



El futuro  
es de todos

Gobierno  
de Colombia

# # Mis Manos Te Enseñan

**Experiencias de cuidado  
y crianza en el hogar  
en tiempos de Coronavirus**

**Niñas y niños de 2 a 5 años**





# PRESENTACIÓN

**Estimadas niñas, niños, comunidades, familias, madres, padres y cuidadores:**

Como saben, en Colombia continúa la medida de aislamiento preventivo. Por esta razón debemos permanecer en nuestras casas, cuidarnos, seguir compartiendo tiempo en familia y disfrutar de aventuras y retos con las niñas y niños, incluso desde la gestación.

La invitación desde el ICBF es a **¡Explorar, crear, expresar y atesorar!** Para ello llevaremos el **DIARIO DEL EXPLORADOR** en el que consignaremos nuestras aventuras y recolectaremos los tesoros más importantes durante el camino.

A medida que las niñas y los niños crecen, su mundo comienza a expandirse. Se hacen más independientes y comienzan a prestar más atención a todo lo que sucede a su alrededor. Quieren explorar, preguntar, crear, jugar e interactuar con sus familiares. Por esta razón, esta cartilla invita a que las **niñas y los niños de dos a cinco años**, vivan experiencias en el hogar con sus familias y cuidadores.

**ESPERAMOS  
QUE DISFRUTEN  
ESTA NUEVA  
AVENTURA.**





4 BUSQUEMOS  
NUEVOS  
TESOROS



Leamos

Cantemos



Juguemos



3 GUARDEMOS  
NUESTROS  
TESOROS

2 ORGANICEMOS  
LAS RUTINAS



1 HAGAMOS  
UN DIARIO

PASO 1:

# HAGAMOS UN DIARIO



(marca tu diario con  
dibujos, fotos, nombres)

PASO 2:

# ORGANICEMOS LAS RUTINAS

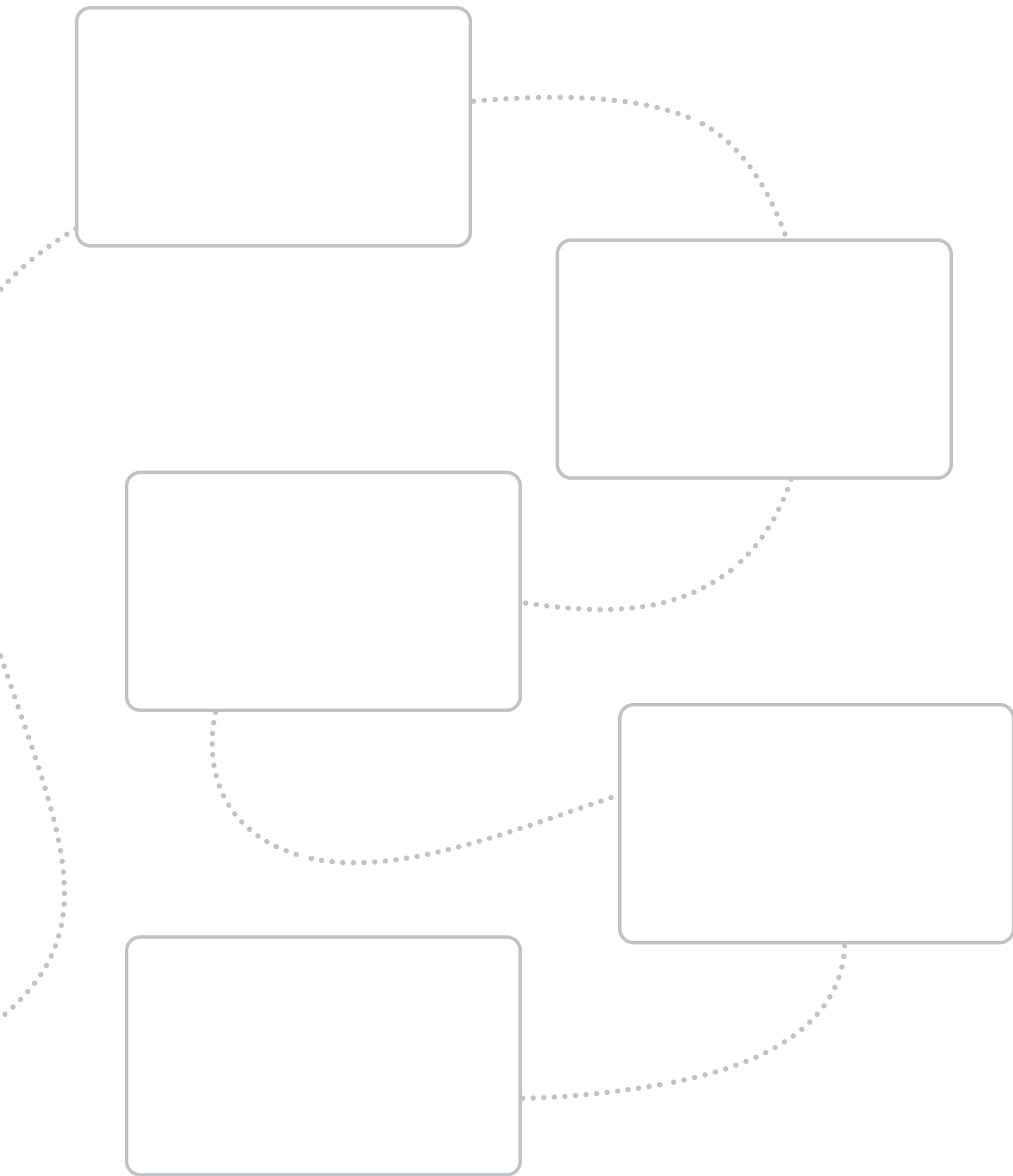


(puedes cortar, pegar o dibujar)

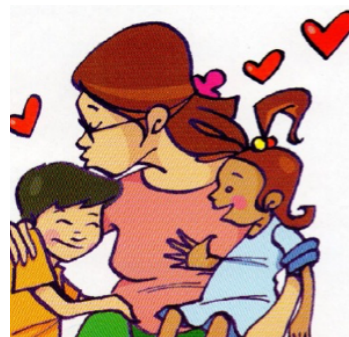
Aquí podrás organizar las actividades importantes de tu día. Recuerda incluir en las rutinas diarias espacios para jugar, leer, descansar y pasar tiempo con la familia.

The form consists of five empty rounded rectangular boxes arranged in a grid-like pattern. A dotted line starts from the top right of the first box, goes to the top right of the second box, then to the top right of the third box, then to the top right of the fourth box, and finally to the top right of the fifth box. The boxes are intended for users to write or draw their daily activities.





Algunas imágenes<sup>1</sup> que pueden servir para organizar la rutina.



1. Imágenes tomadas de 'CuidArte: El arte de cuidar, criar y educar'; 'Guía Unificada CuidArte: Antes de nacer' y 'Guía para Profesionales Formadores De Cero a Siempre'.





### PASO 3:

## GUARDEMOS NUESTROS TESOROS



### ¿Dónde guardar?

¡Construiremos un cofre de los tesoros! Para esto puedes utilizar cajas, sobres, bolsas o papel reciclado. La idea es hacer varios para que se puedan guardar muchos tesoros. Decora cada uno a tu gusto y diviértete.

## ¿Qué puedes guardar en el cofre?

Recolecta todos tus tesoros. Estos pueden ser imágenes, creaciones artísticas, juguetes, materiales de la casa, regalos favoritos y tesoros de la cartilla anterior, entre otros.



## Dibuja tus tesoros

El tesoro favorito:

A large, empty rectangular box with rounded corners, intended for drawing the favorite treasure. In the bottom right corner, there is a small icon of an artist's palette.

