

# momentos extraordinarios en familia

¡Hola familias!

Aquí encontrarán maneras de redescubrir la vida cotidiana, de activar los oídos, los ojos, las palabras y las ideas curiosas para jugar y explorar en familia.

Seguramente descubrirán que al incluir canciones, preguntas o pausas a las acciones que hacen todos los días están fortaleciendo el desarrollo y el aprendizaje de las niñas y los niños.

*¡En el hogar podrán vivir momentos extraordinarios en familia!*

No duden en compartir sus descubrimientos, propuestas y preguntas con otras familias y con la profe o el profe.

Para empezar a usar este kit de Momentos **extraordinarios** es importante que vayan a la hoja de recortables "ruleta" y la armen en familia para empezar a explorar, jugar, crear o leer en familia.

Podrán elegir qué hacer cada día, contando con diversas posibilidades, ya que cada hoja se transforma en algo extraordinario:

**Las experiencias** para explorar en familia les brindan sugerencias de actividades sencillas para hacer juntos.

**El cancionero** para jugar con las palabras les regala momentos en familia llenos de juegos de palabras y amor.

**Las hojas recortables** para jugar y crear les permitirán construir juegos divertidos para hacer en familia.

**Y con los libros** para leer juntos podrán dedicar un rato al día para acercarse a la literatura y disfrutar de las historias y la imaginación.

La cotidianidad se puede volver **extraordinaria** en familia, no dejen de sorprenderse con las maravillosas habilidades de las niñas y los niños.



## Experiencias

para explorar en familia

## Cancionero

para jugar con las palabras,  
el sonido y el movimiento

## Recortables

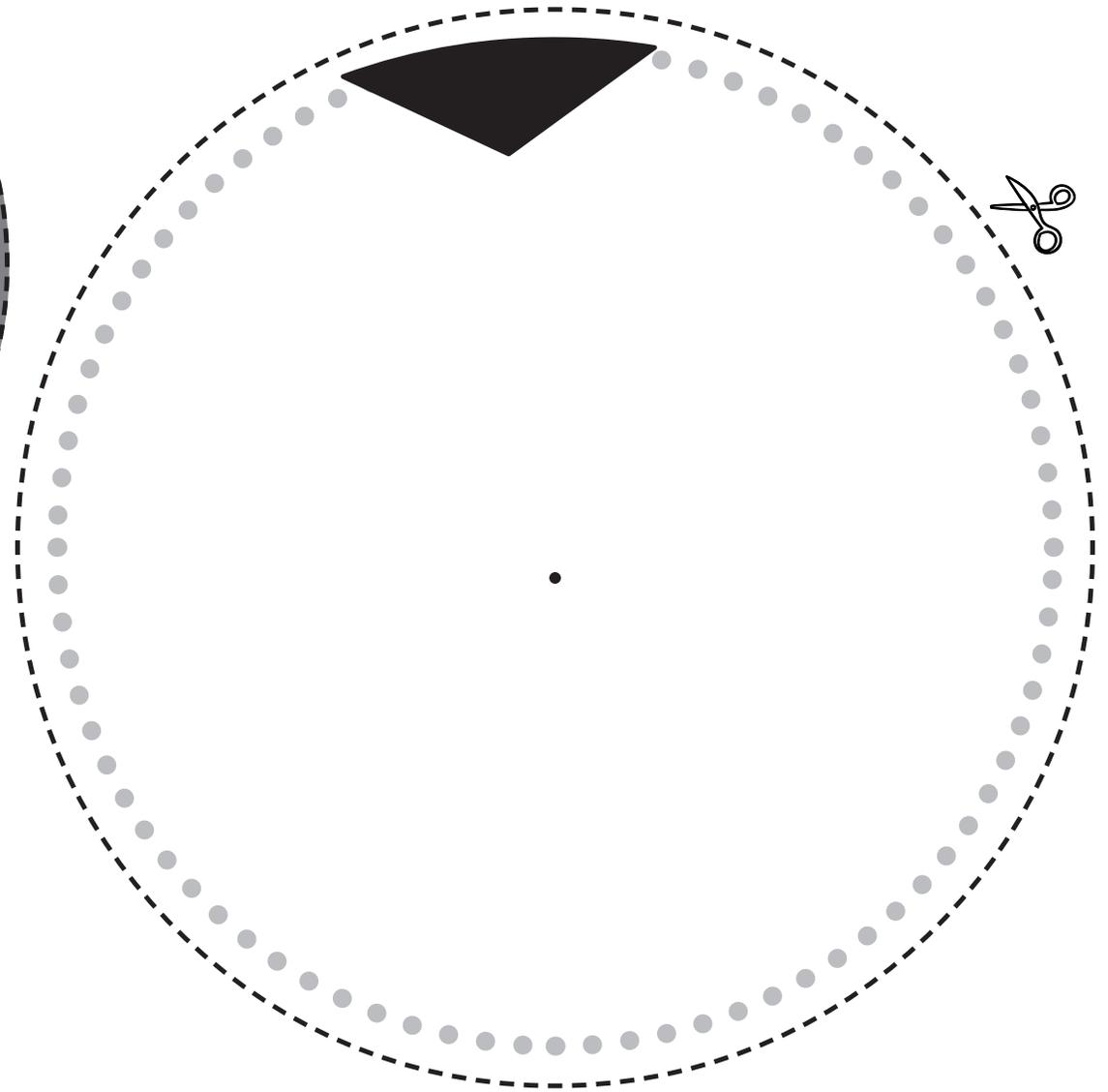
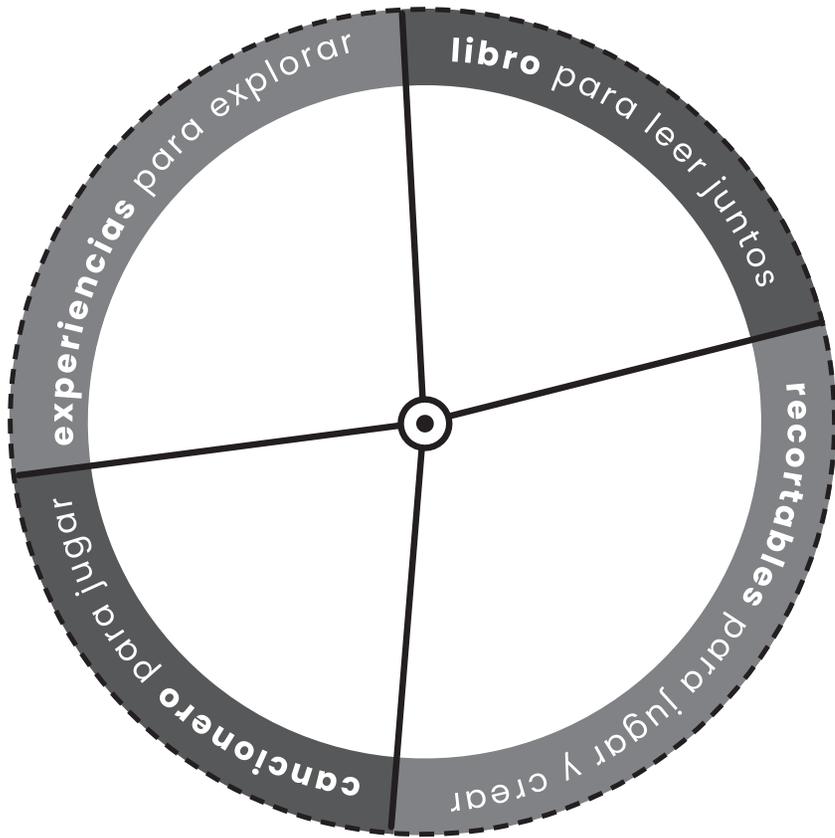
para jugar y crear

## Instrucciones

para armar el kit

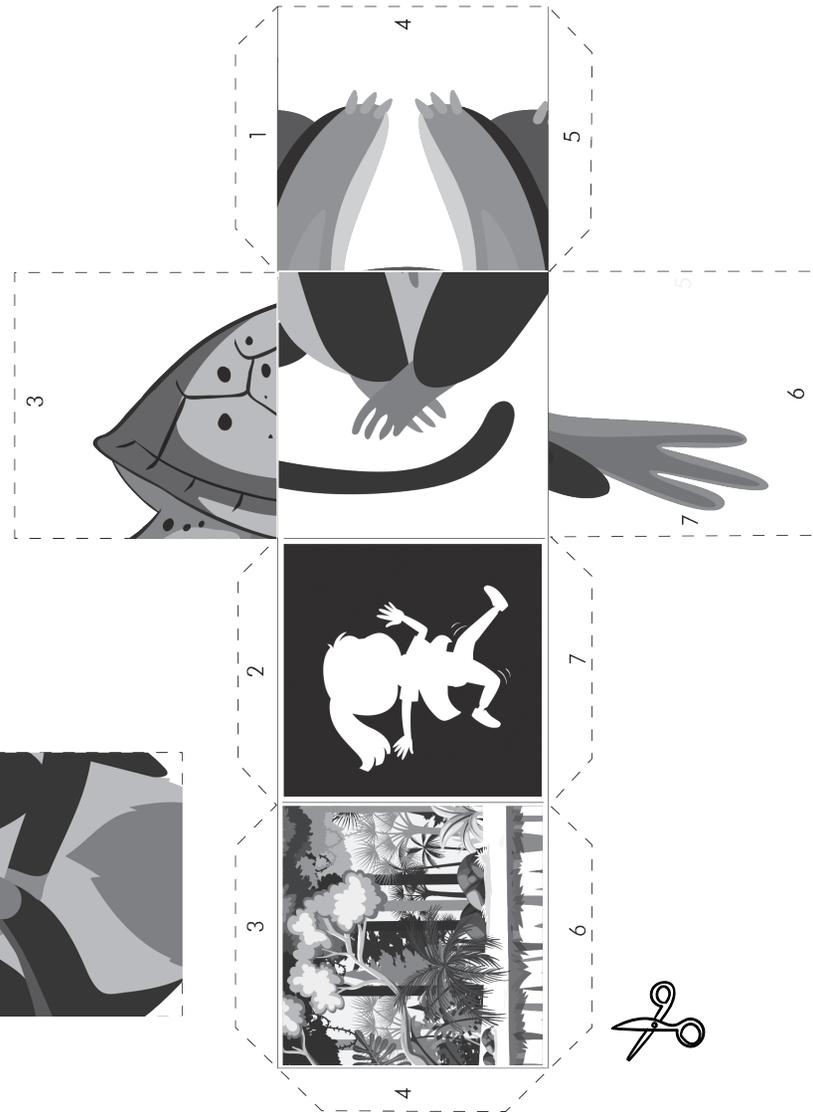
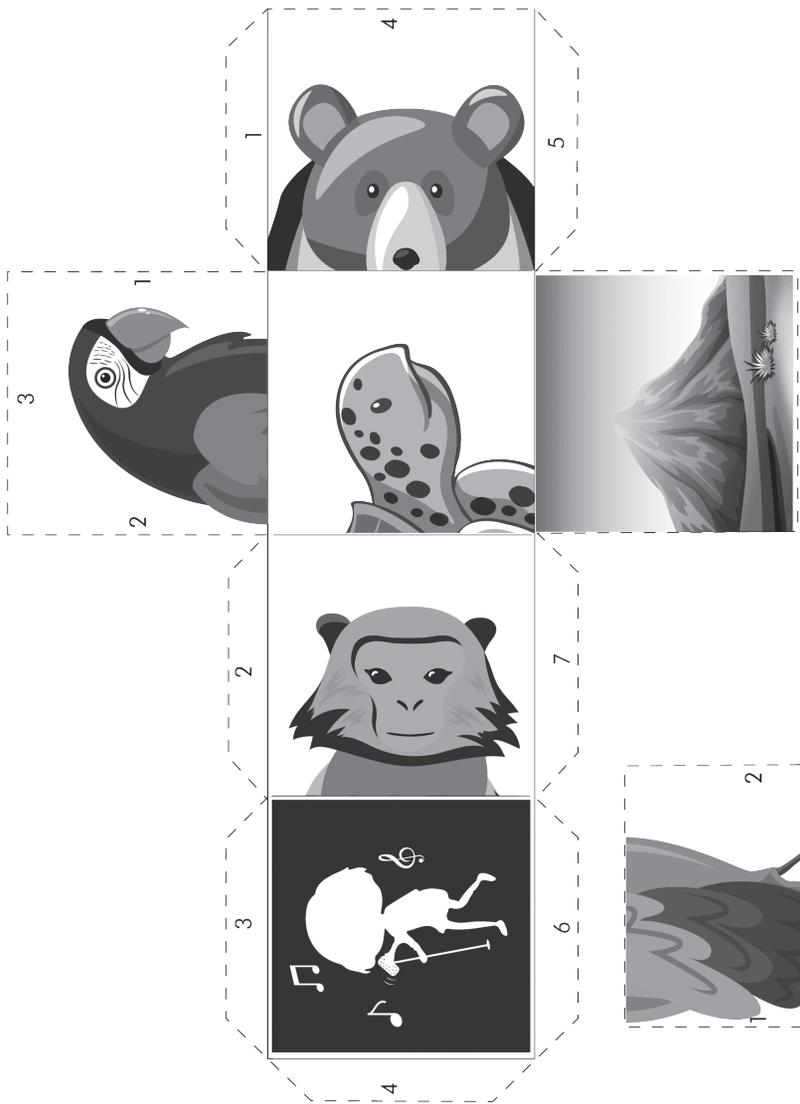
## Libro

