplo, con vecinos, compañeros de la escuela, niños con quienes se encuentran en fiestas infantiles u otros, se debe promover que desarrollen capacidades para la buena comunicación y el autocuidado.

Por la propia seguridad y desenvolvimiento de los niños, éstos deben aprender cómo vestirse, ir solos al baño, lavarse las manos, desplazarse en la calle de forma segura (en la acera y de la mano de un adulto), así como conocer datos personales que les permitan pedir o brindar ayuda.

Una de las tareas de los padres es cuidar a los niños; otra, quizá más importante aún, es enseñarles cómo cuidarse, en el entendido de que no siempre están con usted. Por ello es necesario que les hable sobre sus derechos, para lo cual hay que comenzar por conocerlos.

Los niños han sido uno de los sectores de la población más vulnerables, porque, por su edad, requieren que las personas y los gobiernos se ocupen de ellos y los protejan. Desde hace varios años, en México y el mundo, se han creado marcos legales cuyo objetivo es asegurar los derechos de los niños a ser protegidos de toda forma de violencia, abuso, discriminación y maltrato, ocasionados por su condición social, cultural, económica, política, familiar o personal.

Los derechos de los niños también son derechos humanos, y por ello son la base para la justicia social y la convivencia pacífica; tienen su origen en la Declaración de los Derechos del Niño (1959) y en la Convención sobre los Derechos del Niño (1989).<sup>1</sup> En nuestro país están plasmados en la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes, y todos debemos conocerlas para estar en las mejores condiciones de cumplir con la responsabilidad de proteger a los niños y velar por su bienestar.

A veces se piensa que hablar sobre derechos de los niños hace que se vuelvan desobedientes o rebeldes, como si los derechos fueran algo que viene a restar autoridad a los padres. Sin embargo, reconocer sus derechos no significa permitir que se hagan caprichosos o autoritarios; por el contrario, significa brindarles las condiciones básicas para que se desenvuelvan y se desarrollen como individuos, y sean capaces de expresar y defender su punto de vista con sus padres, con sus abuelos, con sus maestras, sus compañeros o con quien sea necesario.



### Preguntas para pensar

- Si le preguntan a mi hijo su nombre completo, ¿qué responderá?, ¿sabe cómo se llaman sus padres, cómo contactarlos o cuál es su número de teléfono?



Los derechos de los niños son un conjunto de normas que buscan garantizar su bienestar, se basan en la satisfacción de las necesidades básicas, como estar sano, comer, tener una familia, recibir educación, cariño y protección.

Fueron creados para que, en cualquier lugar del mundo, las instituciones, los gobiernos, las familias, los padres, maestras y educadores tomen acciones para la protección, cuidado y bienestar de los niños, y así lograr que se desarrollen en un ambiente de seguridad física, intelectual y emocional.

<sup>1</sup> Unicef, Convención sobre los Derechos del Niño.



## Preguntas para pensar

- ¿Conozco los derechos de mi hijo?
- ¿Cuáles son?, ¿sobre qué tratan?

En este apartado veremos por qué los derechos humanos son necesarios para la vida en sociedad, y cómo podemos hacer para que, conociéndolos, nos ayuden a formar hijos seguros, respetuosos y más felices.

### Educar desde los derechos humanos

Debemos tratar a los niños como seres humanos dignos de reconocimiento y respeto, no porque sean el futuro de los pueblos, sino porque son personas que, desde el momento de nacer, tienen un valor.

Como ya hemos dicho anteriormente, debemos crear las mejores condiciones de vida para que nuestros niños tengan un desarrollo integral desde la primera infancia. Así, cuando se atiende a niños en edad preescolar, no hay que subestimar su capacidad de aprender. Muchas veces los padres y adultos que conviven con ellos reconocen su inteligencia, pero los



tratan como si por ser pequeños no pudieran comprender. No se trata de dar largos “sermones” al niño, sino de mostrarle —poco a poco y cada vez que la situación lo amerite— cómo reconocer y poner en práctica los valores necesarios para participar en actividades sociales que impliquen relación con otras personas. Por ejemplo, es necesario hablarles de:

- Su derecho a ser respetados y a respetar. Nadie tiene por qué lastimarlos y tampoco debe lastimar a otros.
- La igualdad. Todos tienen derecho a recibir las mismas oportunidades, aunque su aspecto sea diferente en su forma de hablar, color de piel, condición social, económica o de salud.
- La libertad de expresión. Todos merecen ser escuchados y, de la misma manera, niños y niñas deben saber escuchar.
- El derecho a la participación. Niñas y niños tienen el mismo derecho a participar en las actividades y comisiones que se reparten en el grupo y en los equipos.
- La igualdad de género. Niñas y niños pueden jugar juntos a la hora del recreo, porque tienen los mismos derechos.

Los derechos de la infancia se viven en casa, es ahí donde los niños comienzan a aprender si son dignos o merecedores de “buen trato” o no; si pueden expresar lo que piensan, si son escuchados. Es ahí donde empiezan a ver como “normal” ser tratados con violencia o ser tratados con respeto a su dignidad, independientemente de su edad.

