



ChildFund®  
México



PROGRAMA

# Creciendo Contigo

ETAPA DE VIDA 1 (3 A 5.11 AÑOS)

Cuadernillo de trabajo  
para cuidadores de niñas  
y niños de 3 a 5.11 años



REGISTRO

# 3 a 5.11 años

- Mi hija o hijo se llama \_\_\_\_\_
  - Se llama así porque \_\_\_\_\_
  - La fecha de nacimiento de mi hija o hijo es \_\_\_\_\_
  - Su primer preescolar se llama \_\_\_\_\_
  - Su mascota favorita es \_\_\_\_\_
- Y se llama \_\_\_\_\_

Le gusta cantar o sus canciones favoritas son:

---



---



---



Su juego o sus juguetes favoritos son: \_\_\_\_\_

---



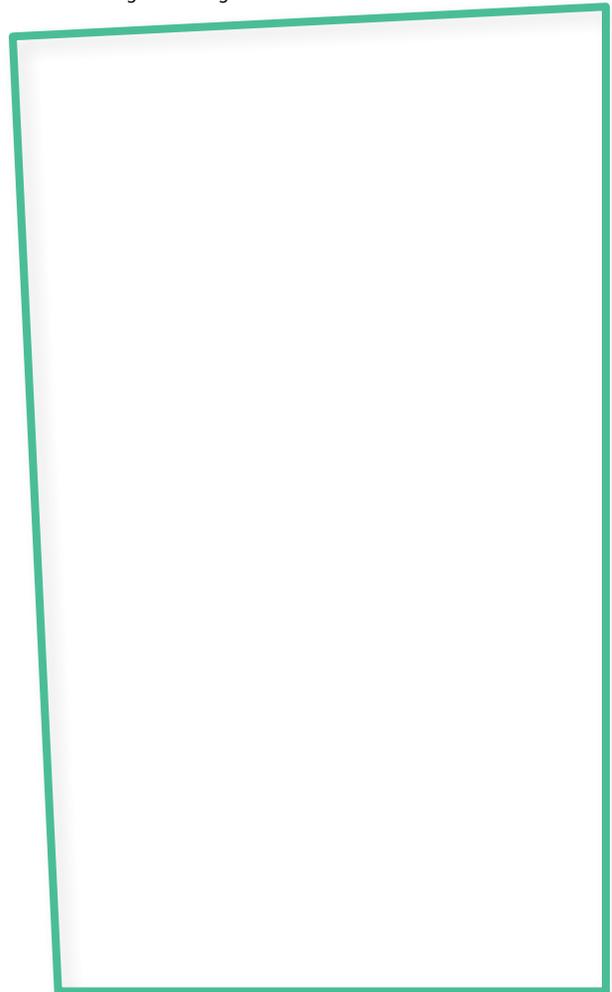
---



---



- Dibujo de toda la familia hecho por mi hija o hijo:



Le gusta bailar estas canciones: \_\_\_\_\_

---



---



---



Su mejor amiga o amigo es: \_\_\_\_\_

---



---



---



Te presentamos este material para brindarte orientación y recomendaciones para que tu hija o hijo crezca de manera óptima, en un ambiente sano, seguro y protegido. Sabemos que el momento actual que estamos viviendo ha dificultado la realización de las sesiones presenciales que llevabas en conjunto con tu facilitador(a) de manera semanal o quincenal, por lo que queremos llevar a tu hogar este cuadernillo que te proporcionará información básica sobre diferentes temas: salud, nutrición, desarrollo, protección y autocuidado, y actividades recomendadas para hacer en casa junto a tu hija o hijo.

El cuadernillo contiene información con temas importantes para la formación integral de tu hija o hijo, también encontrarás actividades relacionadas con el área de desarrollo para que las realices con ella o él, y una sección nombrada **Portafolio de evidencias**, en la que esperamos que nos compartas tu experiencia sobre tu aprendizaje y el de tu hija o hijo.

Como sabemos que eres una madre, padre o cuidador comprometido con el bienestar de tu hija o hijo, te proponemos realizar cada semana una de las actividades que tiene este cuadernillo, para continuar con el apoyo en esta etapa de desarrollo que es fundamental en su ciclo de vida.

Cada semana la persona facilitadora de tu región te estará recordando las actividades a trabajar durante ese periodo; lo fundamental es que realices todas las propuestas y que las refuerces o repitas una o dos veces por semana para estimular el desarrollo de tu hija o hijo.



indica que la actividad cuenta con un video de apoyo para guiarte en la forma de realizarla; el video te será enviado vía WhatsApp o podrás verlo en las redes sociales de la organización. Si no cuentas con posibilidades para ver el video, tu facilitador(a) realizará una visita a tu domicilio para enseñarte cómo realizar la actividad, para que le compartas tus dudas y te apoye a resolverlas.

Es importante que conserves los materiales que trabajas junto con tu hija o hijo para que nos compartas el resultado a través de una fotografía que enviarás por WhatsApp, o cuando tu facilitador(a) realice la visita domiciliaria, tomará una fotografía de los trabajos que realizaste. Algunas actividades van a requerir que las guardes en un folder para que no se maltraten, también las puedes guardar en este mismo fascículo. Trata de no recortar las páginas de este cuadernillo; cuando haya una actividad que lo requiera, mejor copia la actividad en otra hoja, recórtala y pégala en el espacio correspondiente.

Esperamos que este material sea de tu agrado y lo disfrutes. Queremos verte pronto y ver cuánto ha crecido tu hija o hijo.

***¡Manos a la obra!***

ETAPA:

1 A 2.11 AÑOS

MÓDULO:

DESARROLLO

# D16

## DESARROLLO COGNITIVO DE 3 A 5 AÑOS (PERCEPCIÓN E IDENTIFICACIÓN AUDITIVA)



### ¿Sabías que...?

Las niñas y los niños adquieren el lenguaje de las personas que les hablan y los escuchan, no de la televisión. Entre más palabras escuche tu hija o hijo, más palabras comprenderá y aprenderá; lo que cuenta es hablarle bastante. Dile en voz alta lo que estás haciendo y utiliza diferentes palabras para decir lo mismo. A medida que juegues con tu hija o hijo más natural será hablarle y escucharle. A los preescolares les fascina jugar con las palabras y hacer rimas.

### ¿Qué beneficios tiene para mi hija o hijo, para mí y para mi pareja?

Es probable que las niñas y los niños, al cumplir cinco años, que saben y usan muchas palabras se conviertan en buenos lectores. Los infantes que pueden jugar con el lenguaje desarrollan las destrezas necesarias para aprender a leer.

### Recomendaciones

- Una buena idea es usar el tiempo de juego para describir lo que ves y formular preguntas que le animen a responder.
- Enséñale algunas rimas infantiles o dichos graciosos.
- Al hablar con tu preescolar trata de usar palabras nuevas. Para eso puedes pensar en diferentes maneras de decir lo mismo.



### ACTIVIDAD 1

### SONIDOS DE ANIMALES

**Materiales:** hojas, lápices y colores, rimas, libros, revistas, tijeras, cinta adhesiva.

**Instrucciones:**

1. Dobra una hoja en cuatro partes.
2. Recorta las cuatro partes.



3. Dibuja, en cada uno de los pedazos de hoja que recortaste, los siguientes animales: ardilla, gallina, perro, rana, o busca recortes de estos animales en libros o revistas.

4. Colorea junto a tu hija o hijo estos animales.

5. Al reverso de la hoja escribe la rima que haga referencia al animal dibujado:

- “Ana la rana, brinca y brinca junto a su hermana”.
- “El perrito travieso no quiere queso, porque le gusta el hueso”.
- “La gallina Cleopatra, pone huevos levantando la pata”.
- “Pepa la ardilla, trepa y baja por la resbaladilla”.

Al finalizar cada rima pide a tu hija o hijo que haga el movimiento y sonido que caracteriza a cada animal.

6. Pega las hojas en la pared.

7. Pide a tu hija o hijo que ponga mucha atención a tu voz.

8. Imita el sonido de uno de los animales y en cuanto reconozca qué sonido es, deberá ir por la tarjeta en la que está dibujado el animal, ponla frente a su cara y pídele que repita contigo la rima de ese animalito.

9. Repite la actividad hasta concluir.



## ACTIVIDAD 2

## MEMORAMA DE SONIDOS Y ANIMALES

**Materiales:** tarjetas de animales en par, cinta adhesiva, canción, bocina o celular.

### Instrucciones:

1. Realiza 10 pares de dibujos de los animales que más le agraden a tu hija o hijo.
2. Colorea los dibujos junto con ella o él.
3. Pega uno de los pares de los dibujos en la pared.
4. Traza en el piso una línea de un metro de distancia desde donde están los dibujos.
5. Reproduce la canción “El sonido de los animales” en una bocina, en el celular o cántala. <https://www.youtube.com/watch?v=WV0DlaOmmPs>



### “EL SONIDO DE LOS ANIMALES”

Vamos a jugar a los animales.  
Vamos a jugar a los animales.  
Vamos a jugar a los animales.  
Vamos a escucharlos tú y yo.

Dime si tú sabes cómo hace el perro.  
Vamos a escucharlo tú y yo (gua gua gua).

Dime si tú sabes cómo hace la vaca.  
Vamos a escucharla tú y yo (muuu muuu).

Dime si tú sabes cómo hace el borrego.  
Vamos a escucharla tú y yo (veeeee veeee).