para leer juntos



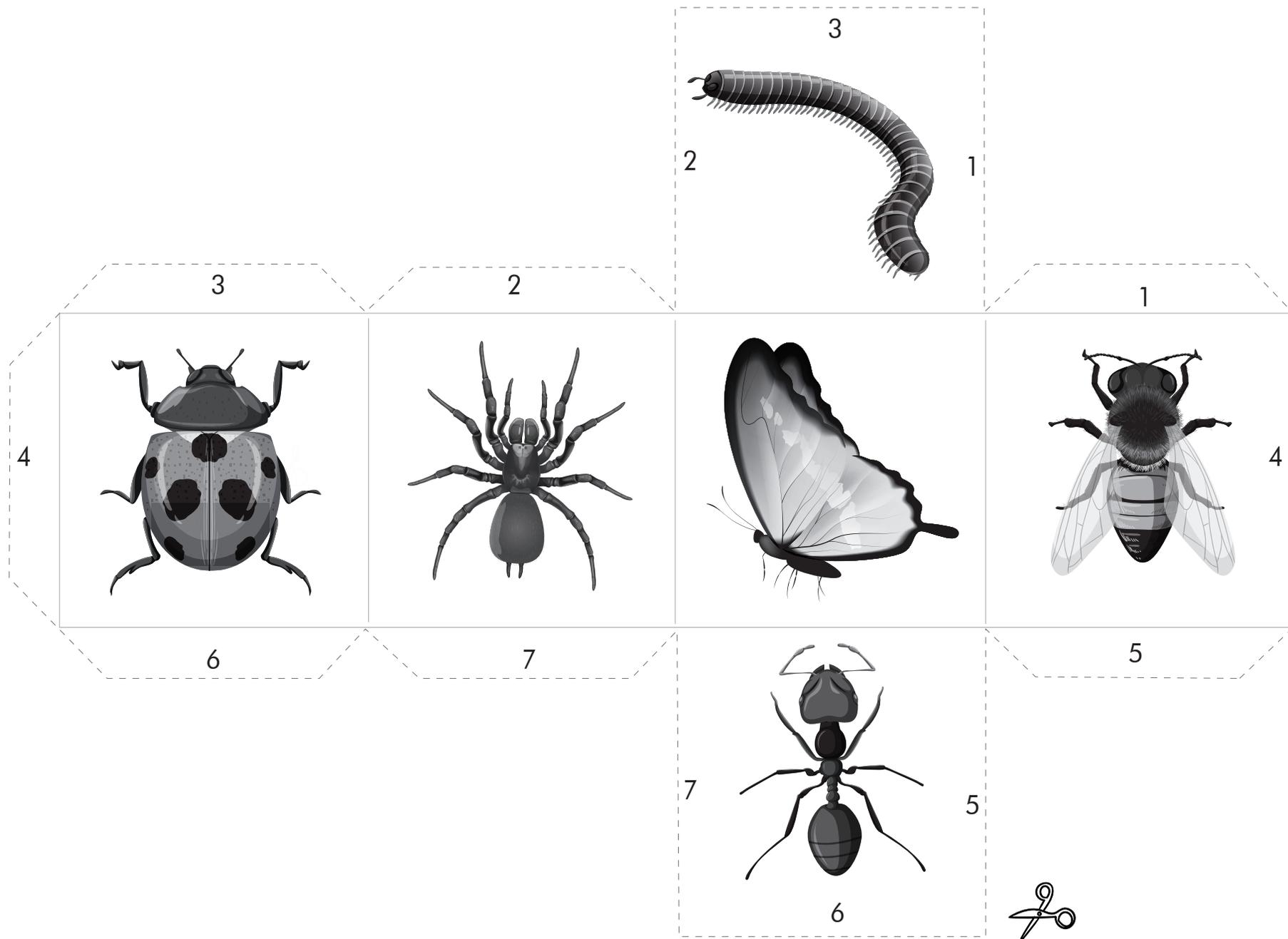
momentos **extra**ordinarios para jugar y crear

**ruleta**



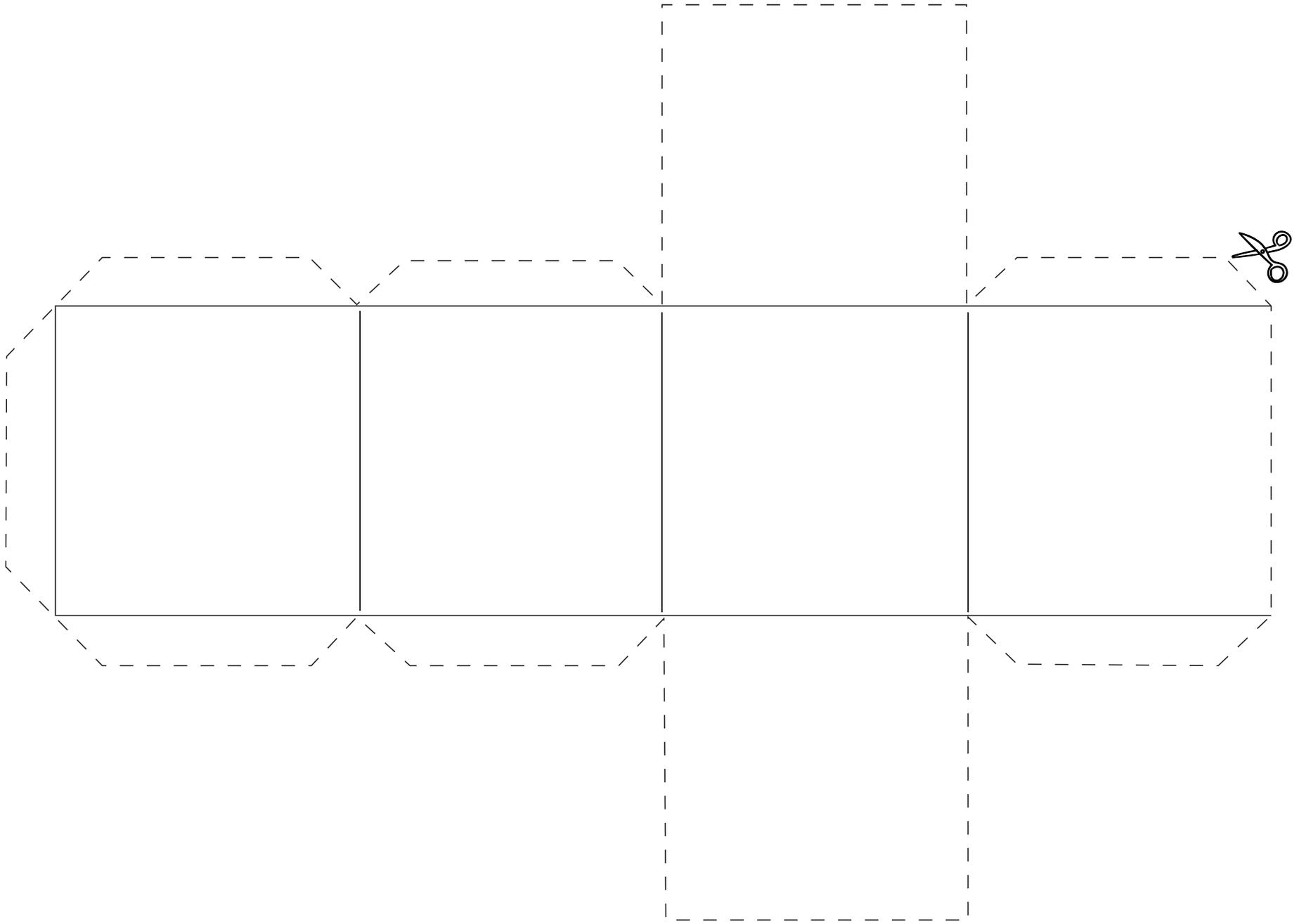
momentos **extraordinarios** para jugar y crear