Los derechos de los niños<sup>2</sup>

Los niños tenemos derecho de ver a nuestros padres y familia, sin importar si están separados o han tenido dificultades en su relación, siempre que no represente peligro para nosotros.

Tenemos derecho a recibir ayuda de manera prioritaria cuando estamos enfermos; a ir al centro de salud para que nos vacunen y a que nos curen. Tenemos el deber de cuidar nuestro cuerpo y de comer alimentos sanos.

Los niños tenemos derecho a vivir bien, sin miedo, con las personas que queremos y que nos quieren, y tenemos el deber de respetar y cuidar a las personas que queremos.

Tenemos derecho a hablar nuestra lengua, a participar en nuestras fiestas y costumbres tradicionales, y a que las madres y los padres nos los enseñen. Además, debemos respetar las lenguas y costumbres diferentes a las nuestras.

Tenemos derecho a ir a la escuela y a aprender muchas cosas sin que lo impida nuestra condición, situación económica o algún tipo de discapacidad. Las madres, los padres, las maestras y los educadores deben decirnos, con respeto, cuando no hacemos bien alguna cosa y a que nos enseñen a hacerlas mejor.

Tenemos derecho a decir lo que pensamos, y que otras personas, niños y adultos, nos escuchen. Si otra persona dice algo que no nos gusta tenemos que respetarla, porque es su opinión.

Tenemos derecho a que todas las personas nos traten bien y a que nadie nos haga daño. Debemos tratar bien a los otros niños y a todas las personas porque también es su derecho.

Tenemos derecho a descansar, a jugar, a estar con otros niños y niñas, a reír y a disfrutar de espacios en el campo y en la ciudad.

Tenemos derecho a pasear por bosques y campos llenos de flores y sin basura. Tenemos derecho a bañarnos en mares y ríos limpios, a respirar aire sano y a beber agua potable.

Los niños tenemos derecho a que cuiden nuestra identidad; a que no expongan nuestra imagen, rostro ni datos que permita que otras personas nos reconozcan y nos busquen con alguna mala intención.



<sup>2</sup> En este libro se incluyen algunos temas relacionados con el marco de derecho que tienen los niños. Es importante mencionar que no se reproducen de manera integral, por lo que se sugiere que, para obtener mayor información, usted consulte la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes.

## El derecho a vivir en un ambiente libre de violencia

La violencia es un acto que causa daño a otra persona, que la lastima de muchas formas, ya sea ejerciendo poder o retirando algún tipo de beneficio —incluso el afecto—, atentando contra su integridad física, psicológica, sexual o moral, con la intención de someter, dominar o controlar.

En la familia se puede ejercer violencia cuando se golpea, por ejemplo, a un niño, pero también cuando no se le brinda cariño o no se le toma en cuenta. Hablarle con insultos, ponerlo en ridículo, impedir que se desarrolle en forma integral o desatender sus necesidades básicas de alimentación, cuidado y educación son formas en las que se les lastima y, por tanto, se lesionan sus derechos y su desarrollo.

Lo anterior es grave, pues actos que pudieran considerarse como prácticas de crianza cotidiana, hoy se consideran acciones inaceptables desde el punto de vista de los derechos de los niños. Veamos algunos ejemplos:

Forma de violencia	Frases con las que se pueden asociar
Amenazas	"Si sigues haciendo... te voy a dar", "te vas a quedar encerrado si no te apuras."
Aislamiento	"Estoy molesta contigo, ni te me acerques."
Omisión	"Como fuiste grosero, te quedas sin cenar."
Abandono	"Me voy con tu hermano que se portó bien, tú te quedas solo."

Por su tamaño, fuerza y experiencia, los niños son seres vulnerables que no pueden defenderse o encontrar opciones para eludir las agresiones. Por ello debemos evitar toda forma de maltrato en la educación de los niños. Recuerde que las formas violentas de crianza dejan una huella difícil de borrar y sus secuelas permanecen toda la vida.

Cuando un niño se siente querido, aceptado y valorado, porque se le reconocen sus cualidades y se le hacen ver sus errores con cariño, comprensión y paciencia, aprende a tratar con respeto a los demás. Si, por el contrario, se le trata con rudeza, burla, desaprobación o menosprecio, pensará que no es valioso, que no puede hacer bien las cosas y mostrará las mismas actitudes agresivas hacia sus compañeros y hacia otras personas.

Los conflictos que surgen en la convivencia diaria pueden llegar a la violencia si no se resuelven mediante el diálogo y de manera pacífica. Cuando hay niños pequeños en casa la situación se torna más compleja pues ellos necesitan jugar, moverse, desplazarse, entre otras actividades, y esto a veces desespera a los padres si no saben cómo educarlos y encauzar su energía, o si no se ponen de acuerdo respecto a su educación, pueden cometer actos de violencia y maltrato, ya sea físico o verbal.