El tesoro más grande:

A large, empty rectangular box with rounded corners, intended for drawing the largest treasure. In the bottom right corner, there is a small icon of a pencil holder containing a pencil and a marker.

El tesoro más pequeño:



PASO 4:

## BUSQUEMOS NUEVOS TESOROS

¡Cantemos<sup>2</sup>!

Las expresiones musicales permiten expresar sentimientos, fortalecen las relaciones afectivas y familiares y las habilidades comunicativas verbales y no verbales. También contribuyen al aprendizaje, el reconocimiento del mundo y el desarrollo de habilidades motoras y cognitivas.

### CUCÚ CANTABA LA RANA



Cucú cantaba la rana,  
cucú debajo del agua.  
Cucú pasó un caballero,  
cucú con capa y sombrero.  
Cucú pasó una gitana,  
cucú vestida de lana.  
Cucú pasó un marinero,  
cucú vendiendo romero.  
Cucú le pidió un ramito,  
cucú no le quiso dar,  
cucú se echó a revolcar.

2. Tomada de 'Canciones, rondas, nanas, retahílas y adivinanzas'. Serie Leer es mi cuento. Ministerio de Cultura. Distribución gratuita con fines didácticos y culturales.

## EL SEÑOR DON GATO



Estando el señor Don Gato  
sentadito en su tejado  
Miau, miau, miau  
Miau, miau, miau  
Sentadito en su tejado.

Le ha llegado una carta  
Que si quiere ser casado  
Miau, miau, miau  
Miau, miau, miau  
Que si quiere ser casado.

Con una gatita blanca  
Hija de un gatazo negro  
Miau, miau, miau.  
Miau, miau, miau  
Hija de un gatazo negro.

El gato por ir a verla  
Se ha caído del tejado  
Miau, miau, miau  
Miau, miau, miau

Se ha caído del tejado.  
Ya lo llevan a enterrar  
Por la calle del mercado  
Miau, miau, miau  
Miau, miau, miau  
Por la calle del mercado.

Al olor de las salchichas  
El gato ha resucitado  
Miau, miau, miau  
Miau, miau, miau.

### ¡Construyamos un instrumento musical!

Puedes acompañar las canciones con instrumentos o juguetes sonoros elaborados con materiales presentes en el hogar. Explora cada lugar de la casa y recolecta los materiales que sirven para la creación sonora: cajas, tarros, semillas, telas, pimpones, latas, etc.

Algunas ideas sencillas:



**Necesitarás:** botellas plásticas con tapa, semillas, botones, latas, etc.



**Necesitarás:** tarros (sin tapa), bombas de fiesta, ligas de caucho y palos de madera.



**Necesitarás:** tapas plásticas, puntilla y martillo para hacer los agujeros, hilo grueso; para el soporte puedes utilizar un tarro plástico o un palo de madera.

## ¡Leamos<sup>3</sup>!

Mientras leemos a las niñas y los niños, podemos jugar con la voz, imitar las voces y sonidos de los personajes, cambiar los tonos (voz grave, aguda...) y el volumen, gritar o susurrar, según el momento de la historia. También podemos cantar, recitar...

## El rey de los animales

*Versión de Agustín Jaramillo Londoño*

Se reunieron los animales del monte para elegir rey. Porque ya hacía días que el Tigre y unos amigos venían diciendo que por qué gracia tenía que ser siempre el León y que quién había dicho. Ese día los animales fueron llegando todos y fueron diciendo por quién votaba cada uno. Ya por la tardecita, la votación estaba empatada: la mitad por el Tigre y la mitad por el León. Se pusieron a ver qué animal faltaba por votar y el único era el Conejo. Ahí mismito el Tigre se voló ligerito y se fue a buscarlo a la cueva, donde vivía. Cuando llegó, lo encontró acostao. Acostao' staba, con remadizo.

— ¿Qué le pasa, tío Conejo? ¿Cómo es que no ha venido a las elecciones, como están de buenas?