**cubos**



momentos **extraordinarios** para jugar y crear

**cubos**



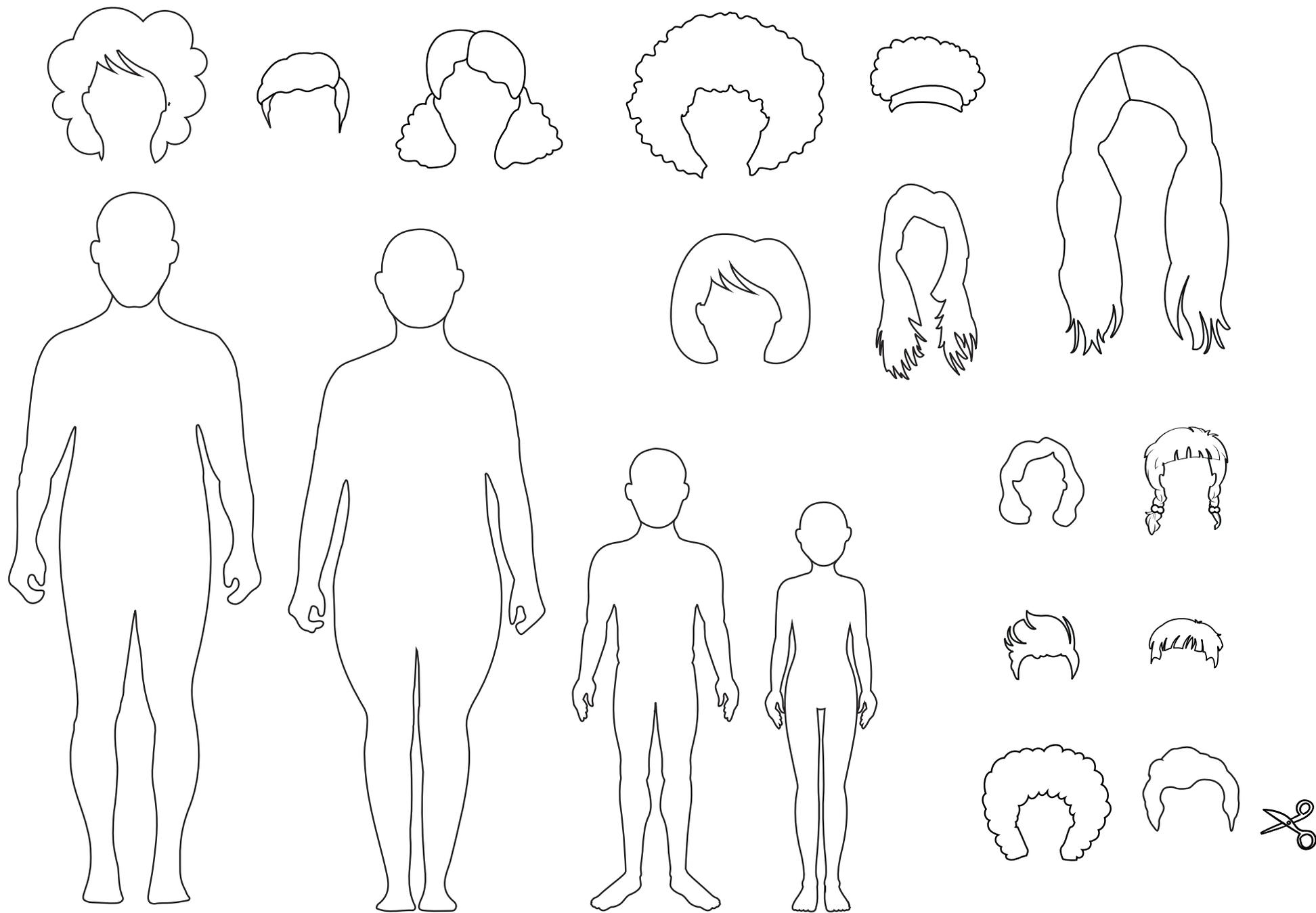
momentos **extra**ordinarios para jugar y crear

**cubos**



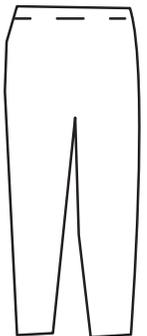
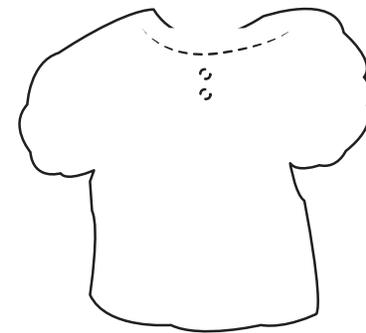
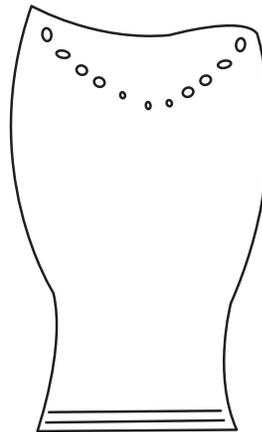
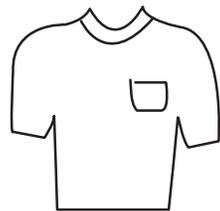
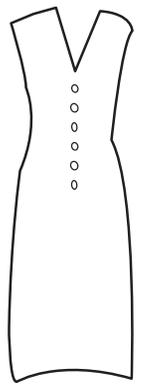
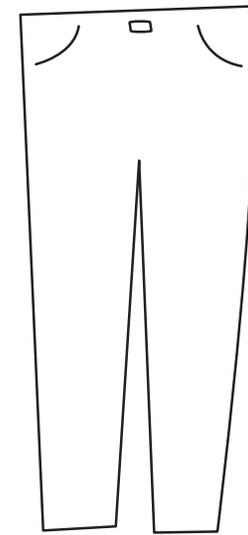
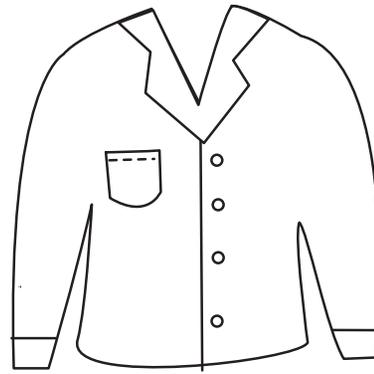
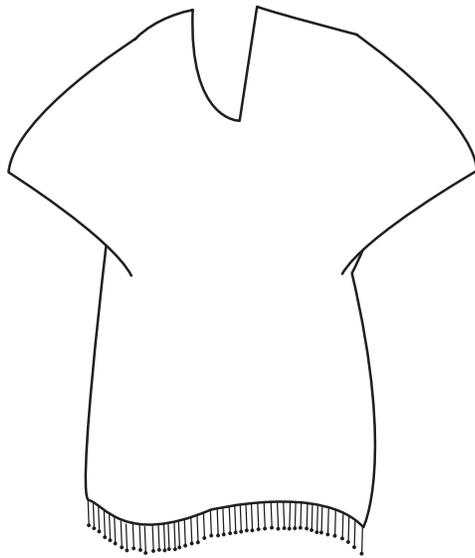
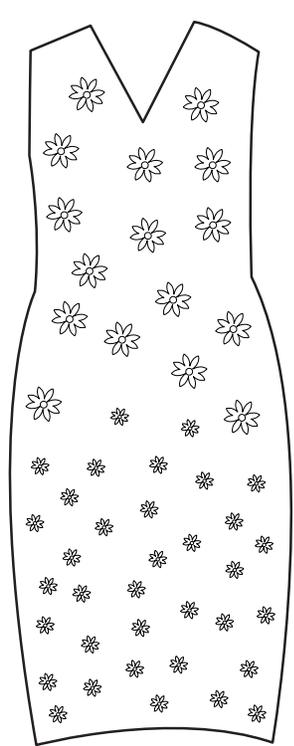
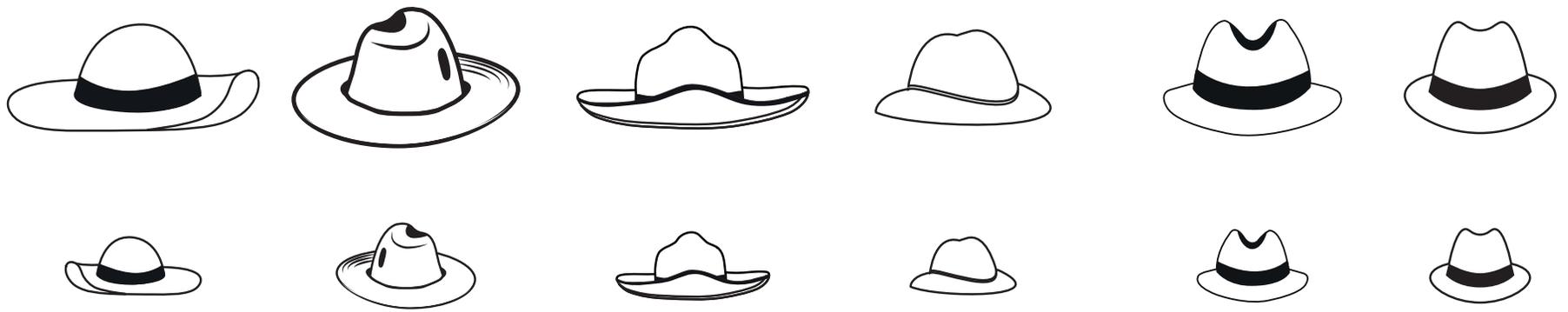
momentos **extraordinarios** para jugar y crear

**títeres**



momentos **extraordinarios** para jugar y crear

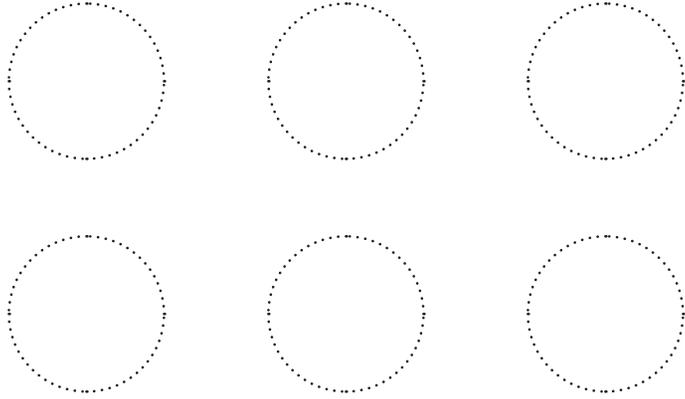
**títeres**



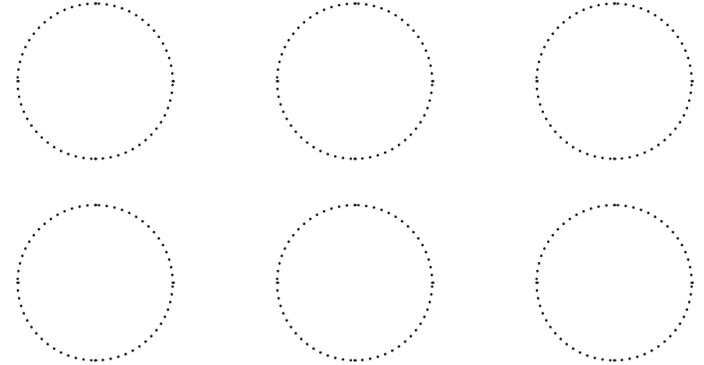
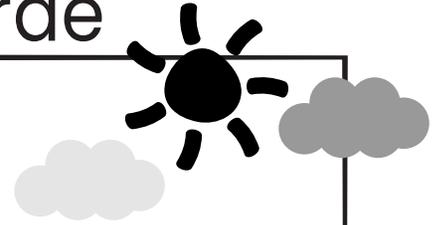
momentos **extraordinarios** para jugar y crear