### Actividad. El violentómetro

En el termómetro de abajo rellene un espacio cada vez que se identifique con una de las acciones que se mencionan a continuación. Ése será el *violentómetro* que lo representa. Recuerde que este ejercicio, como muchos de los que ha realizado en este documento, es de uso personal, por lo que no tiene que compartirlo con nadie si así lo considera.

YO...

<input type="checkbox"/>	He insultado a mi hijo	<input type="checkbox"/>	Me he burlado de él
<input type="checkbox"/>	Lo he tratado con dureza	<input type="checkbox"/>	Lo he golpeado
<input type="checkbox"/>	Lo he amenazado	<input type="checkbox"/>	Lo he dejado solo
<input type="checkbox"/>	Lo he rechazado	<input type="checkbox"/>	Lo he privado de algún alimento saludable como castigo
<input type="checkbox"/>	Lo he obligado a hacer cosas que le hacen sentir mal	<input type="checkbox"/>	Lo he agredido con pellizcos, jalones, golpes o empujones

Un insulto o un golpe que aparentemente resuelve el problema puede tener consecuencias negativas, tanto en la vida de los niños como en la de los adultos, quienes experimentan sentimientos de culpa cuando se dan cuenta de que la violencia causa resentimiento y fractura las relaciones.

Si usted detecta que está realizando prácticas violentas con su hijo, es momento de detenerse y pensar en lo que ha leído. ¿Realmente quiere dejar una huella en ellos tan difícil y dolorosa que permanezca toda su vida? Si lo necesita, acérquese a la escuela, hable con alguien del personal que le genere confianza; ellos le orientarán sobre cómo obtener ayuda.

Vale la pena mencionar que una de las formas más comunes en que se ejerce la violencia contra los niños es cuando presencian eventos como discusiones entre las personas, o episodios en los que están en medio de los problemas de los adultos.

Formas comunes de violencia son cuando los niños viven relaciones familiares conflictivas o experimentan situaciones de abandono, de agresión o de aislamiento; además, se les expone a sufrir abuso o maltrato por parte de otras personas.

Algunas veces los padres de familia manifiestan temor de que sus hijos reciban malos tratos en la escuela, ya sea por parte de sus maestros o de sus compañeros. Si eso ocurre, platicuen con la educadora y háganle saber, con tranquilidad y confianza, cuáles son sus temores. Al respecto, es importante que usted sea consciente de que, en lo que se refiere a los niños:





- Es normal que se presenten algunos conflictos; de hecho, que sucedan da oportunidad de poner en práctica formas de resolverlos que involucren a los alumnos.
- El primero en reaccionar cuando es agredido debe ser el niño, y para ello es necesario que haya aprendido a comunicarse con la maestra para poder decir lo que le ha pasado. Piense que si se trata de un evento que sucedió en el recreo, difícilmente la educadora podría saber de ello si no hizo guardia donde estuvo su hijo; otras maestras pueden no conocerlo y estar atendiendo a algún otro pequeño. No se trata de deslindar a la escuela de culpa alguna, sólo de reflejar la realidad que representa tener a muchos niños jugando en el patio.
- Por ello es necesario ayudarlos a desarrollar habilidades básicas de comunicación y de relación con los demás, que sepa identificar sus propias necesidades (desde lo más básico, como tener sed, hambre o sueño, hasta otras como algún dolor, alguna molestia o alguna duda o preocupación por resolver algo), y comunicarlas en el momento, que es cuando se puede intervenir con mayor efectividad.

### El derecho a vivir en un entorno sano y seguro

La familia, específicamente las madres y los padres, tienen la responsabilidad de asegurar que los niños crezcan en un ambiente sano en el que sean atendidos y respetados, donde se sientan seguros y amados, y donde se estimule el desarrollo de sus capacidades de comunicación, de movimiento, de juego, de pensamiento y de relación con otros. Además, deben garantizar que los niños vivan en un ambiente que no los exponga a sufrir algún tipo de accidente o de abuso.

#### *Prevenir accidentes*

Un alto porcentaje de los accidentes que sufren los niños —algunos de graves consecuencias— suceden en la casa. Muchos de ellos ocurren porque no se toman las medidas preventivas para hacer del hogar un lugar seguro, y otros porque los niños no reciben la atención suficiente por parte de los adultos.

¿Ha identificado qué lugares u objetos de la casa pueden poner en peligro a su hijo? ¿Ha platicado con él acerca de cómo prevenir accidentes, evitando, por ejemplo, jugar a abrir y cerrar puertas, acercarse a la estufa, fogones o calentadores cuando están encendidos? ¿Ha platicado del peligro de introducir objetos a su boca, oídos y nariz o correr con los pies mojados? Muchos riesgos se pueden prevenir en casa:

- La participación de los adultos puede prevenir los accidentes si se modifican espacios, objetos y acciones que representen un riesgo para los niños.
- Platicar con los niños y promover en ellos su capacidad para distinguir situaciones de riesgo y tratar de evitarlas.