— ¡Qué va, tío Tigre! Yo lo qu'estoy es muriéndome. Con una tontina y un desaliento...

---

3. Tomado de 'Viva voz'. Serie Leer es mi cuento. Ministerio de Cultura. Distribución gratuita con fines didácticos y culturales.

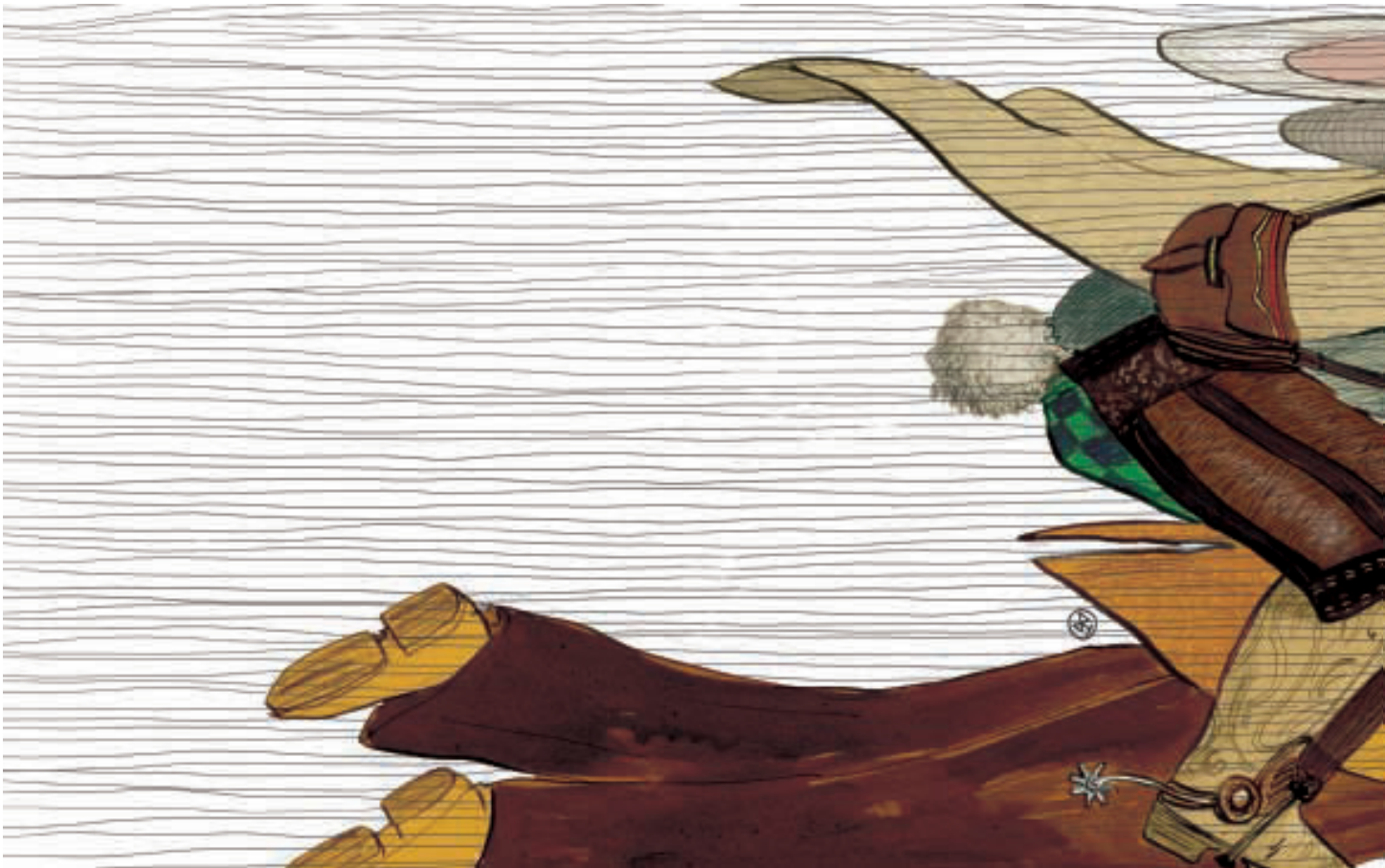
— ¡Eso no quiere decir con fuerza! Camine en un momentico vamos a votar.