**títeres**

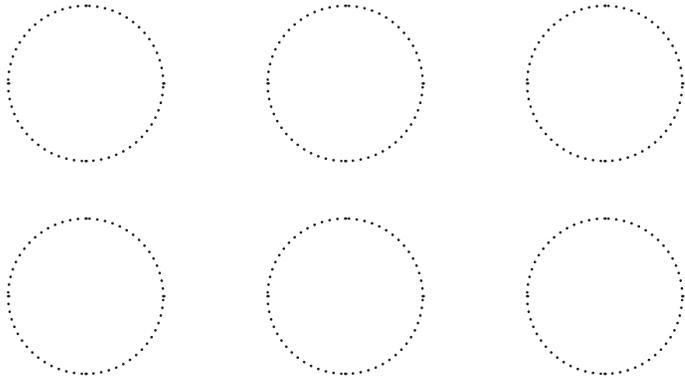
Mañana



Tarde

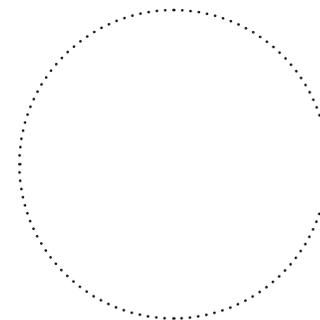
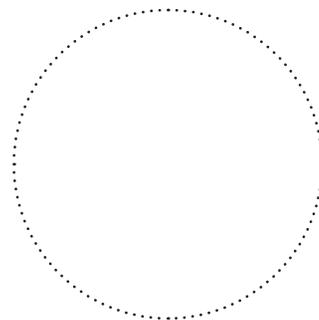
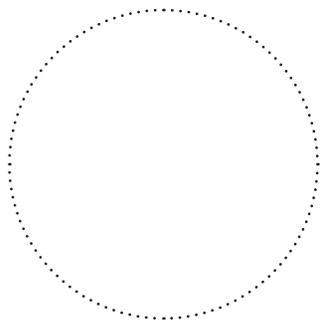
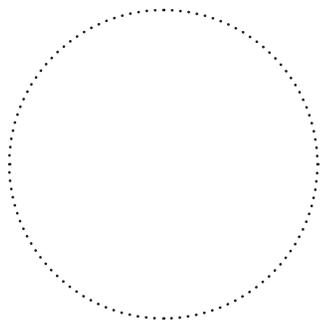
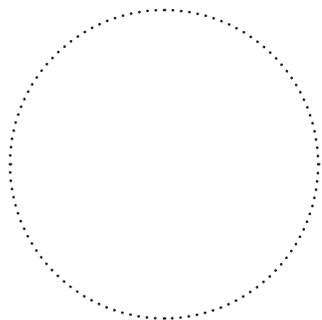
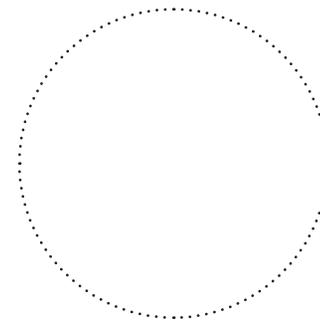
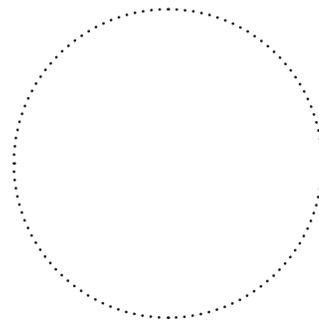
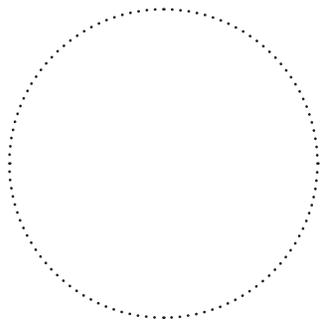
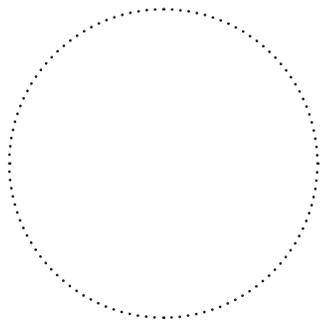
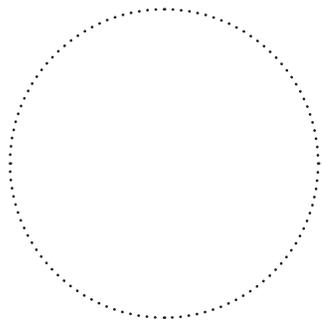


Noche



momentos **extraordinarios** para jugar y crear

**mi rutina**



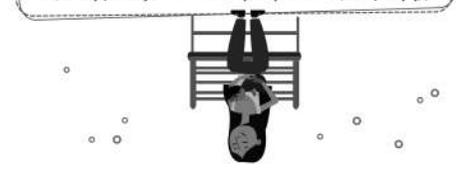
momentos **extraordinarios** para jugar y crear

**mi rutina**

# En familia... ¡Me cuido para cuidar!



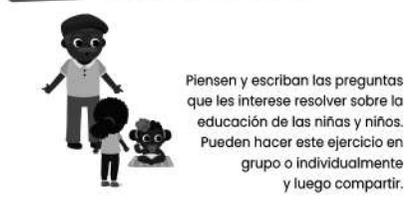
Viendo estas experiencias promoverán su bienestar como cuidadores y encontrarán algunas respuestas a sus inquietudes e inseguridades en la crianza. También aprenderán a confiar en sus decisiones, a compartir y pedir ayuda cuando se requiera.



Cuando me cuida para cuidar, me siento bien y las niñas y niños crecen mejor.

**¡Atento!**  
Recuerden que en ocasiones la crianza no es fácil y se duda frecuentemente de las decisiones que se toman. Es una vivencia diaria que ocupa las cabezas y los corazones, por lo que es normal sentirse cansado y necesitar un respiro. Recuerden que para cuidar de la mejor manera, hay que cuidarse primero.

Recolecten y respondan las preguntas que quieran resolver sobre la educación de las niñas y los niños.



Piensen y escriban las preguntas que les interese resolver sobre la educación de las niñas y niños. Pueden hacer este ejercicio en grupo o individualmente y luego compartir.

¿Cuáles son las preguntas de la mamá, del papá, de las abuelas, de los hermanos, etc.?.

Estas pueden ser:

- ¿Qué puedo hacer cuando...?
- ¿Por qué mi niño...?
- ¿Cómo puedo corregir...?
- ¿Cómo puedo lograr que ...?
- ¿Cómo mi niña o niño puede ser más feliz?

Busque apoyo en diferentes personas para contestarlas. En el centro de salud, la profe o el profe y con otras familias, en la biblioteca. Recuerde que no existe una sola respuesta, compárenlas y utilicen aquellas en las que el respeto y el afecto estén primando todo el tiempo.

Que orgulloso me siento...



Hagan un top 5 con las cosas que les hacen sentir orgullosos de ser madre, padre o cuidador. Mientras cocinan o recolectan la cosecha, piensen que les hace sentir orgullo. Mientas están de camino a algún lugar, mientras cocinan o recolectan la cosecha, piensen que les hace sentir orgullo. Por ejemplo, estoy orgulloso de que la niña o el niño se come toda la comida desde pequeño, que le gustan los libros, que le enseña a cuidar los animales y los ama o que aprendió muchas palabras porque converso con él o ella con frecuencia. Escriban estos orgullos en una hoja, piensen en qué fue lo que hicieron para alcanzar estos logros, en cómo lograron eso. Compartan su top 5 con la profe o el profe y con otras familias. Hay muchos motivos para estar orgullosos y reconocer lo que han aprendido las niñas y los niños. **¡Juntos como familia han tenido muchos logros!**

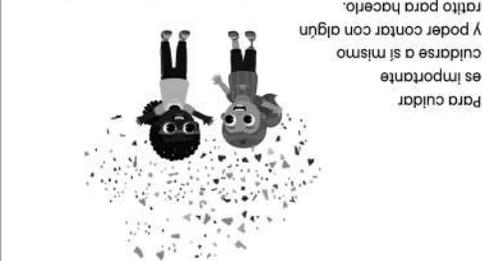
Simplemente... respira



Cuando se sientan agitados o en cualquier momento del día, pongan sus manos en el estómago y sientan el ritmo de su respiración, fíjense si está agitada y llévenla a un ritmo más pausado.

Está comprobado que aprender a respirar tiene un alto impacto en nuestra salud. También pueden escoger un momento del día para hacer el siguiente ejercicio de respiración consciente: relajen los brazos y hombros, concentren su atención en la respiración, imaginen que tienen al frente una flor. Inhalen, como cuando huelen el aroma de una flor y luego soplen suave como para hacer mover sus pétalos, concéntrense en ello por 5 minutos, les ayudará a encontrar serenidad.

Un ratito para usted...



Para cuidar es importante cuidarse a sí mismo y poder contar con algún ratito para hacerlo. Por eso hay que tomarse unos minutos en el día para salir a caminar, conversar con un amigo o un amigo, prepararse la bebida de su preferencia y sentarse a tomársela sin prestar atención a otras cosas. **¡Que esas minutos sean su momento!** Arreglar las plantas, sentarse a mirar el cielo o recostarse un poco, entre otras actividades. Estos espacios son importantes para recargarse y poder seguir.

¿Qué otras cosas podrían distraer?

Antes de responder, sonrío

Hay momentos en que las situaciones se salen de control, por ejemplo, cuando los bebés no dejan de llorar o cuando la niña o el niño hace una pataleta. Se siente la rabia subir por todo el cuerpo.

Cuando comiencen a sentir esto, hagan el gesto de una sonrisa, cierren por unos segundos los ojos y pónganse a la altura de las niñas y los niños. Esto hará que automáticamente los músculos de la cara se relajen y mientras se agachan, también baja la rabia; así podrá pensar la mejor decisión, que puede ser pedir la de pedir ayuda a alguien mientras ustedes se calman.



¿Qué aprendimos en familia?



Eschar un vistazo a aquello que han hecho como familia para acompañar el desarrollo de las niñas y niños es importante porque así pueden reconocer los logros y también aquello que pueden fortalecer para estar cada vez mejor y más felices. Piensen y tengamos en cuenta para conversar con la profe o el profe: **¿Qué es eso que les hace sentir orgullo y ayuda? ¿Qué es aquello en lo que necesitan más apoyo?** Seguro conversando con la profe o el profe y las demás familias se encontrarán varias alternativas.

Además, es importante que les hablen sobre las emociones y que puedan comprenderlas, para que las les pueda comprender y mejorar juntos, saber que las emociones y que puede provocarnos, para que las ayuda a comprender cómo se sienten.

Para las niñas y los niños es muy importante saber que sucederá durante el día: en qué momento dormir, comer, descansar, lavarse los dientes, jugar, contar y otras actividades que hacen en familia. Esto les hace sentir seguros, amados y además fortalece su independencia.

**¡Atto!**

Vivendo estas experiencias las niñas y los niños logran sentirse seguros y tranquilos. Aprenderán a reconocer sus emociones y a identificar por qué se sienten tristes, felices o disgustados.



¡Cuando nos cuidamos en familia las niñas y los niños aprenden a cuidarse a sí mismos!

# En familia... ¡Nos cuidamos!



Entriquezcan estas rutinas de maneras diversas: contén una canción para ir a lavarse los dientes, durante el baño inviten a la niña o el niño a jugar con el agua, almuercen o desayunen conversando, compartan juegos tradicionales en el camino de regreso al hogar, contén cuando vayan caminando por la calle, al momento de ir a dormir asegúrense de que lo último que escuché sean palabras de afecto, deseéñle lindos sueños o díganle que le aman.

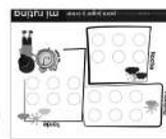
**Ordenen juntos estas actividades:**

¿qué pasa primero?, ¿qué pasa después?

Acuerden la hora y duración de cada actividad.

Reguen "Mi rutina" en un lugar visible del hogar y empecen juntos a cumplir cada día las rutinas acordadas.

Busquen en el kit la figura "Mi rutina", Recortenla y juntos identifiquen las actividades del día, por ejemplo: despertar, lavarse las manos antes de comer, dar de comer a los animales, cepillarse los dientes, jugar juntos, contar... y otras más.



## Los invitamos a definir una rutina

## ¿Qué aprendimos en familia?



Pensemos y tengamos en cuenta para conversario con la profe o el profe:

Conversar sobre las emociones no es fácil; sin embargo, comenzar a hacerlo en familia y preguntarse cómo se siente cada uno y permitirse decir que se está furioso, triste o alegre, le ayuda a todos a conocerse mejor y a saber cómo se encuentra cada quién para apoyarle.

- ¿Han logrado conversar sobre las emociones?
- ¿Saben qué hacer cuando la niña o el niño se siente triste o se molesta?
- ¿Qué observan y que aprende la niña y el niño cuando conversan sobre las emociones?

**Sobre las rutinas:**  
Las rutinas necesitan de acciones para anticipar lo que ocurrirá, por ejemplo: avisarle a la niña o al niño cuando ya es hora de parar de jugar para ir a comer o de descansar, esto le indica cómo se organiza el tiempo y le ofrece seguridad porque sabe qué ocurrirá.