Vamos a jugar a los animales.  
Vamos a escucharlos tú y yo.

Dime si tú sabes cómo hace la gallina.  
Vamos a escucharla tú y yo (cacara cacara).

Dime si tú sabes cómo hace el pato.  
Vamos a escucharlo tú y yo (cua cua cua).

Dime si tú sabes cómo hace el elefante.  
Vamos a escucharlo tú y yo (p).

Vamos a jugar a los animales.  
Vamos a escucharlos tú y yo.

Dime si tú sabes cómo hace el puerco.  
Vamos a escucharlo tú y yo (oinc, oinc).

Dime si tú sabes cómo hace el gato.  
Vamos a escucharlo tú y yo (miau miau).

Dime si tú sabes cómo hace el caballo.  
Vamos a escucharlo tú y yo (pr pr pr pr).

Vamos a jugar a los animales.  
Vamos a escucharlos tú y yo.

Dime si tú sabes cómo hace el lobo.  
Vamos a escucharlo tú y yo (auuuu).

Dime si tú sabes cómo hace el gallo.  
Vamos a escucharlo tú y yo (kikiriki).

Dime si tú sabes cómo hace el oso.  
Vamos a escucharlo tú y yo (urr urr).

Vamos a jugar a los animales.  
Vamos a escucharlos tú y yo.

Dime si tú sabes cómo hace el mono.  
Vamos a escucharlo tú y yo (uuu aaa).

Dime si tú sabes cómo hace el burro.  
Vamos a escucharlo tú y yo (uaj uaj uaj).

Dime si tú sabes cómo hace el ratón.  
Vamos a escucharlo tú y yo (iiiiiii).

Vamos a jugar a los animales.  
Vamos a escucharlos tú y yo.

Dime si tú sabes cómo hace el león.  
Vamos a escucharlo tú y yo (grrrr uuuu).

Dime si tú sabes cómo hace la serpiente.  
Vamos a escucharla tú y yo (sssssss).

Dime si tú sabes cómo hace la rana.  
Vamos a escucharla tú y yo (croac croac).

Vamos a jugar a los animales.  
Vamos a escucharlos tú y yo.

6. Pide a tu hija o hijo que cuando escuche en la canción, el nombre del animal representado en el dibujo, brinque en un solo pie y sobre la línea, hasta llegar a la pared donde está la imagen del animal mencionado, coloque la tarjeta par junto al dibujo e imite el sonido de ese animal.
7. Que regrese a su lugar original y repita la actividad.



#### PORTAFOLIO DE

## evidencias

Es importante conservar las evidencias y actividades de tu hija o hijo, pues a través de ellas, se darán cuenta de los avances y logros que ha tenido, observarán su desarrollo y las habilidades que ha adquirido al paso del tiempo.

Recuerda que al final deberás entregar a tu facilitador(a) lo siguiente:

1. Foto o video de tu hija o hijo saltando/cantando o imitando al animal.
2. Foto de las tarjetas pegadas a la pared.
3. Dibujo del animal favorito de tu hija o hijo.



Toma una serie de **fotos de la actividad** con tu hija o hijo y mándanos tus evidencias **vía WhatsApp** al grupo al que perteneces o a tu facilitador(a); en caso de que no cuentes con la aplicación, acudirán a tu domicilio a recabar esta evidencia.

ETAPA:

1 A 2.11 AÑOS

MÓDULO:

DESARROLLO

# D17

## DESARROLLO COGNITIVO

### PENSAMIENTO LÓGICO-MATEMÁTICO



### ¿Sabías que...?

El pensamiento lógico matemático es la capacidad que tienen las personas para entender el mundo que les rodea y resolver problemas, por ello la importancia de adquirir este conocimiento de manera práctica y creativa. Las niñas y los niños entenderán relaciones de equivalencia, igualdad y desigualdad (por ejemplo, dónde hay más o menos objetos); se darán cuenta de que “agregar hace más” y “quitar hace menos”, y distinguirán entre objetos grandes y pequeños, de esta manera pondrán en práctica el conteo.

### ¿Qué beneficios tiene para mi hija o hijo, para mí y para mi pareja?

Aprenderás actividades sencillas para apoyar a tu hija o hijo en la estimulación del pensamiento matemático, estableciendo relaciones de confianza y trabajo en equipo con ella o él.

### Recomendaciones

- Es importante animar a tu hija o hijo en sus intentos de contar, debes saber que puede equivocarse, pero aprenderá con la práctica.
- En casa y en el patio hay muchos objetos, así que puedes animarle a contar cosas simples como las patas de la mesa, las sillas, los botones de la camisa o las plantas. También podría identificar formas (círculos, cuadrados, triángulos, etcétera) al mismo tiempo que organizar por colores.



## ACTIVIDAD 1

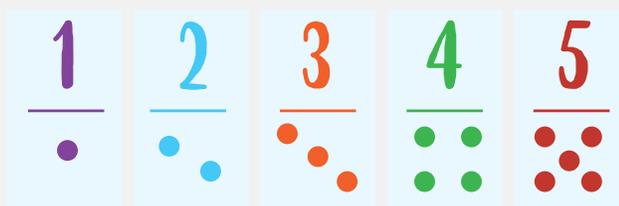
## RELACIONANDO COLORES Y NÚMEROS

**Materiales:** cinco tarjetas individuales con los números del 1 al 5 y puntos de colores que correspondan al número de la tarjeta, como mostramos en la figura.

Las fichas de colores pueden hacerse de cartulina o utilizar tapas de botellas que sean iguales a los de la figura: 1 ficha morada, 2 azules, 3 naranjas, 4 verdes, 5 rojas. Si no tienes esos colores puedes cambiarlos, pero deben coincidir con el color de la tarjeta.

### Instrucciones:

1. Pide a tu hija o hijo que se siente.
2. Muéstrale las tarjetas y ve diciendo los números.
3. Coloca las tarjetas en la mesa y pide a tu hija o hijo que coloque el número de fichas que correspondan al número de la tarjeta, esta vez no importa el color.
4. Deja que razone sus respuestas, sin interrumpir.
5. Posteriormente, pide a tu hija o hijo que coloque las fichas con el color correspondiente a cada tarjeta.



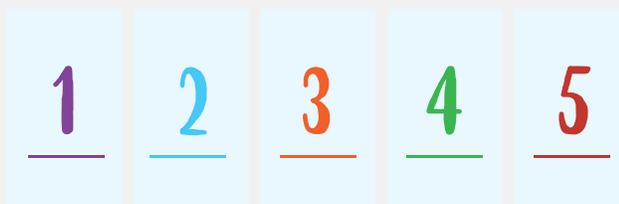
## ACTIVIDAD 2

## CONTANDO DEL 1 AL 5

**Materiales:** tarjetas con números del 1 al 5 (puedes utilizar hojas blancas, cartulina o cartón de reciclaje para hacerlas), plumones.

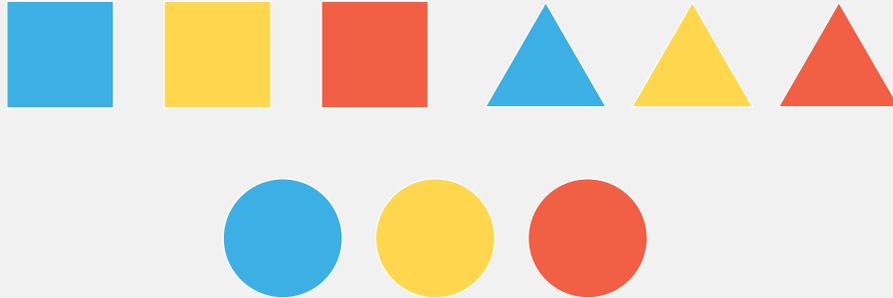
### Instrucciones:

1. Pide a tu hija o hijo que se siente.
2. Coloca las tarjetas en desorden y ordénalas contando en voz alta del 1 al 5.
3. Retira las tarjetas y revuélvelas.
4. Pide a tu hija o hijo que las coloque de nuevo en orden mientras cuentan en voz alta, puedes ayudarle solo a contar.
5. Retira las tarjetas y revuelve nuevamente.
6. Esta vez, invita a tu hija o hijo a que ordene las tarjetas solo(a). Cuando termine felicítale por el esfuerzo.



Se repiten los pasos cuantas veces sea necesario.

**Materiales:** tres juegos de figuras (círculo, triángulo y cuadrado), tres círculos, tres triángulos, tres cuadrados. Una figura de cada color, como se muestra en la siguiente imagen.



**Instrucciones:**

1. Pide a tu hija o hijo que se siente frente a ti.
2. Muestra primero las figuras (cuadrados, círculos y triángulos) sin mencionar el color del que son.
3. Pide que organice en la mesa o en el piso las figuras por su forma.
4. Posteriormente, muestra de nuevo las figuras, en esta ocasión mencionando el nombre de la forma y su color.
5. Dale las figuras y ahora pide que las organice por color.



PORTAFOLIO DE

## evidencias

Es importante conservar las evidencias y actividades de tu hija o hijo, pues a través de ellas, se darán cuenta de los avances y logros que ha tenido, observarán su desarrollo y las habilidades que ha adquirido al paso del tiempo.

Recuerda que al final deberás entregar a tu facilitador(a) lo siguiente:

1. Foto o video de tu hija o hijo utilizando las tarjetas con números y figuras de color.
2. Foto de las tarjetas pegadas en una superficie lisa (mesa, pared o piso).
3. Hoja con números colocados en orden, con el nombre de tu hija o hijo y la fecha.
4. Hoja con figuras colocadas en orden de color y forma.