— Yo no voy, tío Tigre. ¿Meteme esa caminada ahora, con este desaliento? ¡Ni por pienso! El Tigre se quedó como cavilando y dijo:

— Si es eso, tío Conejo, camine que yo lo llevo montao hasta allá.

El Conejo decía que no, qu' estaba muy maluco y el Tigre insistía en que fuera, que fuera... Hasta que el Conejo dijo:

— Bueno, pues, tío Tigre. Yo sí voy, pero con una condición: qu' es que usté me lleve montao y me vuelva a traer a la casa.



— Listos –contestó el Tigre–. ¡Apure, pues!

El Conejo se metió otra vez a la cueva y al ratico fue saliendo quizque de sombrero alón, de poncho y de carriel, de zamarros y de botas. En la mano traía una silla de vaquería.

—¿Y eso qué es? –dijo el Tigre, abriendo tamañas pepas di ojos.

—¡Una silla!

— No, tío Conejo. ¡Ni riesgos! Yo no me deajo poner eso. Bien pueda monte así no más. Pero silla, no.



— Está bien –dijo el Conejo, haciendo cara como de conformidad.

—Entonces no voy. Si no he de ir bien sentao, bien cómodo, no voy. Ya se iba a entrar p'aentro otra vez, cuando el Tigre dijo:

— Aguarde, tío Conejo. Camine, a ver... póngame esa silla pues...

El Conejo se la puso, le apretó bien la cincha y se volvió a entrar a la cueva.

El Tigre se impacientaba, viendo que ya se hacía tarde. Cuando salió el Conejo, traía una jáquima y un freno.



— ¡Freno sí no! –rugió el Tigre–. ¡Freno sí no, hermano!

— ¡Pero si yo no sé montar sin freno...!

— Freno sí no. Móntese así, que yo lo llevo con harto fundamento.

— No, tío Tigre. Yo sin freno no monto. Entonces dejemos así la cosa. Preste a ver yo le quito la silla pa' que se vaya.

— Aguarde, tío Conejo. Vea... Póngame pues el freno, pero con harta mañita, que yo no soy una mula.

El Conejo le puso la jáquima, le acomodó el freno y le apretó bien la barbada. Después se volvió a meter a la cueva y salió de espuelas.

— ¿Espuelas? ¿Espuelas a mí? –gemía el Tigre–. Yo pa qué necesito espuelas, tío Conejo. Eso es un insulto, una humillación para mí.

— No se preocupe, tío Tigre, que si no las necesita, yo no se las rastrillo tampoco. Pero, vea: si no quiere, no vamos... ¿oyó?

— No, no, no. No se demore más, tío Conejo, que nos va a coger la noche.

Con mucha parsimonia montó el Conejo, se arrellenó bien en la silla, templó las riendas y le rastrilló las espuelas al Tigre. Este pegó qué brinco y salió corriendo a cuantas tenía.