- ¿Lograron identificar las rutinas en el hogar?
- ¿Cómo se sintieron poniéndolas en práctica?
- ¿Qué ven que fue un gran logro?
- ¿Qué es lo que más se dificultó?

No olviden que, si hay niñas y niños más grandes en la familia, es importante explicarles estas nuevas rutinas para que se sientan participes e importantes. Pueden compartir juntos algunos momentos de cuidado al bebé.

**Recuerden que la rutina puede cambiar, pero siempre cuidando que todos en la familia puedan tener un descanso; esto hace posible que todos estén tranquilos.**

Cuando llega un bebé a la familia, nuevas rutinas necesitan ser creadas para moverse de dormir en momentos que no coinciden con los horarios de sueño de los demás, ser tomado en brazos para moverse y ser arrullado y consentido, entre otros. Una forma de acompañar esas nuevas rutinas es cuidar al bebé en equipo. Por ejemplo, uno de los familiares puede atender al bebé mientras la mamá toma un baño o lo puede arrullar para dormir. Usen el rutilario para organizar, predecir y colaborar en la mañana, en la tarde o en la noche.

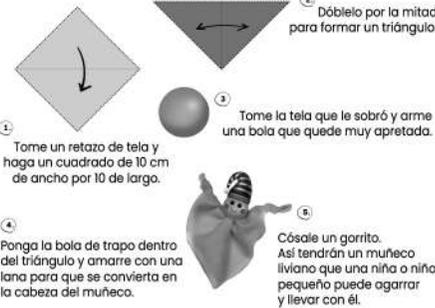


## Identifiquen la rutina cuando un bebé está en casa

## ¿Cómo hacer muñecos en casa?

Para las niñas y los niños hasta los 2 años

- Tome un retazo de tela y haga un cuadrado de 10 cm de ancho por 10 de largo.
- Dóblelo por la mitad para formar un triángulo.
- Tome la tela que le sobró y arme una bola que quede muy apretada.
- Cósole un gorrito. Así tendrán un muñeco liviano que una niña o niño pequeño puede agarrar y llevar con él.



Invita a otros miembros de la familia a participar en la elaboración de este muñeco. Te sorprenderás con las ideas maravillosas que tendrán en familia. Con las niñas y niños pueden colocarle un nombre al muñeco, hacerle ojos, nariz, boca, una casa...

¡Deja volar la imaginación!

Usen los títeres del kit para conversar sobre las emociones.

A los bebés que aun no hablan, préstentele sus palabras: "¡Se ve alegre mencionándole que está contento, si le ve triste por el disgusto, mencionándole que está enojado, por ejemplo: 'Se ve triste porque mamá se fue' que le, ella volverá pronto'".



Cada dedo de la mano será una emoción; por ejemplo, el gordo será felicidad, el índice rabia y el anular tristeza. Todos contarán cómo se sintieron mostrando el dedo que representa su emoción y dirán qué fue lo bueno y lo negativo de esta situación.

## ¿Cómo se sintieron ayer?

## Hablen con la niña y el niño sobre las emociones

## Construyan un muñeco para abrazar y jugar



## Las niñas y los niños disfrutan de agarrar, abrazar y jugar con muñecos

Fabriquen un muñeco que puedan abrazar y que en algún momento se convierta en su compañía, con el que puedan jugar y conversar. Este tipo de juguetes les ayuda a tramitar sus emociones. Por ejemplo, el bebé puede sentirse seguro cuando se queda al cuidado de alguien que no está habitualmente con él, porque lleva su muñeco y lo acompaña; y los niños y niñas de 3 a 6 años pueden jugar con él cuando se sienten felices y abrazarlo cuando están tristes.

El registro sirve para que las niñas y los niños pongan atención a los cambios de las plantas y puedan usar algunos elementos para medir el crecimiento, por ejemplo:

¿Cuántos dedos meñiques puede crecer una planta durante el mes?

¿Con qué otras cosas podemos medir el crecimiento?

Las niñas y niños pueden tener en un rincón de la huerta especial o una maceta en el hogar. Pueden sembrar frijoles, arvejas o papas que brotan sin mayor esfuerzo. Registren el crecimiento de las plantas. ¿Cuánto crecen? ¿Qué cambios aparecen? ¿Qué necesitan para crecer? ¿Qué otras preguntas le harías?



**Los invitamos a sembrar juntos**

**¿Qué aprendimos en familia?**



La exploración y observación de la naturaleza permite que las niñas y los niños hagan preguntas, y abre la oportunidad para que las familias también se pregunten cómo funciona el mundo.

Pensemos y tengamos en cuenta para conversarlo con la profe o el profe:

- ¿Qué usaron para medir y registrar el crecimiento de las plantas?
- ¿Cuántas formas de clasificación encontraron cuando jugaron con las hojas y las flores?
- ¿Pudieron identificar cuáles bichos son insectos y cuáles no?
- ¿Qué otras cosas aprendieron?



Usen los cubos de los bichos del kit de familias y descubran cuál de los que está ahí no es un insecto.

Usando esta información, acompañen a descubrir y cuádes bichos son insectos y cuádes no. Por ejemplo: arañas y los gusanos no son insectos. Eso les posibilita identificar características y alrededor de ella y definan si son insectos o no. Hagan este juego varias veces. Dibujen los bichos diferentes? Cuádes parecidos o peñeros? Cuádes son grandes o Cuádes son insectos?

Conversen:



**Dato de interés para las niñas y los niños:**

- Los insectos tienen 6 patas, 2 antenas y 2 alas.

**Los invitamos a conversar sobre los insectos**

**Encontrando sorpresas dentro de una caja**

Escojan un espacio para compartir con la niña o el niño y busquen una caja que se pueda abrir y cerrar con facilidad.

Busquen varios objetos grandes que la niña o el niño pueda manipular y, si es muy pequeño, que se pueda llevar a la boca sin que sea peligroso; es decir, con bordes redondeados y sin piezas que se puedan desprender como una pelota, un muñeco o un vaso plástico.



Introduzcan los objetos en la caja, ciérranla e inviten a la niña o al niño a identificarlos con los ojos vendados, si acepta, pues a veces los menores de tres años no lo toleran. También pueden abrirle agujeros de diferentes tamaños a la caja para que intente meterlos y sacarlos por allí, de esta manera ensaya y busca posibilidades para lograrlo.

Jueguen a poner las plantas en fila. Por ejemplo, en orden de tamaño, de las grandes a las pequeñas, o por la forma de las hojas, la que parecen un corazón, las que son redondas o largas. Luego, realicen una composición, con elementos naturales construyan un paisaje, denle forma a un animal o inventen un personaje. Es muy divertido construir a partir del material natural. Cerciórense que las niñas y los niños estén seguros y lejos de animales y plantas peligrosas.



Sigan a buscar y recolectar plantas y a identificar insectos.

**¿Que tal si buscan plantas o insectos?**

**¿Qué aprendimos en familia?**



Buscar soluciones de manera autónoma impulsa la curiosidad y el pensamiento creativo.

Los bebés ensayan y buscan la manera de sacar e introducir los objetos en la caja y esta se convierte en un gran juego de exploración.

- ¿Qué notan que aprendió en esta experiencia?
- ¿Qué le llama la atención de este juego?
- ¿Qué otras ideas tienen para jugar con la caja?

Por otra parte, está bien no tener todas las respuestas, una buena experiencia es buscarlas juntos. Se vale decir "no sé".

Cuando las niñas y los niños preguntan "¿Por qué?", "¿Por qué?", ustedes pueden responder "¿Por qué crees tú?", "¿Qué piensas?", "¿Tú qué piensas?", "¿Qué pasará si...?", "¿Qué pasará si...?"

**¡Atención!**

Viviendo estas experiencias las niñas y los niños aprenden a clasificar, contar, ordenar y medir mientras exploran. Además, fortalecen su pensamiento científico al explorar, indagar, proponer y probar las respuestas, cosas y el mundo. Y proponer y probar las respuestas.



Cuando exploramos y aprendemos el territorio, ¡las niñas y los niños aprenden un montón!



**En familia... ¡Exploramos el territorio!**

Recuerden que conversar y jugar con las palabras mientras les miran a los ojos potencia su desarrollo integral y su aprendizaje, fortalece los vínculos afectivos y los vuelve más cercanos.

¿Lograron inventar rimas y saludos? ¿Cuáles? ¿Qué otras cosas aprendió la niña o el niño?

Pensemos y tengamos en cuenta para conversar lo que el niño o la niña aprendió.

Los juegos de palabras como las rimas y las adivinanzas les ayudan a las niñas y a los niños ampliar su vocabulario y encontrar una forma creativa de decir lo que sienten y piensan, además de sentirse tenidos en cuenta y parte importante de la familia.



¿Qué aprendimos en familia?

### De visita a la biblioteca

Definan con las niñas y niños su top 5 de temas favoritos.

¿Qué es lo que más les gusta?  
¿De qué les interesa aprender?

Escribanlo juntos en un papel. Si aún no saben escribir, déjeles hacerlo a su manera.

Hagan una visita juntos a la biblioteca o centro cultural del barrio o vereda y busquen libros, cuentos o videos sobre algunos de sus temas favoritos. Nunca lo olvidarán. Si no tiene acceso a estos sitios, pueden construir un libro juntos con las preguntas que surgen de los temas de interés y consultar con la profe o el profe sobre páginas virtuales para acceder a la información.

¿En qué otro lugar puedes encontrar información?

Posteriormente, lo pueden hacer de nuevo. Invitar a repetir lo palabra: Cuando lo saque de debajo de la manita o el niño lo descubra. Cuanto lo saque de debajo de la manita lo pueden hacer de nuevo.

“Es rojo, sabroso y te lo comes en la ensalada, ¿qué es?”  
Y luego, déjarse ver y tocar, mientras le dicen: es un tomate.”



Jugar a las adivinanzas con las niñas y los niños de 0 a 2 años

### Un momento para conversar con el bebé

Cuando caminen, ya sea dentro o fuera de la casa, mientras llevan al bebé cargado o tomado de la mano, le pueden contar qué hay alrededor.

Además de nombrar los objetos, muéstrenle sus cualidades o alguna historia, por ejemplo: este tazón verde que es muy grande era de la abuela y ahí preparaba los tamales, señálenlo y repitan “este es el tazón”, luego inviten a la niña o el niño a repetir si ya intenta hacerlo, animarles es muy importante.

Inviten a las niñas o niños más grandes a participar de esta experiencia con el bebé. La niña o niño pueden contarle al bebé qué hay alrededor, para qué sirve o las historias que surjan sobre el objeto.



También pueden preguntar a los niños y las niñas por palabras que rimen. Por ejemplo, “¿Qué rima con ‘coco’?” Y cuando respondan, incluyan las palabras que han dicho: “Coco - loco - poco.” Y así sucesivamente, “Coco, loco, poco, loco.” Hasta llegar al mayor número de palabras. Pueden usar cualquier palabra.

¿Cuáles se nos pueden ocurrir?  
¿Cuáles nos sabemos y podemos enseñarles a las niñas y los niños?

Para las niñas y los niños es muy agradable que sus familias los saluden o se desplacen con rimas, entonces les invitamos a hacerlo diariamente. Cuando la niña o el niño se despierte pueden decirle “Buenos días que ya es de día” o usar salidos de preguntar y contestar como “Amiba Juan, amiba Juan, yo canto el gallo” y que la niña o el niño conteste “Ay no mamá, ay no mamá, es muy temprano” y darle un abrazo para que se levante tranquilo.