Toma una serie de **fotos de la actividad** con tu hija o hijo y mándanos tus evidencias **vía WhatsApp** al grupo al que perteneces o a tu facilitador(a); en caso de que no cuentes con la aplicación, acudirán a tu domicilio a recabar esta evidencia.

ETAPA:  
1 A 2.11 AÑOS

MÓDULO:  
DESARROLLO

# D18

## DESARROLLO COGNITIVO EXPLORACIÓN Y CONOCIMIENTO DEL MUNDO



### ¿Sabías que...?

El reconocimiento del medio es aquel que tienen las niñas y los niños de su ambiente natural y familiar, es decir, que por contacto y experiencias vividas en el entorno, ellos(as) desarrollan capacidades de razonamiento para entender y explicarse, a su manera, las cosas que pasan a su alrededor.

La curiosidad y la capacidad de asombro que las niñas y los niños tienen a esta edad los lleva a preguntar constantemente cómo y por qué ocurren las cosas que les llaman la atención, al observar y explorar aprenden mucho más.

### ¿Qué beneficios tiene para mi hija o hijo, para mí y para mi pareja?

Favorecer en tu hija o hijo el desarrollo de las capacidades y actitudes que caracterizan al pensamiento reflexivo, mediante experiencias que le permitan aprender sobre el mundo natural y social.

### Recomendaciones

Deja que tu hija o hijo explore por sí solo(a) los objetos, paisajes y situaciones, en la medida que te pregunte responde y ayúdale a ser más curiosa o curioso.

#### ACTIVIDAD 1

#### PIEDRAS DE COLORES

**Materiales:** piedras, pintura, pinceles, hojas blancas, lápiz.

**Instrucciones:**

1. Busca un espacio en el que haya piedritas.
2. Pide a tu hija o hijo que colecte al menos 10 piedras de distintos tamaños.
3. Entrégale una hoja y un lápiz.
4. Pídele que coloque la piedra en la hoja y realice un trazo de la silueta.
5. Repite la actividad hasta concluir con las 10 piedras.
6. Ahora pídele que colorea las piedras como desee y con los colores que prefiera, en caso de no tener pintura puedes conseguir hojas de plantas y tallarlas con las piedras para que se coloren.
7. Pregunta cuántas piedras juntó y en qué se parecen o diferencian o qué formas tienen.

**Materiales:** frascos o vasos, especias, frutas, tarjetas con nombres.

**Instrucciones:**

1. Limpia los frascos o vasos.
2. Coloca en los frascos pedazos de especias como canela, clavo, hierbabuena, pimienta y café; o frutas como limón, manzana, plátano; o algunas otras frutas u hojas que tengan olor intenso.
3. Haz tarjetas con los nombres de las especias y/o frutas que hayas elegido.
4. Cubre los frascos o vasos con servilletas, pañuelos u hojas de papel para que no se vea el contenido.
5. Pide a tu hija o hijo que por turnos tome un frasco o vaso sin destapar, lo huela y trate de adivinar qué es.
6. Ahora pídele que elija la tarjeta que crea correspondiente al olor y verifiquen si atinó.
7. En caso de no corresponder al olor de la fruta o especia, intenten nuevamente.



PORTAFOLIO DE

## evidencias

Es importante conservar las evidencias y actividades de tu hija o hijo, pues a través de ellas, se darán cuenta de los avances y logros que ha tenido, observarán su desarrollo y las habilidades que ha adquirido al paso del tiempo.

Recuerda que al final deberás entregar a tu facilitador(a) lo siguiente:

1. Foto o video de tu hija o hijo identificando los olores.
2. Dibujo de las siluetas de las piedras.
3. Foto de las piedras recolectadas y coloreadas.
4. Colección de hojas o especiero con su nombre.



Toma una serie de **fotos de la actividad** con tu hija o hijo y mándanos tus evidencias **vía WhatsApp** al grupo al que perteneces o a tu facilitador(a); en caso de que no cuentes con la aplicación, acudirán a tu domicilio a recabar esta evidencia.

**ETAPA:**  
1 A 2.11 AÑOS

**MÓDULO:**  
DESARROLLO

# D19

## FORTALECIMIENTO DE LA MOTRICIDAD GRUESA Y FINA



### Te contamos que...

El desarrollo físico es un proceso en el que intervienen factores como la información genética, la actividad motriz, el estado de salud, la nutrición, las costumbres y el bienestar emocional.

En el desarrollo físico de las niñas y de los niños están involucrados el movimiento, la locomoción, la estabilidad y el equilibrio; la manipulación, la proyección y la recepción, consideradas como capacidades básicas.

Las capacidades motrices gruesas y finas se desarrollan rápidamente cuando las niñas y los niños se hacen más conscientes de su propio cuerpo, y empiezan a darse cuenta de lo que pueden hacer; disfrutan desplazándose y corriendo en cualquier sitio; "se atreven" a enfrentar nuevos desafíos en los que ponen a prueba sus capacidades, y ello les permite ampliar su competencia física, al tiempo que experimentan sentimientos de logro y actitudes de perseverancia. El movimiento durante el juego estimula el desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices (temporalidad, espacialidad, lateralidad, ritmo, equilibrio, coordinación). En estos procesos no solo movilizan las capacidades motrices, sino las cognitivas y afectivas.

### ACTIVIDAD 1

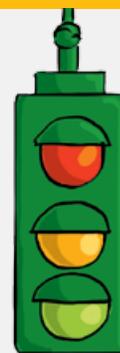
### MARACAS

#### Materiales:

- Botella de plástico con tapa.
- Semillas crudas (frijoles, arroz, lentejas o alberjones).

#### Instrucciones:

1. Pide a tu hija o hijo que meta las semillas crudas en una botella, al cerrarla tendrá lista su maraca. Al mover la botella podrá crear música para bailar e interactuar con otros.
2. Pídele que ponga atención a los distintos sonidos que puede obtener de su botella. El sonido puede ser: suave, mediano o fuerte; rápido, lento o en silencio. Puede apoyarse con el semáforo de colores para la actividad.



#### Semáforo:

Verde = dos golpes  
Amarillo = un golpe  
Rojo = silencio

**Materiales:**

- 2 cubetas o botes.
- Juguetes pequeños o piedras pequeñas (limpias).
- Banco para sentarse.

**Instrucciones:**

1. Agrega agua a una cubeta y coloca los juguetes pequeños dentro.
2. Pide a tu hija o hijo que se siente en el banco frente al bote que tiene los juguetes, sin zapatos, ni calcetines (para sentir la textura y forma de los juguetes).
3. Pídele que saque los juguetes con los pies y los coloque en el bote vacío.
4. El juego termina cuando tu hija o hijo termine de sacar sus juguetes sin ayuda de las manos.



PORTAFOLIO DE

**evidencias**

Agradecemos tu empeño con tu hija o hijo, y para que esto no quede solo en sus recuerdos, te invitamos a que le pidas contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál actividad te gustó más?, ¿por qué?

---



---



---

2. Expresa con un dibujo el aprendizaje de tu hija o hijo.



Toma una serie de **fotos de la actividad** con tu hija o hijo y mándanos tus evidencias **vía WhatsApp** al grupo al que perteneces o a tu facilitador(a); en caso de que no cuentes con la aplicación, acudirán a tu domicilio a recabar esta evidencia.

ETAPA:  
1 A 2.11 AÑOS

MÓDULO:  
DESARROLLO

# D20

## IMPORTANCIA DEL DESARROLLO MOTRIZ

### ¿Sabías que...?

El desarrollo motriz en la edad preescolar, que va de los tres a los cinco años, es un periodo de cambios importantes. El infante va a avanzar mucho en el lenguaje, en la motricidad fina y en la gruesa.

Estos cambios permitirán que la niña o niño sea cada vez más autónomo y capaz de socializar. A esta edad suele iniciar la escolarización (preescolar) y el juego simbólico y social (con otras niñas y niños).

En esta etapa inicia el control de esfínteres, la aceptación de normas y se tienen las primeras ideas del entorno de su mundo social y natural.



El principal criterio o propósito que se tendrá en esta edad es que la niña o niño mejore sus habilidades de coordinación, control, manipulación y desplazamiento; practique acciones de salud individual y colectiva para preservar y promover una vida saludable; y comprenda qué actitudes y medidas adoptar ante situaciones que pongan en riesgo su integridad personal.

Las capacidades motrices gruesas y finas se desarrollan rápidamente cuando las niñas o niños se hacen más conscientes de su propio cuerpo, y empiezan a darse cuenta de lo que pueden hacer; disfrutan desplazándose y corriendo en cualquier sitio; “se atreven” a enfrentar nuevos desafíos en los que ponen a prueba sus capacidades.

El movimiento durante el juego estimula el desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices: tiempo, espacialidad, lateralidad, ritmo, equilibrio, coordinación. En estos procesos no solo movilizan las capacidades motrices sino las cognitivas y afectivas.

Entre los tres y cinco años, en la etapa de educación preescolar, el infante ha alcanzado altos niveles de logro en general, coordina los movimientos de su cuerpo y mantiene el equilibrio, camina, corre, trepa; maneja con cierta destreza algunos objetos e instrumentos mediante los cuales construye juguetes u otro tipo de objetos (con piezas de distintos tamaños que ensambla, arma, construye con materiales diversos); o representa y crea imágenes y símbolos (con un lápiz, pintura, una vara que ayuda a trazar sobre la tierra, entre otros).