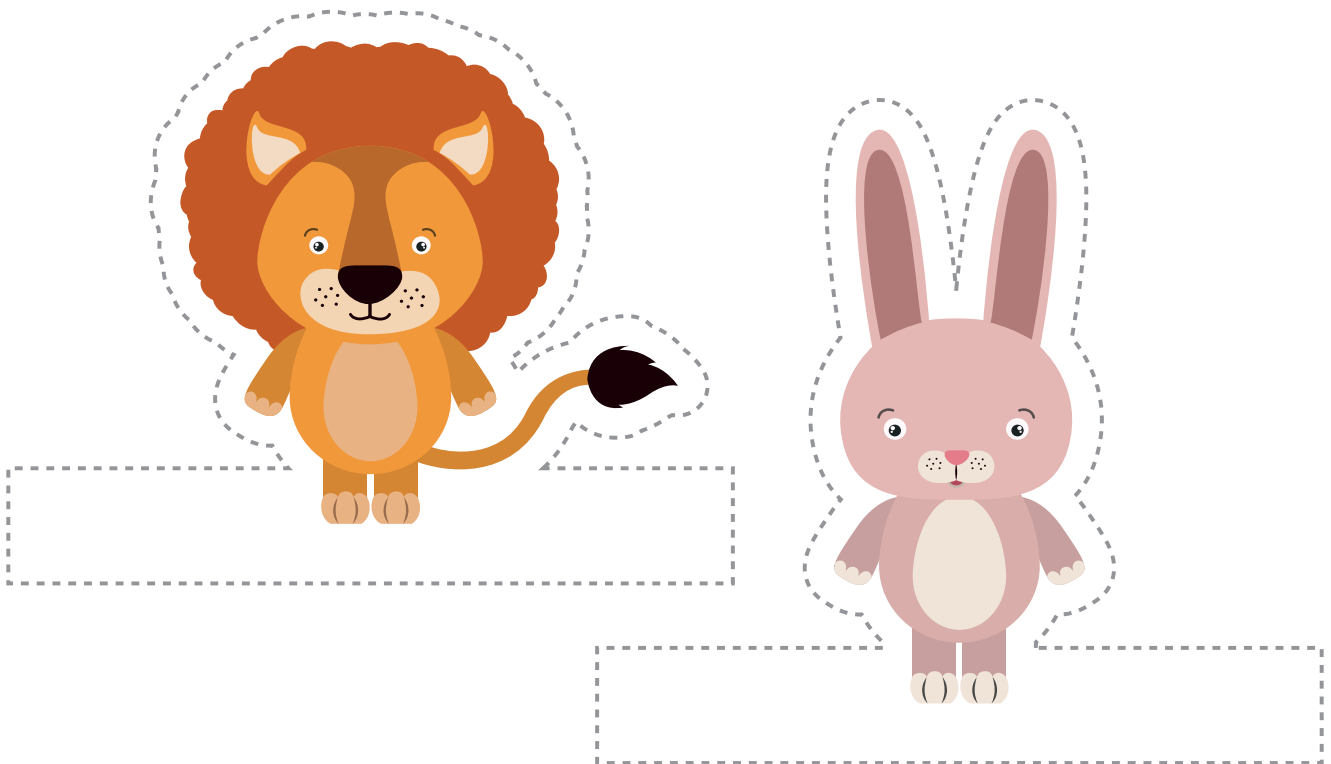
El Conejo apenas templaba las patas en los estribos de cobre y se agarraba bien el sombrero. El Tigre corrió como un rayo, dejando atrás potreros, saltando vallaos, trepando cuevas y bajando lomas, como una salación.

A lo que llegaron onde estaban todos los animales, entró el Conejo voliendo el sombrero y todos le gritaban que viva y se quedaron muy aterrados de verlo montado en el Tigre. El Conejo se fue acercando, al trocico, a la mesa onde estaban de juraos el Oso, el Armadillo y la Tatabra. Todos se callaron, a ver por quién iba a votar el Conejo:

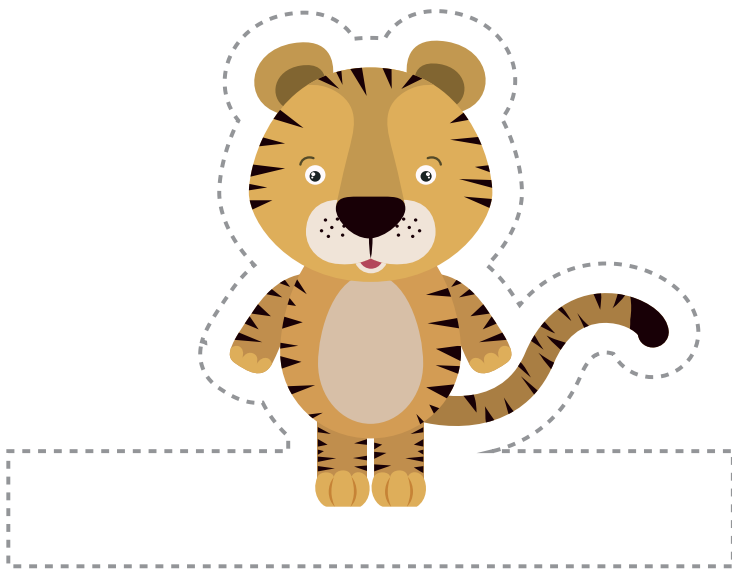
— Yo... Voto pa' rey de los animales... ¡Por el León! Porque lo qués al tigre, lo dejo más bien pa' silla.

## ¡Hagamos títeres!

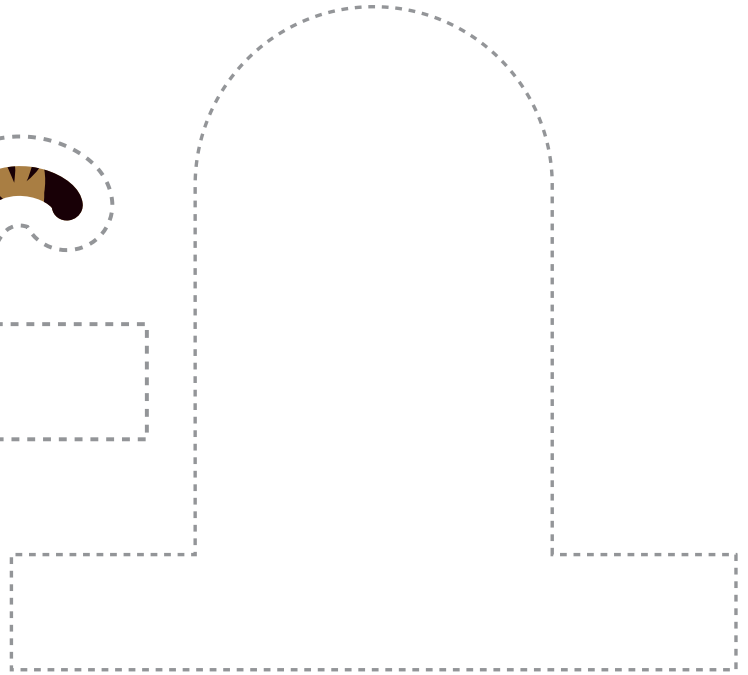
Con palos de paleta o con los dedos de las manos podrás animar los personajes, crear historias y canciones:



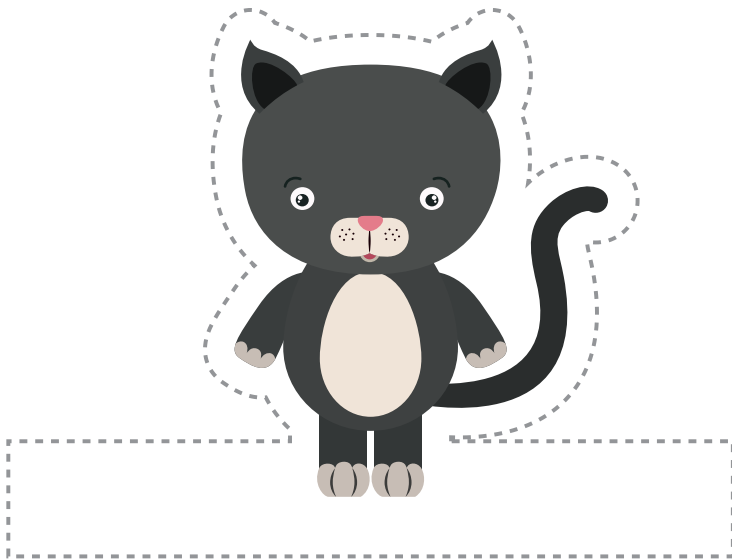




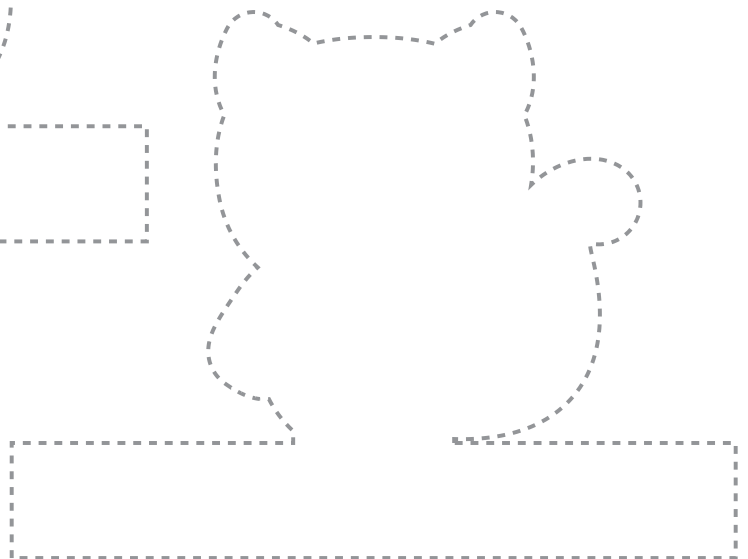
Creemos nuevos personajes:



Recordemos al Señor Don Gato de la canción:



Hagamos la gatica blanca:



## ¡Cantemos y juguemos!

Las retahílas son un juego de palabras que aportan a conocer nuevo vocabulario, fortalecer la atención y mejorar la memoria de las niñas y los niños. También podemos cantarlas y hacer rondas divertidas con mímica y retos al memorizarlas.

### En Pamplona hay una plaza



En Pamplona hay una plaza  
en la plaza hay una esquina  
en la esquina una casa  
en la casa hay una pieza  
en la pieza hay una mesa  
en la mesa hay una jaula  
en la jaula hay una estaca  
en la estaca hay una lora  
la lora en la estaca,  
la estaca en la jaula,  
la jaula en la mesa,  
la mesa en la pieza,  
la pieza en la casa,  
la casa en la esquina,  
la esquina en la plaza,  
la plaza en la ciudad de Pamplona.

### La pájara pinta



Estaba la pájara pinta  
sentada en un verde limón.  
Con el pico cortaba la rama,  
con la rama cortaba la flor.

Ay ay ay, ¿cuándo vendrá mi amor?  
Me arrodillo a los pies de mi amante,  
me levanto, constante, constante.  
Dame una mano, dame la otra,  
daré la media vuelta, daré la vuelta entera,  
daré un pasito atrás, haciendo la reverencia.

Dame esa mano, dame la otra,  
dame un besito que sea de tu boca.

Pero no pero no pero no, porque me da vergüenza,  
pero sí pero sí pero sí, porque te quiero a ti.





El futuro  
es de todos

Gobierno  
de Colombia



# # Mis Manos Te Enseñan

**Experiencias de cuidado  
y crianza en el hogar  
en tiempos de Coronavirus**



LÍNEA DE  
ATENCIÓN A  
NIÑOS, NIÑAS  
Y ADOLESCENTES.  
PROTECCIÓN - EMERGENCIA - ORIENTACIÓN

Línea gratuita nacional ICBF:  
**01 8000 91 80 80**  
**[www.icbf.gov.co](http://www.icbf.gov.co)**



ICBFColombia



@ICBFColombia



@icbfcolombiaoficial



**BIENESTAR  
FAMILIAR**