Los niños aprenden a prevenir riesgos y peligros si se les explica qué puede pasar cuando se hacen ciertas cosas y cómo les pueden afectar. Esto resulta más efectivo que escuchar un tajante “no lo hagas”. Para ello es importante que comprendan las razones por las cuales deben evitar esas acciones.

### *Prevenir el abuso infantil*

Para que los niños puedan ser protegidos y defendidos contra el abuso, deben aprender a identificar cuando se sienten cómodos o incómodos ante algo o alguien; y también es necesario que aprendan a decir “no” cuando algo no les gusta o si están en una situación en la que se sienten en riesgo.

La mayoría de los abusos que se comenten en contra de los niños los ejercen los familiares o gente cercana a la familia, no sólo los extraños. Por ello es importante que usted:

- Evite obligar al niño a manifestar su afecto, físicamente, si no quiere hacerlo. Este tipo de acciones le enseña a obedecer a la autoridad a pesar de sentirse incómodo, y es una condición que puede utilizar un abusador.
- Hable sobre su cuerpo, use los nombres convencionales que tienen todas sus partes; utilizar sobrenombres también es un factor de riesgo pues puede confundirlo y llevarlo a acceder a participar en actividades de exposición física.
- Ayúdelo a identificar que en el cuerpo hay partes privadas que nadie debe tocar, sólo él mismo y algunas personas en situaciones específicas: quien está a cargo de su cuidado o un médico cuando se tienen padecimientos de salud que afectan esas áreas. Enséñele, cuanto antes, a asearse solo, para reducir prácticas que puedan exponerle.
- Platique con él sobre lo que le pasa y cómo se siente; dele la confianza necesaria para que le comparta lo que vive; esté atento a los cambios que pueda notar en su conducta, y busque ayuda si detecta que algo no está del todo bien.

Cuando detecte que su hijo muestra conductas que llamen su atención, hable con la maestra para que tanto ella como usted estén atentos. Traten de encontrar las causas que provocan dichas conductas y acuerden acciones de apoyo al niño. El apoyo y el aliento que los padres dan a sus hijos, así como la colaboración entre la familia y la escuela mejoran el desarrollo y la educación de los niños.

Sea muy consciente de los peligros que puede correr el niño y nunca piense que “no le va a pasar”. No es el propósito hacerle vivir en una incertidumbre constante o en un afán protector que también lastime al niño y su desarrollo, sino hacer énfasis en que el conocimiento de esas realidades le permitirá evitar dificultades.

Prevea desde el inicio del ciclo escolar quiénes serán las personas autorizadas para retirar a su hijo de la escuela. Indague el protocolo de la escuela en este tema y ajústese a él.

Si en algún momento necesita que alguien más asuma esa responsabilidad de recoger al niño, dé previo aviso por escrito y entienda el recelo que pueda tener el personal docente para ceder ante solicitudes hechas al momento. Considere que las autoridades de la escuela actúan cuidando el bienestar de su hijo.



### Actividad. La clave secreta

- Si una persona distinta a la usual debe recoger al niño, comparta con su hijo una clave secreta; es decir, una contraseña divertida que esa persona deberá decir al momento de recogerlo. Cambie la clave periódicamente y no permita que la olvide. Esto ayudará a que el niño reconozca cuando alguien cuenta con el permiso para llevarle a casa.
- También puede usar esta clave cuando el niño, estando frente a otras personas, o en una casa o lugar ajeno, no se siente cómodo. Dialogue en confianza con el niño para entender las razones de su petición. Nunca subestime un pedido de ayuda o una queja de abuso de su niño.

Para saber más sobre la importancia de conocer las medidas para prevenir el abuso infantil, usted puede consultar la *Guía para prevenir el maltrato infantil en el ámbito familiar* en:

<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Gu%C3%ADa%20para%20la%20prevenci%C3%B3n%20del%20maltrato%20infantil%20en%20el%20%C3%A1mbito%20familiar..pdf>



### Frenar la discriminación

Cuando los niños asisten a la escuela por primera vez, se encuentran con personas y situaciones que pueden ser diferentes a las conocidas hasta entonces en su entorno familiar. Mediante estos encuentros con lo nuevo y lo distinto, los niños aprenden que pueden relacionarse de diferentes maneras y así desarrollan sus capacidades de comunicación y de interacción.

Platique con su hijo sobre lo que observa en su grupo escolar, cómo participan sus compañeros y cómo lo hace él; evite los juicios de valor y enséñelo a ver que las personas tienen diferentes necesidades, puntos de vista, culturas y creencias, y que deben ser tratadas con respeto. Anímelo a establecer relaciones de amistad con todos, sin importar prejuicios sobre las características de sus compañeros.

En casa, esto puede atenderse siendo siempre sensibles a las diferencias que hay entre los familiares o personas del entorno inmediato. Evite las expresiones que denoten desprecio hacia los demás, pues no sólo son dolorosas para quien las recibe, sino que hacen que su hijo vaya perdiendo la nobleza que caracteriza a los niños.