A partir de los tres años el infante va mejorando habilidades como correr, saltar, trepar, bailar. A los tres años, ya tiene adquiridas muchas de las capacidades motoras de un adulto, desde entonces seguirá perfeccionándolas de forma progresiva.

Todos estos avances le permiten desarrollar lo que se llama “esquema corporal”, es decir, cómo ve su propio cuerpo y sus distintas partes; se da cuenta de lo que puede hacer con él y de sus limitaciones.

## ACTIVIDAD 1

## RECORRIDO MOTRIZ (CIRCUITOS)

**Materiales:** cubeta, silla, listón, lo que tengas en casa.

**Instrucciones:** dile a tu hija o hijo que harán un recorrido por la casa y le explicarás cómo hacerlo (deberás adecuarte a lo que tengas en casa). Puedes decirle: “Vas a recorrer la casa, pasarás por los lugares y tocarás los objetos que te indique”.

**Ejemplo:**



## PORTAFOLIO DE evidencias

Es importante conservar las evidencias y actividades de tu hija o hijo, pues a través de ellas, se darán cuenta de los avances y logros que ha tenido, observarán su desarrollo y las habilidades que ha adquirido al paso del tiempo.

Es por ello que te invitamos a que realices junto con tu hija o hijo un dibujo de la actividad que más le gustó y te exprese qué fue lo más fácil y qué lo más difícil de realizar para ella o él, escríbelo en el dibujo que haga tu hija o hijo.



Toma una serie de **fotos de la actividad** con tu hija o hijo y mándanos tus evidencias **vía WhatsApp** al grupo al que perteneces o a tu facilitador(a); en caso de que no cuentes con la aplicación, acudirán a tu domicilio a recabar esta evidencia.

# D21

## IMPORTANCIA DEL MOVIMIENTO EN EDAD PREESCOLAR

ETAPA:

1 A 2.11 AÑOS

MÓDULO:

DESARROLLO



### ¿Sabías que...?

El aprendizaje se inicia al explorar el entorno, las niñas y los niños interactúan con objetos, personas, espacios, alimentos que les rodean. Al explorar, tu hija o hijo es capaz de hacer hipótesis sobre lo que hace, verifica y reformula, de esta manera aprende.

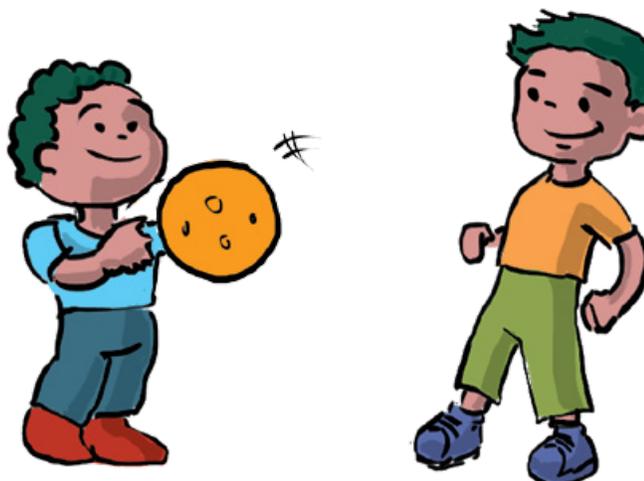
A través del movimiento y el juego se da cuenta de lo que es capaz de hacer y genera un conocimiento de sus potencialidades, así mismo aumenta su autoestima y percepción de sí mismo(a).

A esta edad tu hija o hijo demuestra que tiene pies más seguros y veloces, aumenta y disminuye la velocidad, da vueltas más cerradas, domina las frenadas bruscas y mantiene el equilibrio.

El perfeccionamiento del mecanismo de la vista se hace evidente al atajar una pelota grande con sus brazos extendidos. Puede manipular cosas pequeñas con mayor exactitud y precisión.

### ¿Qué beneficios tiene para mi hija o hijo, para mí y para mi pareja?

Con la exploración tu hija o hijo enriquece su conocimiento, fomenta el hábito de experimentar por sí mismo(a), estimula su autonomía y crea rutinas de trabajo. Para esta edad la investigación se hace más intencionada y destaca sus logros.

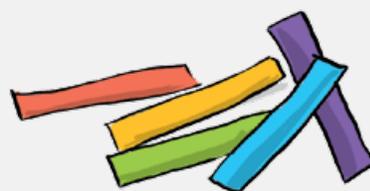


**Materiales:**

- 5 vasos de plástico.
- Jarra con agua.
- Trozos pequeños de papel (crepé o china) de colores azul, naranja, rojo, amarillo y morado.
- Mandil para tu hija o hijo.

**Instrucciones:**

1. Coloca los cinco vasitos en una superficie plana.
2. Llena una jarra pequeña con agua.
3. Ayuda a tu hija o hijo a que, con mucho cuidado, vacíe un poco de agua en cada uno de los vasos; tratando de que no se riegue.
4. Reparte los pedazos de papel de los cinco colores diferentes (azul, naranja, rojo, amarillo, morado) y pídele que coloque cada uno al lado de cada vaso con agua.
5. Comenta a tu hija o hijo que van a hacer *experimentos*.
6. Pregúntale: “¿Qué crees que pasaría si a cada vaso le pones un pedazo de papel?”.
7. Escucha su respuesta e invítale a pensar y a responder la pregunta: “¿Qué pasará con el papel?”.
8. Escucha atentamente sus respuestas y dile que ahora va a comprobar si son ciertas.
9. Pídele que coloque un papel en cada vasito.
10. Dile a tu hija o hijo que observe qué es lo que pasa.



Consulta con ella o él y pídele que te describa “¿qué pasó?, ¿qué le pasó al agua?, ¿qué le pasó al papel?”.



**Materiales:**

- Hoja blanca.
- Vaso con agua.
- Tiras de papel (crepé o china) colores azul, naranja, morado, verde, rosa, amarillo y rojo.
- Atomizador, pluma de ave o cuchara de plástico.

**Instrucciones:**

1. Coméntale a tu hija o hijo que harán un arcoíris y pregúntale si le gustan los arcoíris.

**Ejemplo:** “¿Te gustan los arcoíris?”.

2. Dale a tu hija o hijo una hoja blanca y papel de diferentes colores en tiras, pídele que las coloque sobre la hoja blanca como si fueran un arcoíris.

**Pregúntale:** “¿Qué pasaría si le echamos agua a las tiras de papel?”.

3. Rocía agua con un atomizador sobre las tiras, en caso de no contar con atomizador utiliza una cuchara o una pluma de algún ave para ir dejando caer gotitas de agua sobre el papel. Déjalas un tiempo y después pide a tu hija o hijo que retire las tiras de papel de la hoja.

4. Observa junto con tu hija o hijo: “¿Qué pasó?, ¿qué le pasó al agua?, ¿qué le pasó al papel?”.

**PORTAFOLIO DE****evidencias**

Las actividades desarrolladas con tu hija o hijo le permiten guardar recuerdos agradables contigo, lo que fortalece su relación y eleva su autoestima, a la vez que también descubre nuevos aprendizajes.

Es por ello que te invitamos a que realices junto con tu hija o hijo un dibujo de la actividad que más le gustó y te exprese qué fue lo más fácil y qué lo más difícil de realizar para ella o él, escríbelo en el dibujo que haga tu hija o hijo.



Toma una serie de **fotos de la actividad** con tu hija o hijo y mándanos tus evidencias **vía WhatsApp** al grupo al que perteneces o a tu facilitador(a); en caso de que no cuentes con la aplicación, acudirán a tu domicilio a recabar esta evidencia.

# A10

## RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

### ¿Qué es un problema?

Es una situación la cual puede generar dificultades de convivencia e interacción para los involucrados.

### ¿Qué es una solución?

Es todo aquello que permite resolver un problema.

### ¿Qué es la disciplina positiva?

Es una forma de pensar y actuar en la cual los adultos entienden los comportamientos inapropiados de las niñas y los niños y promueven actitudes de forma positiva, enseñándoles a tener mejores reacciones de una forma responsable y segura.

Algunos ejemplos de disciplina positiva son:

1. Enseñar con el ejemplo.
2. Que tu hija o hijo sepa que te pones en su lugar.
3. Enfocarse en lo positivo de tu hija o hijo.
4. Invitarle a reflexionar.
5. Dialogar con tu hija o hijo.
6. Señalar los actos, no a las personas.



### ¿Qué es calidez?

Implica ser amables y cariñosos con el otro, ser cordiales a la vez que empáticos y comprensivos, supone hacer sentir al otro apreciado. La calidez es sumamente importante pues permite que nuestras relaciones con los otros fluyan de manera honesta y positiva.

## Algunas formas de dar calidez a tu hija o hijo son:

- Diviértete con ella o él.
- Dile “Te quiero”.
- Demuéstrale que confías en ella o él.
- Muéstrale que es amado(a), aunque haga algo mal.
- Reconoce sus esfuerzos y éxitos.
- Léele historias.
- Dile que crees en ella o él.
- Abrázale y estimúlale cuando enfrente retos difíciles.
- Reconfórtale cuando esté herido(a) o tenga miedo.
- Ríe con ella o él.
- Escúchale viendo las cosas desde su punto de vista.
- Juega con ella o él.