Jugar con las rimas cada día

### ¿Qué aprendimos en familia?



Conversar con las niñas y los niños sobre lo que les interesa y sobre el mundo que les rodea posibilita intercambios de ideas, genera atención sobre lo que se dialoga, facilita el conocimiento de sus intereses y, además, toda la familia aprende.

Pensemos y tengamos en cuenta para conversar lo que el niño o la niña aprendió.

¿Cuáles son los temas que les interesan a las niñas y a los niños?

¿Notan que han aprendido nuevas palabras?  
¿Cuáles?

¿Qué otras cosas aprendieron las niñas o los niños?

Recuerden que ustedes son el primer libro que leen las niñas y los niños, con sus gestos, sus palabras y las maneras en que les presentan el mundo.

Las adivinanzas, las rimas y las ricitos son parte de nuestra cultura y tradición, promueven el aprendizaje de palabras nuevas mientras se canta o recita, y además traen la calma cuando el niño o la niña están angustiados y se les arrulla. Además son una buena oportunidad para promover procesos de lectura y escritura ya que ayudan a distinguir los fonemas y a fortalecer el habla, la memoria y la capacidad de atención. Inclúyelas en las rutinas es muy fácil y la ganancia es mayor.

¡Atención!

Viviendo estas experiencias las niñas y los niños explorarán diversas posibilidades del lenguaje como cantar, conversar, jugar, narrar y crear, así aprenderán nuevas palabras, se comunicarán mejor e irán explorando la lectura y la escritura.



¡Cuando conversamos y cantamos, las niñas y los niños fortalecen su lenguaje!



# En familia... ¡Cantamos, bailamos y disfrutamos!

# Cancionero



Para jugar con...

las palabras,  
los sonidos y el  
movimiento

.....

Queridas familias

Esta es una invitación para mirarse, arrullar, moverse y jugar con las palabras y los sonidos.

También tendrán la oportunidad de crear y recordar melodías y canciones que vuelven a la memoria cuando se tienen niñas y niños en casa.



Desde que estamos en la panza de mamá nos movemos y escuchamos sonidos. Allí resguardados sentimos el tambaleo de su caminar, escuchamos el ritmo de su corazón y su voz, los sonidos exteriores y las pausas del descanso. Además de experimentar el ritmo de la familia entre las risas, las conversaciones y sus canciones.



En el vientre de mamá ya estamos siendo arrullados y cuando nacemos envueltos en esas voces y sus melodías seguimos creciendo, nos ofrecen riqueza y familiaridad, a su compás aprendemos a movernos, a gatear a caminar y a bailar y luego con todo ello ya guardadito en el corazón cantamos, decimos, nos asombramos y jugamos con las palabras.

Cantemos, juguemos e inventemos juntos con las palabras que conocemos, exploremos algunas que no sabemos y con ellas visitamos nuestro mundo de fiesta.



Aquí encontraremos algunas melodías que podemos aprender o recordar, arrullos o juegos de palmas para jugar y divertirnos juntos.

Solo necesitamos nuestras voces, los sonidos que producimos con el cuerpo, fabricar instrumentos con los objetos que nos rodean y así experimentar con el sonido y el silencio.

Todos estamos invitados a llenar de color y palabras este cancionero.

Lo podremos usar en cualquier momento del día, aprovechémoslo para crear, jugar, bailar y cantar en familia.

## • Mientras te esperamos te cantamos... •

En la vida hay canciones que nos ponen a bailar o que nos dan tranquilidad, esas que queremos compartir con quienes amamos, ¿Qué canción te invita a bailar y a arrullar a tu bebé que está en la panza?

Escribe una pequeña parte de esa canción, la que más te guste y cuéntale a tu bebé por qué te gusta tanto:

---

---

---

---

---



¿Qué tal si te animas a recordar o a aprender otra canción para arrullar a tu bebé que está en la panza?

---

---

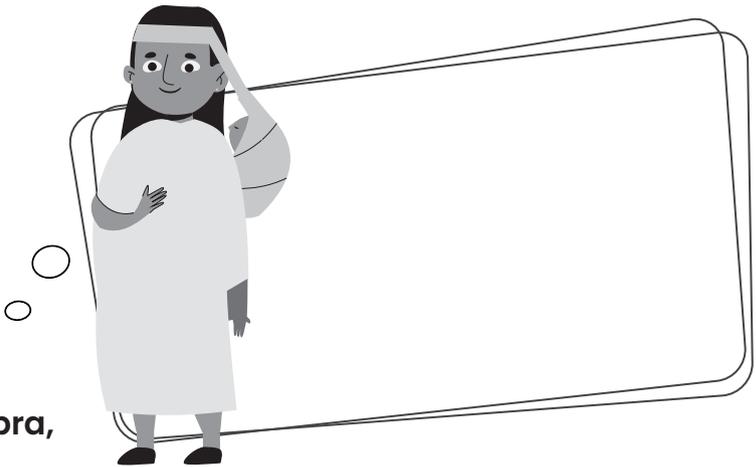
---

---

---

---

• ¿Qué siento cuando mi bebé se mueve? •



Dedícale  
**una palabra,**  
**un dibujo**  
**o una frase**  
de aquello que sientes cuando se mueve.

¿Qué sienten los demás miembros de la familia  
cuando logran sentir ese movimiento?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Somos lo primero que lee el bebé recién llegado a esta familia

Cuando nuestro bebé nace, recibe nuestro abrazo, huele nuestra piel y es arrullado ahora fuera del vientre, sus oídos escuchan con más precisión los sonidos del mundo y disfrutan de las voces de su familia.

Sus ojos se abren y poco a poco va viendo con más nitidez nuestros gestos y nuestro rostro. Nuestras caricias, nuestros arrullos, nuestras voces y gestos son lo primero que lee del mundo nuestro bebé.

¿Qué arrullo cantas para amamantar?

---

---

---

---

¿Qué sonidos usas para atraer la calma?

---

---

---

---

---

---

---

---

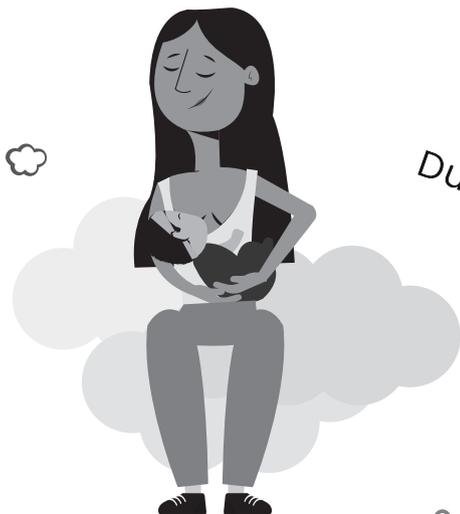


# Un arrullo para compartir a la hora de dormir



Este niño lindo  
que nació de día  
quiere que lo lleven  
a ver a su tía.

Este niño lindo  
que nació de noche  
quiere que lo lleven  
a pasear en coche.



A la roro, niño  
A la roro ya  
Duérmete mi niño  
Duérmete ya



¿Cuál es el arrullo que le cantas a tu bebé?  
y ¿En qué momento lo usas?



---

---

---

---

---

---

---

---

## Te empiezas a mover y nombro lo que haces

Hay un momento en que las niñas y los niños empiezan a moverse solos, ruedan, agarran objetos, los prueban y se maravillan con los juegos de palabras y los sonidos que se hacen con la boca. Con sus gestos piden una y otra vez que se repitan esos sonidos.

¿Cuál es ese sonido que le gusta a la niña o el niño que repitas una y otra vez?

---

---

---

---

## ¿Has notado si intenta imitarlo?

Te invitamos a escribirlo junto con el gesto que haces cuando lo repites y lo hace divertido.

Aquí un ejemplo:

***Miro a mi bebé, inflo mis cachetes  
y él me los aplasta y hago prrrr....***

Ahora es tu turno:

---

---

---

y a seguir jugando con los sonidos que hace el niño o la niña y los nuevos que les puedes enseñar.

## Una canción para compartir:

Arepitas de maíz tostao para papito que está cansao  
Arepitas de maíz con queso para mamita que quiere un beso  
Arepitas para mamá, arepitas para papá...



¿Qué podemos cantar cuando vamos a caminar?

1 2 3 salimos



4 5 6 pasitos



7 8 9 salticos



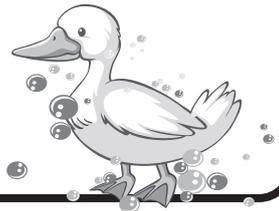
Vamos otra vez...

Cantemos mientras caminamos...

## Los paticos

Todos los paticos se fueron a bañar,  
y el más chiquitico se quiso ahogar,  
Todos los paticos quieren beber

Pero el más chiquitico no quiere comer,  
Todos los paticos quieren caminar  
y el más chiquitico se queda atrás...



# La explosión de las palabras ahora acompaña su caminar por el mundo

El niño o la niña comienzan a nombrar lo que ven,  
dicen sus primeras palabras y de ahí en adelante todo  
es una fiesta del lenguaje, todos gozamos con ello,  
cómo llaman a sus hermanos, a su papá, a su mamá,  
a sus mascotas o a su comida favorita.

¿Cuál es la primera palabra que dijo?



Te invitamos a escribir un poema con  
esa primera palabra

Ahora lo pueden leer en familia para el bebé.

# Las Tortuguitas

Gozan mucho de los juegos de palabras que combinan con movimientos. Inviten a la niña o al niño a acurrucarse como una tortuguita mientras juegan así:

Le decimos: ¡Tortuguita vení a barrer!

La niña o el niño contesta: No tengo manos ni tengo pies.

Y así continúa...

¡Tortuguita vení a trapiar!

No tengo manos ni tengo pies.

¡Tortuguita vení a barrer!

No tengo manos ni tengo pies.

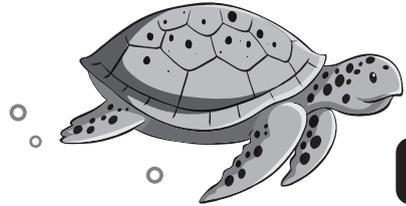
¡Tortuguita vení a comer!

No tengo manos ni tengo pies.

¡Tortuguita vení a bailar!

Aquí están mis manos y aquí están mis pies.

¡Y todos a bailar!



(Tradición Oral del Pacífico colombiano)



## Ahora, ¿tú quién eres?

El juego es la actividad predilecta de los niños y las niñas allí pueden convertirse en lo que desean o imitar los oficios de su comunidad, se convierten en otros y se responden este tipo de preguntas mientras juegan

¿Qué hace quién arregla los zapatos? ¿Cómo saluda?  
¿Qué gestos hace?

y busca los implementos que necesita para hacerlo:  
convierte un palo en un martillo  
y algunas piedras en puntillas para pegar la suela de algún zapato. Luego, busca a su abuela y le dice: señora sus zapatos ya están arreglados, son mil pesos.

Te invitamos a escribir aquí ese juego que disfruta el niño o la niña e inventar una adivinanza que luego le compartirán.

---

---

---

---

---

---

---

---

Para seguir jugando, qué tal si cantan juntos la canción del carpintero.

Mi compadre carpintero  
carpinteaba de rodillas  
cuando ya estaba cansado  
carpinteaba en una silla  
¡Ay!, el cuerpo le daba como una anguila.



En la silla carpintero  
vos no te podés sentar,  
tiene una pata quebrada  
y le falta el espaldar  
con el clavo y el martillo  
carpintero para trabajar  
dale duro a la madera  
pa' que puedas descansar.



(Tradición Oral)

• **Vamos a crear juntos** •

¡Juguemos!

Vamos a sentarnos con la niña o el niño y cuando contemos tres vamos a cerrar los ojos y a quedarnos muy callados.