En la familia, los niños aprenden y asumen formas de ser, sentir y actuar que son consideradas como femeninas o masculinas por la sociedad. En la convivencia que se da entre los miembros de la familia, los niños, desde muy pequeños, empiezan a apropiarse de ciertas ideas y formas de trato hacia los demás; por ejemplo, si en una familia hacer la comida o limpiar la casa se asume como “cosa de mujeres”, es muy probable que ellos aprendan ese comportamiento y quizá en su vida adulta continúen reproduciendo esa forma de adjudicar las responsabilidades entre hombres y mujeres, lo que no beneficia a nadie.

Es necesario que usted reflexione sobre el tipo de educación que desea para su hijo; que sepa qué le ofrece la escuela, lo que le interesa a su hijo y en cuáles habilidades requiere mayor apoyo para encauzar sus esfuerzos educativos y de formación.

Propicie que en casa se hable sobre estos temas con la mayor frecuencia posible, tanto si su hijo es hombre o mujer, de tez morena o clara, de un grupo étnico distinto al de la mayoría o no; debe comprender que las personas tienen un valor igual; esto permitirá que todos vivamos en una sociedad más justa, humana y mejor.



Todos los niños tienen los mismos derechos sin importar su color de piel, idioma, sexo, religión. Significa que a un niño o una niña no se le puede apartar, señalar o discriminar por ser diferentes.



## Preguntas para pensar

- ¿Qué ideas tengo sobre lo femenino y lo masculino?
- ¿Cuáles de ellas transmiten a mi hijo la idea de que un niño es superior a una niña?
- ¿Cuáles oportunidades doy para que perciba que todas las personas tienen los mismos derechos que él y por ello es su responsabilidad respetarlos?

Para saber más sobre la discriminación y sus consecuencias, usted puede consultar los cuentos de *Kipatla* en: <http://recursoseducativosdigitales.sep.gob.mx/preescolar/sitio/CONAPRED-KIPATLA/>



Palitos de colores, fotografía de Oswaldo Ruiz.



## Preguntas para pensar

- ¿Qué papel otorgo a los medios electrónicos en la educación de mi hijo?
- ¿Cuánto tiempo pasa mi hijo viendo programas de televisión, o jugando con el teléfono celular u otro dispositivo electrónico?
- ¿Cuánto tiempo dedico yo o los adultos que me ayudan a cuidar a mi hijo al uso de estos dispositivos electrónicos?

## El uso de dispositivos electrónicos

En la actualidad, además de la televisión, que está presente en la mayoría de los hogares, se ha extendido, considerablemente, el uso de herramientas tecnológicas que permiten la comunicación. Muchos niños pequeños conocen el teléfono celular, la tableta electrónica y la computadora; no sólo porque ven a otras personas utilizándolos, sino porque ellos mismos comienzan a ser usuarios de estos dispositivos.

Al respecto, los padres son un modelo de comportamiento y ejercen influencia directa en la formación de sus hijos. Actualmente, las llamadas redes sociales ocupan gran parte del tiempo de jóvenes y adultos, ya sea por motivos de trabajo, de convivencia social o de entretenimiento, lo cual resta tiempo y atención a los niños pequeños e incluso a otros miembros de la familia.

Si bien es cierto que los niños pueden desarrollar habilidades con el uso de estos dispositivos, como están en proceso de desarrollo intelectual y social, no es conveniente ni recomendable dejarles la responsabilidad de seleccionar información. La elección del tipo de contenidos, de los programas o videos que ven, así como de los juegos que descargan, es responsabilidad de los padres.

En muchos hogares los teléfonos celulares y las tabletas se han convertido en los "juguetes" preferidos de chicos y grandes; incluso muchos padres y madres tienden a usarlos como un medio para mantener quietos y entretenidos a sus hijos.

Es necesario ayudar a los niños a comprender que los dispositivos electrónicos digitales no son sólo un recurso para el entretenimiento, sino herramientas para trabajar, para buscar información y ayudar a resolver problemas de la vida cotidiana. Algunas sugerencias útiles al respecto son las siguientes.



### Establezca hábitos sanos de consumo desde el comienzo

No se sienta presionado para usar de inmediato la tecnología con sus hijos. Los niños que están en crecimiento necesitan aprender de los adultos las formas de convivencia que los ayuden a desarrollar habilidades básicas, como el lenguaje oral, corporal y escrito, con el fin de poder integrarse en ambientes sociales diversos. Sea usted un buen ejemplo y promueva el diálogo y la comunicación directa, frente a frente, entre los miembros de la familia.

Si los niños dedican tiempo a ver programas de televisión, usar un juego digital o ver algún video, elíjanlo juntos y dialoguen sobre su contenido: “¿Qué le pareció divertido?, ¿qué le pareció interesante?, ¿hubo algo que le costó trabajo entender?”.