### ACTIVIDAD 1

### DÓNDE PUEDE HABER PROBLEMAS

Los problemas se pueden presentar en diferentes momentos, a continuación coloca en cada entorno cuatro problemas que pueden surgir, según el lugar.

Apóyate del ejemplo:

#### ESCUELA



- Reprobar el año escolar.
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

#### TRABAJO



- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

#### CASA



- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

“Durante esta actividad, se podrán dar cuenta que hay diferentes problemas según dónde nos desenvolvemos”.

**Instrucciones:**

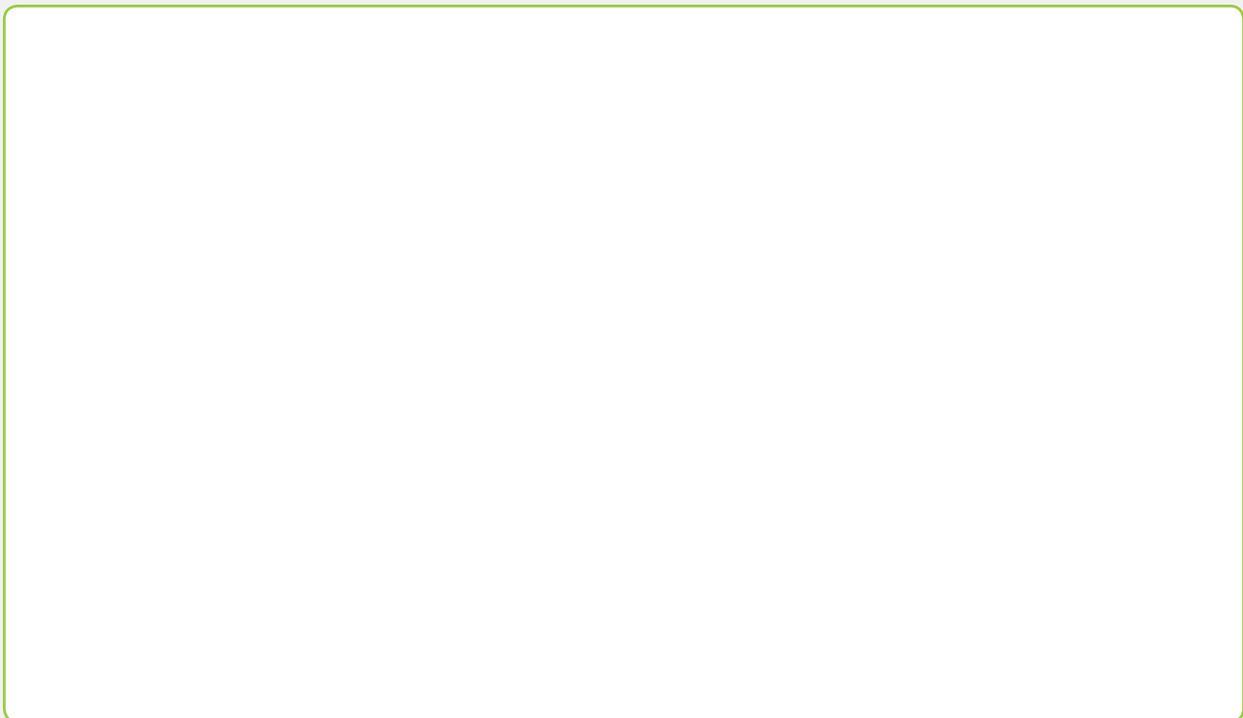
1. Toma una hoja o pedazo de papel, coloca una frase o dibujo que represente algún problema que estés presentando.
2. A continuación hazlo una pelota de papel, oprimiéndolo y presionando repetidas veces.
3. Ahora trata de extenderlo y volverlo a su forma original.

Contesta las siguientes preguntas:

- ¿Volvió a su forma original?
- ¿Todas las marcas desaparecieron?
- ¿Hay alguna forma de volverlo a su forma original?

**Reflexiona un poco:** en ocasiones tenemos múltiples problemas y no buscamos una forma adecuada de solucionarlos, actuamos de forma impulsiva y sin reflexionar; cuando nos damos cuenta terminamos como la bolita de papel y por más que queremos buscar solución a las consecuencias, nos damos cuenta que hay nuevas y en situaciones más complicadas.

Te invito a realizar la reflexión con algunas problemáticas pasadas que no hayan sido solucionadas de la mejor manera. Puedes dibujarlas en el siguiente espacio.

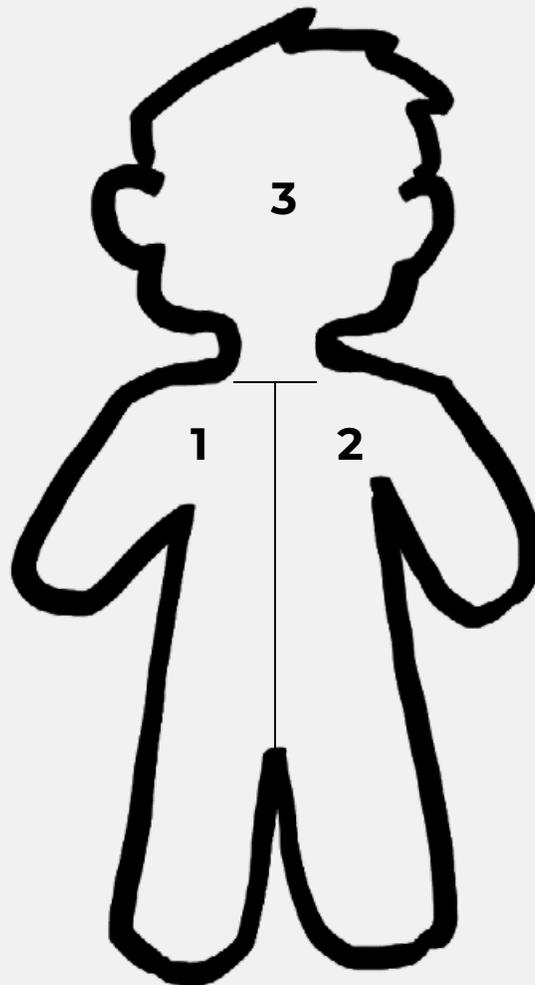


“En esta actividad te invitamos a reflexionar sobre la forma impulsiva de solucionar conflictos”

Es común que en el hogar dialoguen sobre los planes a futuro de tu hija o hijo.

**Instrucciones:**

1. En una hoja dibuja una silueta, la cual representará a tu hija o hijo, realiza las divisiones según la imagen de apoyo.
2. En la división 1 coloca lo que ustedes deseen para tu hija o hijo en su vida futura.
3. En la división 2 coloca lo que tu hija o hijo quiere ser de grande (puede dibujarlo).
4. En estas dos divisiones, identifica las diferencias y encierra con un color las que probablemente podrían generar conflictos para su realización.
5. En la división 3 coloca las formas que consideres ayudarían a llegar a un acuerdo para poder cumplir las metas de tu hija o hijo y las suyas.



“Durante esta actividad se espera poder mencionar y conocer algunas metas que se tienen para tu hija o hijo, algunos problemas y cómo podrías solucionarlos”.

**Instrucciones:** con base en los problemas descritos en las actividades pasadas, coloca el problema o las frases que lo ejemplifiquen en la tabla siguiente, reflexiona un poco y en el otro apartado escribe una frase con calidez para poder dar el mensaje. Recuerda que la calidez incluye ser amable, cariñoso y comprensivo con los demás.

FRASES COMUNES	FRASES CON CALIDEZ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quiero que seas doctor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yo creo que ser doctor es una buena profesión ya que ayudas a los demás. A ti, ¿qué te parece esa idea?</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

“Durante esta actividad podrás darte cuenta que al incluir la calidez en nuestro lenguaje, la idea que pretendemos dar a conocer es aceptada de una mejor manera”.



**PORTAFOLIO DE**

**evidencias**

A continuación, se muestran algunas formas de calidez con tu familia, en los recuadros en blanco coloca la forma en cómo llevarlos a la práctica.

Apóyate del ejemplo:



- Divertirme con mi hija o hijo
- Demostrarle que confiamos en ella o él
- Mostrarle que es amado(a)
- Reconocerle sus esfuerzos y éxitos
- Leerle o contarle historias



Toma una serie de **fotos de la actividad** con tu hija o hijo y mándanos tus evidencias **vía WhatsApp** al grupo al que perteneces o a tu facilitador(a); en caso de que no cuentes con la aplicación, acudirán a tu domicilio a recabar esta evidencia.

# P12

## CONOCER FACTORES DE RIESGO DE PROTECCIÓN DE LA NIÑEZ (VIOLENCIA, ABUSO, EXPLOTACIÓN Y NEGLIGENCIA)

ETAPA:  
1 A 2.11 AÑOS

MÓDULO:  
PROTECCIÓN



### ¿Qué son los factores de riesgo?

Son las circunstancias o características que aumentan la probabilidad de la violencia, estas no actúan de manera aislada, sino que se interrelacionan entre sí, lo que aumenta la probabilidad de que se inicie la situación de violencia en las niñas y niños.

La violencia, el abuso, la explotación y la negligencia son resultado de una compleja combinación de factores individuales, familiares y sociales.