Mientras eso sucede vamos a escuchar los sonidos de nuestro alrededor, cada uno tendrá la misión de detectar tres, cuando alguno ya los haya identificado dice ya, abre los ojos y nos cuenta que escuchó.

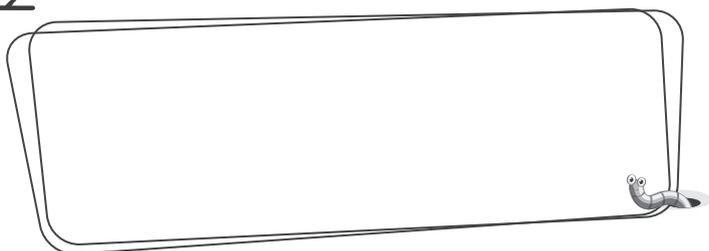
Luego los trataremos de imitar e intentaremos hacerlos lo más parecido posible, por ejemplo si alguien escuchó el sonido de un chorro de agua podría hacer:

**shhhhhh,**

si también oyó una gota caer podrá tocar repetidamente una superficie con la punta del dedo.

¿Qué sonidos escucharon?

Escríbanlos o dibujen los aquí  
(o las dos cosas)

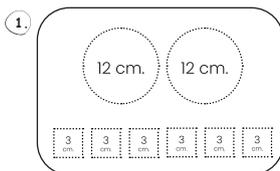


## Vamos a construir un tamborín....

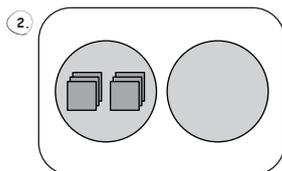
**Materiales:** 1 lámina de cartón / 1 palo de 15 cm. de largo y 1 cm grosor  
2 bolitas de madera / cinta de enmascarar / pegante / tijeras / pinturas o marcadores.

Ya sabemos que  
nuestra casa  
o nuestro alrededor  
suena, ahora...

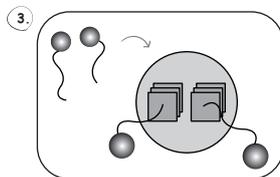
¿Qué tal si  
construimos un  
instrumento  
para acompañar esos  
sonidos y también  
nuestras canciones  
y nuestros bailes?



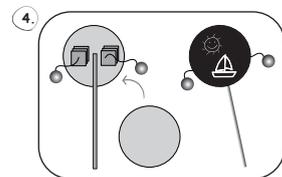
En un cartón dibuja y corta dos círculos de 12 cm. de diámetro y seis cuadrados de 3 cm. cada uno.



Peguen los cuadrados dentro de un círculo en dos filas uno sobre otro, dejando un pequeño espacio en la mitad.



Corte el caucho por la mitad y pegue las dos bolitas de madera en los extremos de los cauchos. Luego únalos con cinta de enmascarar a los cuadrados.



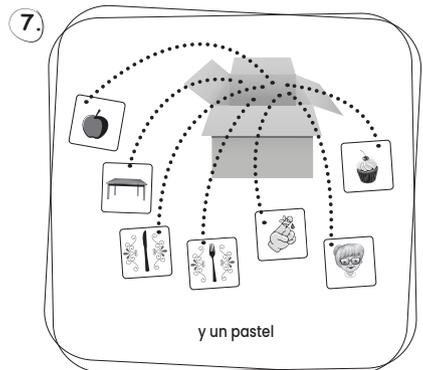
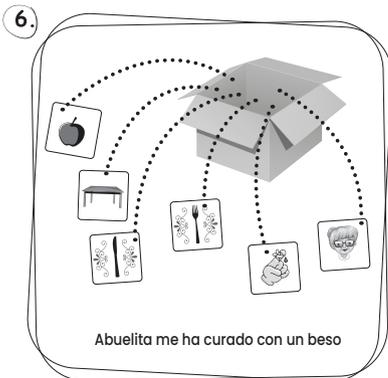
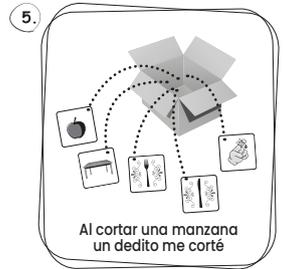
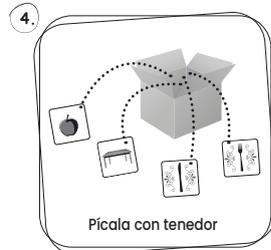
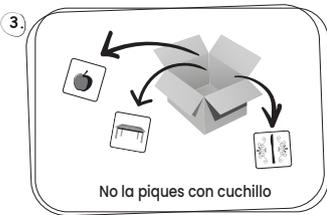
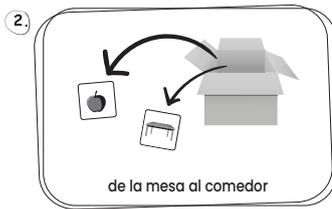
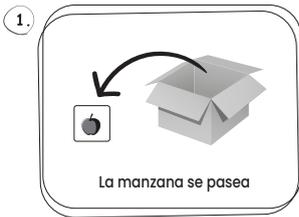
Peguen el palo de madera en medio de los dos cuadrados y el otro círculo de cartón encima de todo ello. Decore y disfrute del tamborín.

# Podemos hacer poesía con palabras cotidianas

Llegó la hora de valerse de objetos cotidianos para inventar poesías y encontrar palabras que rimen. Vamos a construir “una poesía colgada” la cual se va declamando mientras sacamos siluetas de objetos o los objetos mismos de una caja o recipiente y éstos van quedando colgados de allí.

Veamos un ejemplo:

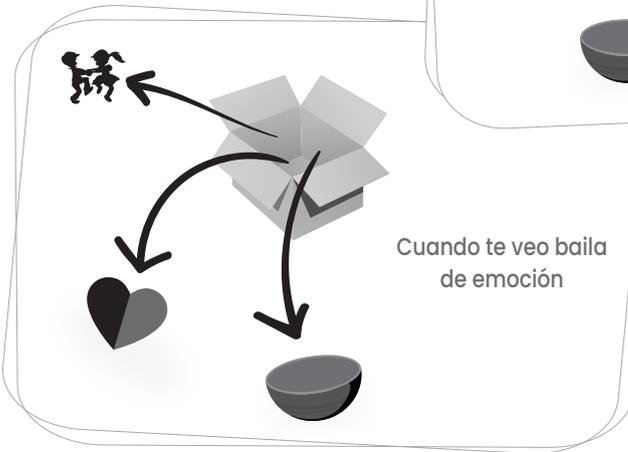
## ***La manzana se pasea***



## Ahora construycamos una:

Escojamos objetos de la casa o pensemos en el nombre de objetos o en palabras que terminen con el mismo sonido. Por ejemplo, dos objetos: corazón y tazón, y una palabra: emoción. Ahora con ellas compongamos una poesía disparatada usando recortes, algún objeto y un dibujo.

### La poesía colgada se vería así:



¿Qué objetos o palabras usaron para construir su poesía colgadas?

---

---

---

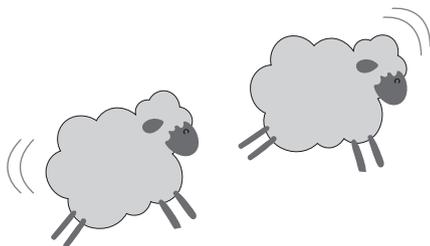
## Melodías para cantar una y otra vez...

Descubramos cuál puede ser la canción o el juego de palabras favorito de la familia.

### Sal de ahí chivita, chivita

*Sal de ahí chivita, chivita  
sal de ahí de ese lugar*

Vamos a buscar al **lobo**  
para que saque a la chiva  
El **lobo** no quiere sacar a la chiva  
la chiva no quiere salir de ahí...



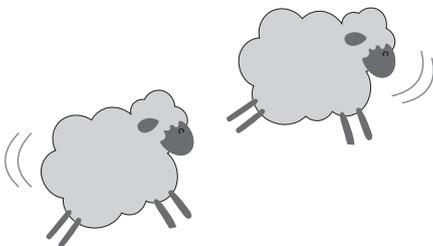
*Sal de ahí chivita, chivita  
sal de ahí de ese lugar*

Vamos a buscar al **palo**  
para que le pegue al **lobo**  
El **palo** no quiere pegarle al **lobo**  
el **lobo** no quiere sacar a la chiva  
la chiva no quiere salir de ahí...

Vamos a buscar al **fuego**  
para que queme al **palo**  
El **fuego** no quiere quemar el **palo**  
el **palo** no quiere pegarle al **lobo**  
el **lobo** no quiere sacar a la chiva  
la chiva no quiere salir de ahí...

*Sal de ahí chivita, chivita  
sal de ahí de ese lugar*

*Sal de ahí chivita, chivita  
sal de ahí de ese lugar*



Vamos a buscar al **agua**  
para que apague el **fuego**  
El **agua** no quiere apagar el **fuego**  
el **fuego** no quiere quemar el **palo**  
el **palo** no quiere pegarle al **lobo**  
el **lobo** no quiere sacar a la chiva  
la chiva no quiere salir de ahí  
Sal de ahí chivita, chivita  
sal de ahí de ese lugar.

(Tradición Oral)

## ¿Qué tal jugar a que se trabe la lengua?

Los trabalenguas hacen parte de la tradición oral,

¿Cuáles nos sabemos?

Aquí hay algunos para que probemos:

Tres tristes tigres  
tragaban trigo  
en un tragal.



Yo tengo una gallina pinta,  
pirirínca, piriránca, rubia y  
titiblanca, esta gallina tiene  
unos pollitos pintos, pirirínco,  
piriránco, rubios y titiblanco,  
si esta gallina no fuera pinta,  
pirirínca, piriránca, rubia y  
titiblanca, no tuviera los pollitos,  
pintos pirirínco, piriránco,  
¡rubios y titiblanco!

Poquito a poco Paquito  
empaca poquitas copitas  
en pocos paquetes.

Podemos componer con sonidos disparatados y  
acompañar con las palmas o saltos cada vez que  
digamos un sonido. ¿Lo intentamos?



¡Pa ca la ra aza fran!  
¡Pe que le re eze freni;  
¡Pi qui li ri izi frin;  
¡Po co lo ro ozo fron;  
¡Pu cu lu ru uzu frun;



Ahora ustedes...

# Adivina, adivinador

Hay un momento de la vida de las niñas y los niños en que se preguntan frecuentemente por el funcionamiento del mundo: **¿por qué se hace de noche?**  
**¿a dónde va toda el agua del río que pasa por aquí?**

Así que las adivinanzas se convierten también en esas preguntas que describen objetos, lugares o personas sin nombrarlos, son una manera distinta de asomarse al mundo.

Aquí te proponemos algunas:

Agua pasó por aquí  
Cate que no la ví.

¿Qué es?

**El aguacate**



Siempre mirando al sol  
y no soy un caracol.  
Giro y giro sin fin  
y no soy un bailarín.



¿Qué es?  
**El girasol**

Este es un animal,  
muy original,  
que no es cara arriba  
sí se pone a caminar.

¿Qué es?

**El escarabajo**



Los invitamos a escribir o dibujar alguna que se inventen en familia



Y colorín colorado  
este cuento no ha terminado.

Vamos a seguir creando, cantando y bailando  
con las niñas y los niños,  
siempre hay una oportunidad para  
contar historias, crear poesías  
y jugar con las palabras.



Para jugar con...

las palabras,  
los sonidos y el  
movimiento



El futuro  
es de todos

Gobierno  
de Colombia

En familia...