Es responsabilidad del adulto saber qué es lo que ven y a qué juegan los niños a través de estos dispositivos, pues ellos aún no tienen la capacidad de discernir sobre lo adecuado del contenido; sólo se sienten atraídos por el colorido, las imágenes y los sonidos.



**Evite que su hijo pase tiempos prolongados viendo televisión u otros medios digitales.** Los niños que pasan horas frente a estos dispositivos reducen notablemente su actividad física, la convivencia con otros niños y el juego al aire libre, tan necesarios para su sano crecimiento. En esta etapa de la vida de los niños, la convivencia con su familia, la posibilidad de conocer a otros niños e interactuar con ellos (jugar, conversar, aprender a compartir, externar sus acuerdos y desacuerdos) son experiencias prioritarias para el desarrollo de sus habilidades de razonamiento, comunicación y socialización.

El uso razonado y crítico, con reglas claras, de los medios digitales para los múltiples propósitos sociales a los cuales sirven será un aprendizaje al cual accederán los niños en la medida en que los adultos les ayudemos, conforme avancen en su escolaridad. Así, aprenderán a buscar información, discriminarla y utilizarla de manera adecuada.

Algunos programas de televisión o juegos de video transmiten contenidos violentos que atemorizan a los niños, quienes, en ocasiones, tienden a imitar comportamientos que ven en los personajes de la pantalla. Esto puede acentuarse si se les deja solos frente a la televisión o a la computadora, pues no tienen con quién dialogar sobre lo que observan, y así no desarrollan habilidades para la comunicación ni aprenden a resolver diferencias a través del diálogo.

### Acciones que contribuyen a prevenir riesgos

A continuación, se presentan algunos riesgos para la integridad y el bienestar de los niños, así como sugerencias para brindar protección, fundamentalmente, como educadores responsables de la crianza y educación de los menores.

Riesgos	Acciones que contribuyen a la prevención
Accidentes domésticos, escolares y de tránsito	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar riesgos en la casa, como objetos pequeños que puedan meterse en la nariz o en la boca: las pilas que se quedan en juguetes o medicamentos al alcance de los niños. Hay que observar los lugares donde se mueven los niños y reducir los riesgos en la medida de lo posible.</li> <li>• Conocer y respetar las normas para andar en la calle, y aprender a estar atentos.</li> </ul>
Trastornos alimentarios, obesidad y sobrepeso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adoptar hábitos saludables en la familia.</li> <li>• Evitar las golosinas como premios o como una obligación cada vez que salen a la calle.</li> <li>• Conocer qué alimentos ayudan a crecer saludables.</li> <li>• Identificar qué alimentos provocan tendencia a la obesidad.</li> <li>• Respetar horarios para tomar sus alimentos.</li> <li>• Promover la actividad física y los juegos al aire libre.</li> </ul>
Maltrato infantil	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escuchar a los niños y promover el diálogo.</li> <li>• Enseñarles a identificar formas de maltrato y saber decir “no” cuando alguien los agrede; por ejemplo, “no me pegues”, “no me pellizques”, “no me digas..., me llamo...”.</li> <li>• Encontrar las diferencias entre el buen trato y el mal trato, ya sea en un cuento, en una película o en experiencias vividas.</li> <li>• Educar a sus hijos con el ejemplo, brindando un trato de respeto y cordialidad.</li> </ul>
Riesgos en internet: Contenidos inadecuados Contacto con adultos que busquen algún tipo de contacto sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acompañar a los menores en el uso de equipos digitales.</li> <li>• Asumir la responsabilidad compartida entre hermanos mayores, tíos y otros jóvenes y adultos que conviven con los pequeños, para enseñarlos a usar los equipos en forma “responsable”.</li> </ul>

## A manera de final

Ahora que su hijo ha iniciado este periodo de escolaridad, muchas cosas sucederán y algunas de ellas exigirán de todos, adultos y niños, flexibilidad y voluntad para aprender. Seguramente, conforme pase el tiempo, usted podrá notar cambios en su hijo, en su personalidad y en sus acciones; quizá lo note más desenvuelto o parlanchín, e incluso llegará a cuestionarle sobre algunas decisiones. Ocurre que, al conocer a otros niños y al entrar en contacto con los adultos de la escuela, su mundo se ampliará, su lenguaje avanzará rápidamente y adquirirá mayor autonomía física, emocional y mental.

Tome todo esto como un buen indicio, pues poco a poco se dará cuenta de que asistir a preescolar es mucho más que ir a aprender números, colores o algunas canciones. En preescolar, los niños se inician en otros aprendizajes como ser cada vez más independientes, interesados en cómo funciona la naturaleza, en los elementos de su cultura y en las relaciones interpersonales. Además, aprenden sobre la necesidad de ser responsables y respetuosos con ellos mismos, con las demás personas y con su entorno.

En el *Libro para las familias* se ha enfatizado especialmente el reconocimiento y protección de los derechos de la infancia. En este sentido, es esencial el compromiso de la familia para crear una atmósfera donde las relaciones interpersonales fomenten la igualdad entre hombres y mujeres, el respeto por la dignidad de las personas, la libre expresión y participación de los niños, así como la convivencia pacífica.