#### a) Factores individuales de riesgo en las niñas y niños

Son los que tienen características personales determinadas, llegan a convertirse en tales cuando se vive en el seno de una familia con dificultades. Entre estas características se pueden destacar:

- Hijas o hijos no deseados por sus padres.
- Hijas o hijos nacidos de una unión anterior, rechazados por el nuevo cónyuge.
- Hijas o hijos que han estado separados de sus padres, sobre todo en los primeros años de vida.
- Hijas o hijos que presentan algún déficit o discapacidad (psíquica, física o sensorial).
- Hijas o hijos que padezcan algún tipo de enfermedad crónica.
- Niñas o niños con problemas de conducta, hiperactivos, etcétera.

#### b) Factores de riesgo en la familia

Son aquellos que presentan características formales y/o sociales de inestabilidad, desestructuración y falta de seguridad que facilitan una inasistencia en las necesidades de los menores que conviven con ellos.

#### c) Factores de riesgo del contexto

Serían aquellas contingencias desfavorables del medio que hacen aumentar la probabilidad de que se produzca una situación de desprotección en la niña o niño que se encuentre inmerso en dicho contexto.

La mayoría de los casos de abuso infantil ocurren dentro de la familia. Los factores de riesgo abarcan depresión de los padres y otros problemas de la salud mental, un historial de abuso infantil y violencia doméstica en los padres.

## CARACTERÍSTICAS DE UN ENTORNO PROTECTOR DE NIÑAS Y NIÑOS

### Una familia que...

- Les quiera y les respete.
- Les enseñe a prevenir riesgos.
- Les enseñe a protegerse de los peligros.
- En todo momento evite la violencia y denuncie cuando existe maltrato.
- Cuide de la salud de sus hijas e hijos.
- Enseñe normas y valores.
- Les enseñe a ser responsable y a tomar decisiones.

### Un gobierno que...

- Se preocupe por las niñas y los niños.
- Les brinde educación, servicios de salud y espacios de recreación y diversión.
- Les proteja de riesgos.
- Castigue a quienes les hacen daño.
- Haga leyes que eviten el maltrato y el abuso infantil.
- Cree instituciones que les ayuden cuando les maltratan o abandonen.

### Una comunidad que...

- Prevenga riesgos.
- Apoye a las familias para que protejan a las niñas y niños.
- Luche contra la violencia.
- Solucione los problemas dialogando.
- Se preocupe por las niñas y los niños y les tome en cuenta.
- Evite costumbres y tradiciones que lastimen a las niñas y niños.
- Evite el maltrato hacia las niñas y los niños.
- Respete los Derechos Humanos.

### A las hijas o hijos es importante que...

- Les cuidemos, reconozcamos riesgos y los evitemos.
- Denunciemos cuando alguien les maltrate, abuse de ellos o les ponga en riesgo.
- Les pongamos límites claros.
- Enseñarles a decir NO cuando algo les puede hacer daño.

## ACTIVIDAD 1

## RECONOCIMIENTO DE FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN

**Materiales:** hojas blancas o cartulina, plumones, lapiceros.

### Instrucciones:

1. Analiza los factores de riesgo y de protección que vive tu hija o hijo en su entorno.
2. Una vez identificados, responde las siguientes preguntas del recuadro.
3. En los recuadros de color azul responde, las preguntas de acuerdo con los factores (casa, escuela y comunidad) que se mencionan.
4. En la pregunta del cuadro de color naranja, pregunta a tu hija o hijo con quién(es) se siente protegido(a), quién le da seguridad y anota en el recuadro sus respuestas, es importante que tú le identifiques.

Factores de riesgo y de protección	¿Qué hago para que mi hija o hijo esté seguro?	¿Qué pone en riesgo a mi hija o hijo?	¿Quiénes le protegen?
En la casa 			
En la escuela 			
En la comunidad 			

## ACTIVIDAD 2

## RECONOCIMIENTO DE SITUACIONES

**Materiales:** lápiz, goma.

**Instrucciones:**

1. En la siguiente lámina encontrarás situaciones de riesgo y situaciones de protección.
2. Analiza cada una de las situaciones de cada recuadro.
3. Apoya a tu hija o hijo a reconocer los factores de riesgo marcando con una **X** y, con una **✓** los factores de protección.





PORTAFOLIO DE  
**evidencias**

**Actividad: ¿QUÉ TIENEN QUE VER LAS LEYES CON MI HIJA O HIJO?**

Lee a tu hija o hijo los siguientes artículos de la convención sobre los Derechos del niño y de la niña que le protegen, y ayúdale a elaborar un dibujo en cada recuadro según sea el caso. Pregunta si en alguna ocasión ha visto algo similar.



<p>Nadie debe golpear, jalonear, pellizcar o rasguñar a un niño o a una niña. Si se portan mal o desobedecen, deben ser educados y orientados, pero están prohibidos los golpes y malos tratos. Art. 19</p>	
<p>Las niñas y los niños no deben trabajar. Pueden ayudar en el hogar, en el cuidado de los animales, en el cultivo de la tierra o en un negocio familiar, siempre que no sea peligroso, no afecte a su salud, ni les impida ir a la escuela. Art. 32</p>	
<p>Todos los niños y las niñas tienen derechos. Nadie les debe negar la comida, la educación, la participación o la cultura porque están enfermos, tienen alguna discapacidad, por ser pobres, indígenas o por sus creencias religiosas. Art. 2</p>	
<p>Ningún niño o niña debe estar en contacto con la droga, ni con el alcohol. Art. 33</p>	



Queremos saber qué te parecieron estas actividades, por lo que te invitamos a contestar las siguientes preguntas.

1. Describe brevemente el aprendizaje de esta sesión.

---



---

2. Este aprendizaje me sirve para:

---



---



Toma una serie de **fotos de la actividad** con tu hija o hijo y mándanos tus evidencias **vía WhatsApp** al grupo al que perteneces o a tu facilitador(a); en caso de que no cuentes con la aplicación, acudirán a tu domicilio a recabar esta evidencia.

# P16

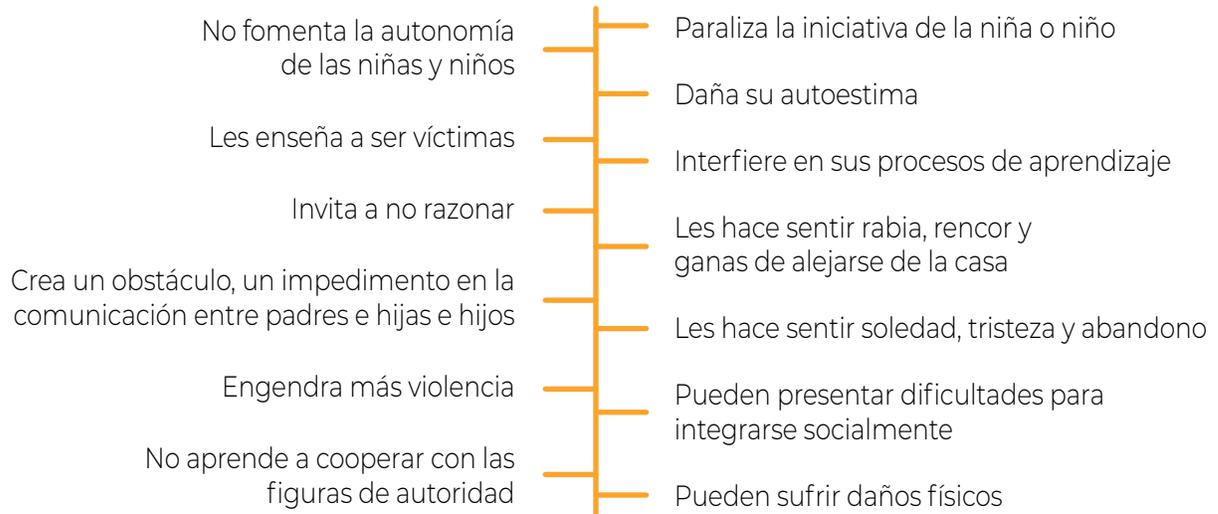
## DAÑO FÍSICO Y PSICOLÓGICO DE LA VIOLENCIA

### ¿Sabías que...?

Maltrato físico es aquel que conlleva a una acción violenta que provoca lesiones (golpes, rasguños, moretones, etcétera); mientras que el maltrato psicológico es todo aquello que provoca daños emocionales de forma verbal o conductas no verbales (amenazas, insultos, ridiculización, humillación), dañando el equilibrio emocional; puede tener efectos altamente negativos para el bienestar de la niña o el niño y para su proceso de desarrollo que le afectarán toda su vida.