## ¡Nos cuidamos!



Como familia muchas veces nos sentimos abrumados por las múltiples tareas que se viven en el día a día. Por esta razón, no está mal darse un tiempo para descansar y disfrutar de eso que nos gusta, que nos hace sentir tranquilos y en paz con nosotros mismos. Recuerden que si cada persona está bien, las personas que están a su alrededor también lo estarán. Para ello, le proponemos que:

- 1** Dediquen un momento del día para disfrutar de algo que les guste y conecte consigo mismos, como hacer ejercicio, caminar, respirar aire puro, tomarse una bebida caliente o tejer.
- 2** Permítanse estar en el tiempo presente con la actividad que escojan, sin pensar en las cosas que deben hacer más tarde o que no hicieron. Solo disfruten del aire, los olores y sabores, y los sonidos de eso que están experimentando en ese momento.
- 3** Hablen con la niña o el niño de lo que están haciendo, esto les permitirá respetar ese tiempo.
- 4** Si lo consideran conveniente, pueden disfrutar de esa actividad con la niña o el niño, pero lo importante es que se sientan cómodos y sea un momento para ustedes.
- 5** Dense esos regalos que les ayudarán a estar más presentes con sus necesidades y con las de los demás.

En familia...

## ¡Nos cuidamos!



Las responsabilidades del hogar son de todas las personas que lo habitan; por tanto, es importante distribuir los quehaceres para que estos nos queden concentrados en una sola persona. De esta manera se fomenta el cuidado mutuo. Para ello, le proponemos que:

- 1** Reconozcan las capacidades que tiene la niña o el niño para ayudar en el hogar.
- 2** Mientras los adultos cuidadores están cocinando, la niña o el niño puede ayudarles a lavar las verduras, desgranar las arvejas o alcanzar algún utensilio que no sea peligroso. Si están organizando el hogar, cada quien se pueden encargar de una labor; por ejemplo, que la niña o el niño eche la ropa sucia en el balde o en el lugar donde se acumula para después lavarla.
- 3** Orienten a la niña o el niño con tranquilidad y paciencia.
- 4** Asegúrese de acompañar de manera permanente la labor que desempeña la niña o el niño; esto evitará que se presenten accidentes dentro del hogar.
- 5** Disfruten de este tiempo en familia.

En familia...

## ¡Nos cuidamos!



Hay momentos en el día a día en los que las cosas no salen como esperábamos y esto nos genera malestar. En tales momentos, mantener la calma nos puede ayudar a ver otras salidas o, si no hay solución, aceptar lo que está sucediendo sin empeorarlo con nuestra ira. Para ello, le proponemos que:

- 1 Antes de reaccionar, respiren profundamente.
- 2 Reconozcan la emoción que están sintiendo.
- 3 Piensen en lo que les está causando esta emoción, en la situación que están enfrentando.

- 4 Luego de haber reflexionado, tomen decisiones asertivas para solucionarla.
- 5 Exprésenle a la niña o al niño que también ustedes pueden tener días difíciles y diversas emociones, pero que, si transforman esos pensamientos o emociones de manera adecuada, podrán resolver cualquier situación.

En familia...

## ¡Exploramos el territorio!



Quando las niñas y los niños están en contacto con la naturaleza, disfrutan de explorarla, se hacen preguntas frente a lo que ven, sienten y experimentan; así mismo, crean un vínculo de cuidado con su entorno. Para ello, le proponemos que:

- 1 Inviten a la niña o al niño a caminar o dar un paseo al aire libre.
- 2 Durante el recorrido, disfruten los aromas, los colores y los sonidos de la naturaleza. De vez en cuando invítenle a respirar profundo y pregúntenle cómo se siente.

- 3 No olviden llevar consigo una caja o bolsa para guardar elementos naturales que llamen la atención de la niña o el niño durante el recorrido.
- 4 Aprovechen para dialogar acerca de las plantas, las flores, los árboles, y los animales que observen.
- 5 Una vez termine el recorrido, organicen juntos los elementos naturales que encontraron en el camino por color, tamaño y textura.

En familia...

## ¡Exploramos el territorio!



A las niñas y los niños les gusta desplazarse de un lugar a otro, su cuerpo es el instrumento para explorar diferentes espacios dentro y fuera del hogar, y descubrir nuevos movimientos. Gatean, se arrastran, caminan, corren, y así descubren que un objeto puede estar cerca a ellos y a la vez lejos de otra persona, o que un objeto puede estar al lado izquierdo de su amigo, pero al lado derecho de ellos. Para explorar el entorno, qué tal si juegan a encontrar objetos que estén a su alrededor. Para ello, le proponemos que:

- 1 Escondan una pelota u otro objeto debajo de una manta o láncelo hacia algún lugar para que la niña o el niño vaya a buscarlo.
- 2 Pregúntele dónde cree que está el objeto e invítenle a ir por él.
- 3 Pueden jugar a "Caliente, caliente, frío, frío". Cuando la niña o el niño esté cerca del objeto pueden decirle que está "caliente", cuando esté lejos del objeto pueden decirle que está "frío".
- 4 Denle pistas para encontrar el objeto: "Está encima de..., pero debajo de..." o "Está al lado derecho o al lado izquierdo de..."
- 5 Celebren con la niña o el niño cuando haya encontrado el objeto. Si no lo logra, es la oportunidad para encontrarlo juntos.

En familia...

## ¡Exploramos el territorio!



Las niñas y los niños descubren distintas propiedades de los materiales cuando los tocan y experimentan con ellos. Sienten la dureza, el espesor, la temperatura, el peso, la rigidez o la fragilidad que tienen y se hacen preguntas, deciden cuáles les agradan cada día y los utilizan para hacer sus propias creaciones. Les proponemos ser expedicionarios y artistas:

- 1 Realicen un paseo con la niña o el niño donde recojan diferentes materiales que sean de su interés: piedras, semillas, trozos de madera, hojas, tierra, arena, etc.
- 2 Busquen en la cocina pigmentos que producen los alimentos como las cáscaras de la remolacha, el banano, la cúrcuma, el mango y la piña, entre otros.
- 3 Ubiquen los materiales encontrados y los pigmentos en un lugar donde la niña o el niño pueda crear con libertad, sin tener que preocuparse por lo que pueda ensuciar o manchar.
- 4 Permítanle que se unte, pinte y haga preguntas sobre el origen de los materiales.
- 5 Expongan en un lugar importante de la casa la obra de arte que hizo la niña o el niño con los diferentes materiales que encontró.

En familia...

## ¡Cantamos, bailamos y disfrutamos!



**Una actividad muy divertida es reinventar canciones. Jugar con el mundo de las palabras les brinda a las niñas y los niños una oportunidad para crear, rimar y expresarse desde el habla y los gestos. Para ello, le proponemos que:**

- 1** Elijan con la niña o el niño una canción que sea de su agrado y conocida por ustedes.
- 2** Tengan presente la rima de la canción, pero empiecen a recrearla utilizando nuevas palabras.
- 3** Piensen en cosas absurdas, como vacas que vuelan, o en cómo sería un mundo al revés o en el que todo fuera transparente.
- 4** Cambien también los personajes de la canción. Por ejemplo, cambien un animal grande por uno pequeño o una persona por un animal o un árbol.
- 5** Pasen un tiempo divertido recreando la canción.

En familia...

## ¡Cantamos, bailamos y disfrutamos!



**A las niñas y los niños les gusta ser escuchados, por eso buscan mirar a los adultos a los ojos cuando están hablando. Para ellas y ellos es una manera de reafirmar que el otro está prestando atención y se les facilita entrar en confianza y expresar su sentir. Para ello, le proponemos que:**

- 1** Cuando la niña o el niño quiera hablar, suspendan por un momento la actividad que estén realizando.
- 2** Busquen estar en un lugar o posición en la que puedan verse a los ojos y escúchenle con atención.
- 3** Háganle preguntas sobre lo que le está contando y muéstrense receptivos en la conversación.
- 4** Exprésenle su sentir frente a lo que les cuenta, generándole confianza.

En familia...

## ¡Cantamos, bailamos y disfrutamos!



**A las niñas y los niños les encanta inventar historias, crear nuevos personajes e imaginar otros mundos; así mismo, disfrutan que sus familias participen de estos relatos y les ayuden a llevar el hilo conductor de la historia.** Para ello, le proponemos que:

- 1** Le proponen a la niña o el niño inventar historias con los objetos de la casa.
- 2** Toman un objeto cualquiera, por ejemplo un zapato, y comienza una historia: "En la tierra de los descalzos, alguien se pinchó un pie...".
- 3** Y dejan que otro integrante de la familia siga la historia de ese objeto.
- 4** Buscan ideas graciosas para completar la historia, incluso cosas absurdas para que los niños y las niñas creen jugando con la realidad y la ficción en la historia.
- 5** Acompañan la historia con movimientos que indiquen la acción que se cuenta (brincar con un pie arriba) y hacen los gestos que corresponden a la situación (si se pinchó el pie, poner cara de dolor).

En familia...

## ¡Nos cuidamos!



**Jugar durante el baño es algo que les encanta a las niñas y los niños.** Para que este espacio sea agradable:

- 1** Anticípense a la niña o al niño que es hora de bañarse y anímenle hacerlo.
- 2** Preparen juntos el espacio alistando los elementos que necesitan para el baño: toalla, jabón, champú, agua.
- 3** Permítanle que escoja un juguete u objeto para el momento del baño, concédanle un tiempo para que juegue y acompañenlo a disfrutar de ese momento.
- 4** Cuando lo estén bañando, aprovechen para mencionar la parte de su cuerpo que estén aseando.
- 5** Cada una de estas acciones les permitirá estrechar su vínculo y a la niña o el niño le facilitará conocer su cuerpo y entender que el baño es un momento divertido y necesario.

En familia...

## ¡Nos cuidamos!



**Las niñas y los niños pueden experimentar diferentes emociones al mismo tiempo, es importante ayudarles a reconocer qué están sintiendo y ponerlo en palabras, para desde ahí buscar soluciones.**

Para ello, le proponemos que:

- 1** Acérquense a la niña o al niño en sus momentos de angustia, enojo, tristeza o miedo.
- 2** Ayúdenle a reconocer sus emociones y acompañenle a encontrar la calma.

- 3** Es importante estar tranquilos y receptivos frente a lo que está ocurriendo.
- 4** Comprendan el momento por el que está pasando, pregúntenle el porqué de esa reacción y ayúdenle a buscar soluciones.

En familia...

## ¡Nos cuidamos!



**No hay cosa que llame más la atención de las niñas y los niños que comer solos, pues se sienten con mayor seguridad en sí mismos y adquieren mayor independencia.**

Para que la hora de comer sea placentera:

- 1** Permítanle a la niña o al niño explorar los alimentos. Si son pequeños, déjenlos cogerlos con las manos. Poco a poco puede ir incorporando la cuchara u otros cubiertos.
- 2** Preséntele un plato con variedad de colores, olores y texturas, para que puedan experimentar los alimentos con el gusto, el olfato y el tacto.
- 3** Ofrezcanle ayuda si la necesita, sean pacientes con sus tiempos. Cuando termine los alimentos o exprese que se siente satisfecho con lo que consumió, respóndanle con una sonrisa o una felicitación ¡Celebre con ella o él!

- 4** Aparten las distracciones a la hora de comer tales como televisores, dispositivos móviles y juguetes, entre otros.
- 5** Establezcan un lugar tranquilo para consumir los alimentos.
- 6** Sean pacientes a la hora de incorporar un nuevo alimento; déjenle observarlo, olerlo e invítenlo a probar. Celebren esas pequeñas conquistas con los alimentos.
- 7** Procuren que el momento de alimentación sea tranquilo y afectivo.