Para asegurar una educación integral que incorpore todas las facetas del desarrollo de un niño pequeño, resulta necesario crear alrededor de los niños un clima familiar de aceptación y seguridad, de acompañamiento cariñoso y sensible. Esto significa que en la familia se promuevan hábitos de higiene, de alimentación sana y de activación física, y se garantice la protección de los niños frente al maltrato y los abusos físicos y mentales, previniendo riesgos presentes en su entorno y fomentando en los pequeños medidas de autoprotección y cuidado, siempre de acuerdo con sus capacidades.

También implica, por ejemplo, valorar los logros de su hijo, lo que ahora puede y sabe hacer en relación con lo que podía hacer antes. No lo compare con otros niños; al contrario, sorpréndase al darse cuenta de cuánto ha aprendido y cuánto ha crecido. Imagine también sus posibilidades, pues las expectativas positivas que las personas cercanas tienen sobre el niño resultan ser un motor importante que influye en su presente y su futuro.

Piense en ese futuro y dedique esta última actividad del libro para escribirle a su hijo una nota de aliento o iniciar un diario de vida, donde incluya anécdotas, dibujos, fotos y experiencias de su infancia que hayan marcado de manera gozosa a su pequeño y a la familia. Será un regalo valioso que su hijo podrá conservar cuando sea mayor y, con seguridad, lo alentará a seguir alcanzando sus metas.

Para saber más sobre cómo promover una convivencia familiar sana y conocer otras actividades que fomenten el aprendizaje de sus hijos, consulte el portal de la SEP *Aprende en Casa* en: <https://aprendeencasa.sep.gob.mx>, y dé clic en “Educación preescolar” o en la sección “Madres y Padres” que se encuentra en la parte superior de la página.





## Bibliografía

- Bassedas, E. et al. (2008). *Aprender y enseñar en educación infantil*, Barcelona, Graó.
- Bodrova, E. y D. J. Leong (2004). *Herramientas de la mente*, México, SEP-Pearson Prentice Hall.
- Bonafé, M. (2008). "Libros y lectura: ¿por qué comenzar con los más pequeños?", en *Cero en Conducta* 23 (56). Leer y crecer con los más pequeños, pp. 11-22.
- Burns, M. S. et al. (eds.) (2000). *Un buen comienzo. Guía para promover la lectura en la infancia*, Alma Carrasco y Leonor Vargas (adapt.), México, SEP-Fondo de Cultura Económica (FCE).
- Elkin, D. (2004). *La educación errónea. Niños preescolares en peligro*, México, FCE.
- Evangelista, M. A. (2008). "Dar de leer", en *Cero en Conducta*, 23 (56), pp. 99-104.
- Fuenlabrada, I. (2009). *¿Hasta el 100?... ¡No! ¿Y las cuentas?... ¡Tampoco! Entonces... ¿Qué?*, México, SEP.
- Fuentes, M. L. y S. Arellano (2019). *Índice de los derechos de la niñez, 2018*, México, Programa Universitario de Estudios del Desarrollo UNAM, Colección Infancia: derechos y contexto.
- Schmill, V. (2008). *Disciplina inteligente en la escuela. Hacia una pedagogía de la no-violencia*, México, Producciones Educación Aplicada.
- Secretaría de Educación Pública (2004). *Programa de Educación Preescolar*, México, SEP.
- \_\_\_\_ (2010). *Descubrir el mundo en la escuela maternal. Lo vivo, la materia y los objetos*, México, SEP.
- \_\_\_\_ (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Educación preescolar. Plan y Programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación*, México, SEP.
- \_\_\_\_ (2018). *Libro para las familias. Educación preescolar*, México, SEP.
- \_\_\_\_ Centre National de Documentation Pédagogique (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Educación preescolar. Programa de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación*, París-México, SEP.
- Unicef (2018). *10 derechos fundamentales de los niños por Quino*, Unicef América Latina y el Caribe.