	CARACTERÍSTICAS	CONDUCTAS	INDICADORES	TIPO DE DAÑO
FÍSICO	El agresor utiliza la fuerza, su cuerpo, un objeto, arma o sustancia para lesionar y así lograr sus propósitos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comportamiento agresivo.</li> <li>• Se muestra superior a los demás y ejerce control sobre otro.</li> <li>• Muestra conductas extremas (ej. agresividad, rechazo o miedo).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Heridas o raspaduras</li> <li>• Golpes</li> <li>• Moretones</li> <li>• Bofetadas</li> <li>• Jalones</li> <li>• Aislamiento</li> <li>• Producir dolor, daño o riesgo de producirlo</li> </ul>	<p>El agresor de manera intencional y recurrente busca, controlar, sujetar e inmovilizar y causar daño en la actividad física de la persona.</p> <p>Daño a la salud, lesiones con objetos punzo cortantes.</p>
PSICOLÓGICO	El agresor asegura el control del comportamiento de la víctima, a través del miedo, la dependencia y desvalorización, sus opiniones no cuentan, generando sentimientos de culpa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aislamiento.</li> <li>• Baja autoestima.</li> <li>• Daño emocional.</li> <li>• Arrogancia.</li> <li>• Prepotencia.</li> <li>• Superioridad.</li> <li>• Provoca discriminación en la persona.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gritos</li> <li>• Amenazas de abandono</li> <li>• Prohibiciones</li> <li>• Culpa</li> <li>• Desprecio</li> <li>• Humillaciones</li> <li>• Celos</li> <li>• Chantajes</li> <li>• Manipulación</li> <li>• Ridiculización</li> </ul>	<p>Causa en la víctima depresión, cambios de ánimo, baja autoestima, aislamiento, estrés ansiedad y dificultad para relacionarse con los demás.</p>

## EFFECTO DEL CASTIGO FÍSICO EN LOS NIÑOS



Las consecuencias del maltrato físico pueden ser leves o severas, pueden desaparecer al poco tiempo o durar toda la vida; además de afectar a tu hija o hijo física y psicológicamente pueden afectar su comportamiento.

La gravedad del maltrato psicológico es combinada por la intensidad y frecuencia del comportamiento del adulto, la edad del niño, secuelas observables y el riesgo potencial de secuelas que aparezcan en el futuro.

La mayoría de las niñas y niños son maltratados en casa o por alguien que conocen; el maltrato infantil puede ocurrirle a cualquier niña o niño.

### ACTIVIDAD 1

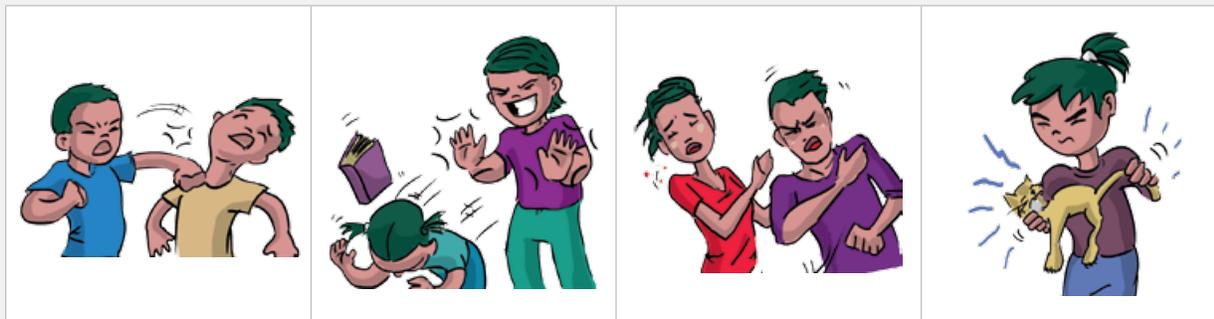
### MI CUERPO ES UN TESORO

**Materiales:** hoja de papel lisa.

**Instrucciones:**

1. Imagina y crea para tu hija o hijo una breve historia de las cosas maravillosas y necesarias que hace nuestro cuerpo como: ver, moverse, sentir, paladear, digerir, etcétera.
2. Muéstrale las imágenes de la tabla de violencia.
3. Dale un tiempo para que exprese qué observó en ellas.
4. Pregúntale si es correcto lo que sucede en ellas.
5. Resalta a tu hija o hijo que, si cuidamos y mimamos nuestro cuerpo, nos hará sentir bien.
6. Proporcióname una hoja de papel lisa.
7. Pídele que la doble, rasgue cada una de sus esquinas y por último que la haga bolita.
8. Ahora pídele que la desdoble y que trate de alisarla lo más que pueda.
9. Reflexiona con ella o él que lo mismo sucede cuando golpeamos, pellizcamos, rasguñamos a otra persona, los daños son visibles y no se pueden borrar.

## TABLA DE VIOLENCIA FÍSICA



### ACTIVIDAD 2

### LAS ETIQUETAS (TUS INSULTOS Y GRITOS ME LASTIMAN)

**Materiales:** hojas de colores, lápiz, lapicero o plumón, cinta adhesiva, muñeco o peluche.

**Instrucciones:**

1. Corta las hojas de colores en 4 partes (pueden ser de algún otro papel para escribir).
2. Pregunta a tu hija o hijo qué palabra(s) no le agrada que le digas.
3. Pregúntate qué palabra(s) negativa(s) le has dicho en algún momento.
4. Escríbelas en las hojas recortadas.
5. Con ayuda de un muñeco o peluche (en caso de no contar con este material, dibuja la silueta del cuerpo humano), tú y tu hija o hijo peguen las hojas alrededor del cuerpo.
6. Reflexionen. Todas las palabras que salen de nuestra boca, aunque no las podamos ver, causan un daño irreversible; así como quedó el muñeco, así quedan las personas cuando las ofendemos con nuestras palabras.
7. Quiten las etiquetas una por una del muñeco y transformen esa palabra negativa en positiva.
8. Al concluir la actividad dense un abrazo y pidan perdón si en algún momento se han ofendido.



### PORTAFOLIO DE evidencias

Cuéntanos qué fue lo que más te gustó, lo que aprendiste o la actividad que más le agradó a tu hija o hijo, ya sea a través de un dibujo o escribiendo en una hoja blanca para hacer tu propio portafolio.



Si tienes **teléfono** y **acceso a internet**, recuerda que puedes **tomar una foto haciendo cualquier actividad** o mostrando tu calendario ya terminado y mandarla a tu facilitador(a) a través de **WhatsApp**, recuerda también **guardar tu material** para que compartas tus avances cuando realice la visita domiciliaria.

## P23

# PREVENCIÓN DEL ABUSO SEXUAL INFANTIL

## ¿Qué es el abuso sexual infantil?

Es cualquier conducta de tipo sexual que se realice con una niña o niño.

- Abuso sexual infantil es también forzarle a tocar los genitales de otra persona o hacerlo ella o él mismo(a) con el objetivo de que la otra persone se excite.
- Abuso sexual infantil es hacer que pose desnudo(a) para una fotografía o video pornográfico.
- Abuso sexual infantil es mostrarle material sexual a un menor.
- Abuso sexual infantil es obligar a una niña o niño a que se desnude sin su consentimiento.
- Abuso sexual infantil es mostrarse sin ropa delante de ella o él.
- Abuso sexual infantil es contar chistes o historias pornográficas.

El abuso sexual se refiere a cualquier actividad sexual ocurrida entre dos o más personas, pero sin el consentimiento de una de ellas.

## ¿Cómo prevenir el abuso sexual infantil?

### a) Enseñar el autocuidado

1. Enseña a tu hija o hijo que su cuerpo es suyo y que nadie puede tocarlo sin su permiso.
2. Dile a tu hija o hijo cómo se llama cada parte de su cuerpo, utiliza los nombres correctos para los genitales (pene/vulva) y otras partes del cuerpo.
3. Háblale sobre su derecho de rechazar una caricia que no le guste, aunque sea de un familiar. Tu hija o hijo tiene derecho a no querer que le den un beso o le toquen, incluso cuando se trate de una persona a la que ella o él quiera.
4. Enséñale a decir NO de forma firme e inmediata cuando intenten obligarle a hacer algo que no quiera, a alejarse de situaciones no seguras y a contar sus vivencias a un adulto de confianza.
5. Platica con tu hija o hijo sobre la diferencia entre un secreto bueno y uno malo. Los secretos son una táctica primordial de las personas que cometen abusos sexuales.  
  
Los secretos buenos son como los regalos de cumpleaños o los de Navidad; cosas que te hacen feliz y NO generan malestar.  
  
Los secretos malos, son cosas que te ponen triste o causan malestar e incomodidad. Enséñale que estos secretos se pueden contar, incluso cuando alguien dice que no está permitido.
6. Explícale que nadie puede mirar y/o tocar las partes privadas de su cuerpo, que son las que cubre su ropa interior; por eso, tampoco debe dejar que otras personas le muestren sus partes privadas, ni que las toque.



## b) Creación de lazos y vínculos cercanos y protectores

- Ayuda a tu hija o hijo a que se reconozca y se sienta querido.
- Ayuda a tu hija o hijo a que tenga un registro de sus propias vivencias, qué le gusta y qué le disgusta.
- Muestra a tu hija o hijo que crees y confías en ella o él.
- Dale la confianza de saber y sentir que su “verdad” vale más que la de todos.
- Ayúdale a entender que cuenta con adultos que le cuidan y se preocupan de su bienestar, que le ayudan a sentirse bien y que puede recurrir a ellos frente a cualquier situación que le haga sentirse mal o incómodo(a).

## ACTIVIDAD 1

## DIAGRAMA DE RECONOCIMIENTO

**Materiales:** hojas de color rojo, amarillo y verde, hojas blancas o cartulina, resistol, tijeras.

**Instrucciones:**

1. Pega una foto en el centro de una cartulina y en conjunto identifiquen quiénes son las personas más cercanas a tu hija o hijo; puede ser mamá, papá, abuelas, abuelos, tías, tíos, hermanas, hermanos, etcétera.
2. Ahora identifiquen a las personas que no están muy cerca de ella o él, pero forman parte de su entorno.
3. Motiva a tu hija o hijo a dibujar en la cartulina las personas identificadas.
4. Recorta círculos de color verde, amarillo y rojo.
5. De las personas que identificaron que conviven con tu hija o hijo, pregúntale a quién le platicaría algo que le estuviera ocurriendo. Márcalas con un círculo de color verde.
6. Es turno de preguntar a quién le tienen menos confianza. A estas personas márcalas con un círculo de color amarillo.
7. De las personas que identificaron que conviven con tu hija o hijo, pregunta quién de ellas le genera desconfianza. Marca con un círculo de color rojo a estas personas.