## Referencias electrónicas

- Comisión Nacional de los Derechos Humanos (s.f.). *Derechos de las niñas, niños y adolescentes*. Disponible en <http://www.cndh.org.mx/derechoshumanos/derechos-de-las-ninas-ninos-y-adolescentes> (Consultado el 4 de junio de 2020).
- Comisión de Derechos Humanos del Estado de Yucatán, Secretaría de Educación del Gobierno del Estado de Yucatán (2018). *Manual para niñas y niños que quieren aprender derechos humanos*. Disponible en [http://www.educacion.yucatan.gob.mx/multimedia/publi/190531\\_ManualNNDH.pdf](http://www.educacion.yucatan.gob.mx/multimedia/publi/190531_ManualNNDH.pdf) (Consultado el 4 de junio de 2020).
- Consejo Nacional Para Prevenir la Discriminación. *Kípatla. Para tratarnos igual*, colección de cuentos infantiles. Disponible en [https://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=pagina&id=526&id\\_opcion=668&op=668](https://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=pagina&id=526&id_opcion=668&op=668) (Consultado el 4 de junio de 2020).
- Medina, Vilma (2019). *10 derechos fundamentales de los niños*. Disponible en <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/derechos-del-nino/10-derechos-fundamentales-de-los-ninos/> (Consultado el 4 de junio de 2020).
- Save the children (s. f.). "Los derechos de los niños, explicado para niños", en *Save the children.com*. Disponible en <https://www.savethechildren.es/trabajo-ong/derechos-de-la-infancia/convenccion-sobre-los-derechos-del-nino/version-ninos> (Consultado el 4 de junio de 2020).
- Secretaría de Salud (2016). *Dormir es una actividad cotidiana, pero vital*. Disponible en <https://www.gob.mx/salud/articulos/dormir-es-una-actividad-cotidiana-pero-vital> (Consultado el 16 de octubre de 2018).
- Unicef (1989). *Convención sobre los derechos del niño*, Unicef Comité Español. Disponible en [https://www.unicef.org/convenccion\(5\).pdf](https://www.unicef.org/convenccion(5).pdf) (Consultado el 4 de junio de 2020).
- \_\_\_\_ (2017). *Cuaderno de protección*, Unicef Comité Español (Guías de Educación en Derechos y Ciudadanía Global de Unicef). Disponible en <https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/comunicacion/GUIAPROTECCION.pdf> (Consultado el 4 de junio de 2020).
- \_\_\_\_ (2018). *Participación Infantil en los Centros Escolares*, Universidad Autónoma de Barcelona y Unicef Comité Español. Disponible en <https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/comunicacion/Participacion.pdf> (Consultado el 4 de junio de 2020).

## Créditos iconográficos

**p. 9:** baile Flor de piña, fotografía de Rodrigo Jardón; **p. 11:** niño jugando, Pixabay 1465534; **p. 12:** niños jugando, fotografía de Raúl Barajas/Archivo iconográfico DCME-SEB-SEP; **p. 15:** niño lavando sus dientes, fotografía de Shana, bajo licencia CC BY-NC-ND 2.0; **p. 16:** fotografía de Martín Aguilar Gallegos/Archivo iconográfico DCME-SEB-SEP; **p. 18:** madre despidiendo a su hija, fotografía de Oswaldo Ruiz; **p. 19:** escuela, fotografía de Hugo González/ACME Producciones/USAID, bajo licencia CC0; **p. 21:** (arr. der.) niño con bloques de plástico, Pixabay 1864718; (arr. izq.) niño jugando con plastilina, Pixabay 1814187; (centro izq.) pequeña lectora, foto de Melani, bajo licencia CC BY-NC 2.0; (centro der.) niño jugando con plastilina, Pixabay 2002917; (ab.) niño con crayolas, FreemImages.com 1541290; **p. 25:** fotografía de Martín Aguilar Gallegos/Archivo iconográfico DCME-SEB-SEP; **p. 26:** fotografía de Martín Aguilar Gallegos/Archivo iconográfico DCME-SEB-SEP; **p. 28:** listado con escritura de niños, fotografía de La Caja de Cerillos Ediciones; **p. 30:** Colegio Jean Piaget, bajo licencia CC BY-NC 2.0; **p. 32:** (arr.) madre jugando con su hijo, fotografía de Oswaldo Ruiz; (ab.) familia admira los peces, fotografía de Salatiel Barragán Santos; **p. 34:** gente de Yucatán, fotografía de Joan Nova, bajo licencia CC BY-NC-ND 2.0; **p. 36:** (arr.) niño, Pixabay 1727274; (ab.) niñas dibujando, fotografía de Salatiel Barragán Santos; **p. 37:** niña, Pixabay 3194978; **p. 40:** niño con equipo para patinar, Pixabay 4365136; **p. 41:** familia paseando, Pixabay 5236080; **p. 43:** amigos, fotografía de Spencer Presley, bajo licencia CC BY-NC 2.0; **p. 45:** consolando, Banco de imágenes y sonidos, Instituto de Tecnologías Educativas, Ministerio de Educación, España, bajo licencia CC BY-NC-SA 3.0 ES; **p. 47:** niño en jardín, Pixabay 3335400; **p. 49:** maestra con padres de familia, fotografía de Oswaldo Ruiz; **p. 52:** niños de la Costa Chica, Guerrero, fotografía de Salatiel Barragán Santos; **p. 56:** manos de padre e hijo, © KonstantinChristian/Shutterstock.com; **p. 58:** fotografía de Leticia Adriana Rodríguez Trejo; **p. 60:** fotografía de Martín Aguilar Gallegos/Archivo iconográfico DCME-SEB-SEP; **p. 61:** niña con laptop, Campeche, fotografía de Salatiel Barragán Santos.

Distribución gratuita  
Prohibida su venta



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



9 786075 513980