**REFLEXIÓN:** con esta actividad podrás ayudar a tu hija o hijo a identificar a las personas que le hacen sentir seguro y a ti te permitirá estar alerta con las personas que tu hija o hijo te mencionó que causan en ella o él una desconfianza.



## ACTIVIDAD 2

## EL COFRE DE LOS SECRETOS

**Materiales:**

- 2 cajas tipo cofre.
- Candado con llave (puede ser elaborado con algún otro material, plástico, cartón).
- Tarjetas de 2 colores.
- Marcadores.
- Lápices.



**Instrucciones:**

1. Inicia con tu hija o hijo preguntando lo siguiente: “¿Sabes qué es un secreto?, ¿podemos guardar todos los secretos?, ¿a quién es necesario recurrir cuando tenemos un secreto que hay que contar?, ¿hacemos mal al revelar un secreto que nos hace daño?”.
2. Pide a tu hija o hijo que piense en algunos secretos, uno que deba guardar y otro que pueda contarse.

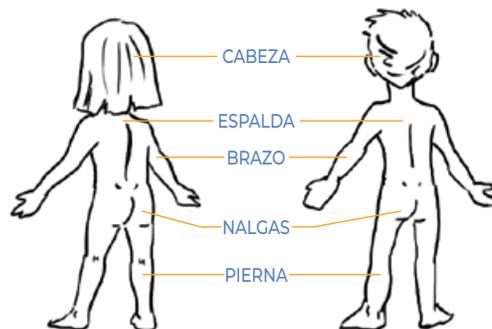
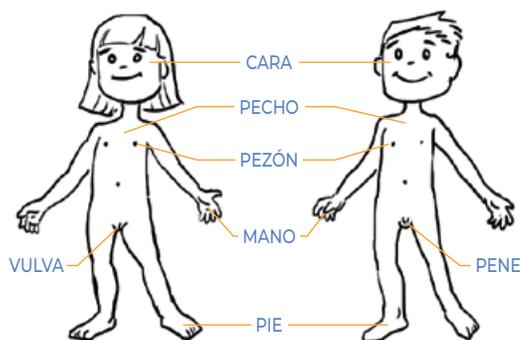
- Los secretos que se guardarán escríbelos en tarjetas del mismo color, los que deben ser contados en tarjetas de otro color.
- Sobre una mesa coloca los cofres abiertos, uno será para colocar los secretos que se guardarán y otro para los que no se pueden guardar.
- Al finalizar, muestra un candado con su llave (puede ser de juguete o de algún otro material), enseguida pregunta a tu hija o hijo para qué sirve un candado con su llave. Si no sabe, respóndele, explícale que sirve para resguardar algo.
- Pregunta a tu hija o hijo “¿Dónde consideras que va el candado?, ¿en el cofre con secretos que se pueden contar? o ¿en el cofre con los secretos que no se deben contar?”
- Al finalizar explica a tu hija o hijo que el candado se pondrá en el cofre de los secretos que no hacen daño. El otro cofre, el de los secretos que hacen daño, se debe dejar abierto y leer los secretos para que dejen de serlo, y podamos defendernos o buscar ayuda.

## PORTAFOLIO DE evidencias

### Actividad: ESTE ES MI CUERPO

#### Instrucciones:

- Pide a tu hija o hijo que dibuje la silueta de su cuerpo. Puedes ayudarlo mostrándole la imagen de ejemplo.
- Explícale cada una de las partes que integran su cuerpo, apóyate en el ejemplo.
- Retomando el dibujo hecho por tu hija o hijo, pídele que ubique las partes de su cuerpo.
- Menciona y recalca con firmeza cuáles son sus partes privadas que nadie puede tocar.
- Colorea de la siguiente forma, de color verde las partes de su cuerpo que se pueden ver a simple vista, de color amarillo las que se logran ver dependiendo de la ropa que utilice en el momento y de color rojo sus partes privadas, que nadie puede tocar, ni besar.



Queremos saber qué te parecieron estas actividades, por lo que te invitamos a contestar las siguientes preguntas.

- Describe brevemente el aprendizaje de esta sesión.

- Este aprendizaje me sirve para:



Toma una serie de **fotos de la actividad** con tu hija o hijo y mándanos tus evidencias **vía WhatsApp** al grupo al que perteneces o a tu facilitador(a); en caso de que no cuentes con la aplicación, acudirán a tu domicilio a recabar esta evidencia.

# P14

## VIOLENCIA EN LAS FAMILIAS, ESTILOS DE CRIANZA



### ¿Sabías que...?

La **violencia** es el uso intencional de la fuerza o el poder físico, ya sea llevado a cabo o como amenaza, contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, daños psicológicos, trastornos del desarrollo, privaciones o la muerte.

#### Tipos de violencia



##### FÍSICA

Todo castigo que utilice la fuerza con el fin de causar dolor o malestar por leve que sea.



##### PSICOLÓGICA O EMOCIONAL

Se describe como maltrato psicológico, abuso o agresión verbal y maltrato o descuido emocional.

La **crianza** son las acciones, hábitos o costumbres que miembros de una sociedad determinada realizan en relación con la atención y el cuidado de las hijas o hijos.

#### Tipos de crianza



##### AUTORITARIO



Este estilo de crianza se caracteriza por unos niveles de exigencia muy altos, en los que la opinión del infante no se tiene en cuenta y no tiene opción a expresarse. Los adultos son los que mandan y los que establecen estrictas normas que, en caso de no cumplirse, traerán consigo diversos castigos. La afectividad es escasa y la madre y/o padre se mantienen distantes. El estilo de crianza autoritario hará personas con baja autoestima y bastante sumisos. En la adolescencia, suelen ser rebeldes.



##### DEMOCRÁTICO



El estilo de crianza democrático es el que tendrá un mayor impacto positivo en tu hija o hijo y en las relaciones que establezca con su madre y su padre, ya que será una relación cercana, respetuosa y empática. Las normas y límites que se establecen en su justa medida, hacen que el infante se sienta en un entorno seguro y de confianza, fortaleciendo así su autoestima. Es decir, prioriza el respeto entre todos los miembros de la unidad familiar, sin caer en la permisividad y sin llegar a ser tan estricto como un estilo autoritario.

##### PERMISIVO



En el estilo de crianza permisivo las normas y límites se encuentran ausentes. Las madres y los padres consienten todos los caprichos de su hija o hijo, satisfaciendo sus necesidades al momento, lo que provocará que sea una niña o niño con actitudes tiranas ya que esperará lo mismo del resto de las personas, afectando así sus relaciones sociales.

Características y consecuencias de los tipos de crianza:

AUTORITARIO	
CRIANZA (CARACTERÍSTICAS)	CONDUCTA (CONSECUENCIAS)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impone normas y disciplina.</li> <li>• Tiene baja comunicación con su hija o hijo.</li> <li>• Impone normas de conducta muy estrictas.</li> <li>• No tiende a demostrar afecto.</li> <li>• Tiende a enfocarse en el comportamiento negativo de su hija o hijo.</li> <li>• No toma en cuenta las necesidades e intereses de su hija o hijo.</li> <li>• No tiene buena comunicación con su hija o hijo, solo busca la obediencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiende a mentir.</li> <li>• Busca la aprobación de otros.</li> <li>• Llega a sentir miedo de su madre, padre o de las figuras de autoridad.</li> <li>• Tiene baja autoestima.</li> <li>• Tiene tendencia a sentirse culpable y deprimido.</li> <li>• Puede llegar a ser introvertido(a) e inseguro(a).</li> <li>• Son niñas o niños con poca iniciativa.</li> <li>• Son niñas o niños con poca creatividad.</li> </ul>

DEMOCRÁTICO	
CRIANZA (CARACTERÍSTICAS)	CONDUCTA (CONSECUENCIAS)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dirige las actividades de su hija o hijo de forma racional de acuerdo a su edad.</li> <li>• Es exigente, pero al mismo tiempo amoroso y respetuoso con su hija o hijo.</li> <li>• Corrige a su hija o hijo cuando es necesario.</li> <li>• Da explicaciones lógicas de las consecuencias de sus actos.</li> <li>• Promueve el diálogo y la expresión de los sentimientos.</li> <li>• Valida los sentimientos de su hija o hijo.</li> <li>• Predica con el ejemplo y sus castigos no son físicos.</li> <li>• Maneja límites claros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiene mejor rendimiento escolar.</li> <li>• Es una niña o niño independiente y seguro(a).</li> <li>• Tiene bajos niveles de hostilidad y agresividad.</li> <li>• Es una niña o niño creativo(a).</li> <li>• Tiene una buena autoestima.</li> <li>• Tiene confianza en su madre y padre.</li> <li>• Le es más fácil adaptarse a nuevas situaciones y contextos.</li> <li>• Es persistente en las tareas que se propone.</li> <li>• Tiene buen nivel de autocontrol.</li> </ul>

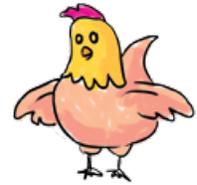
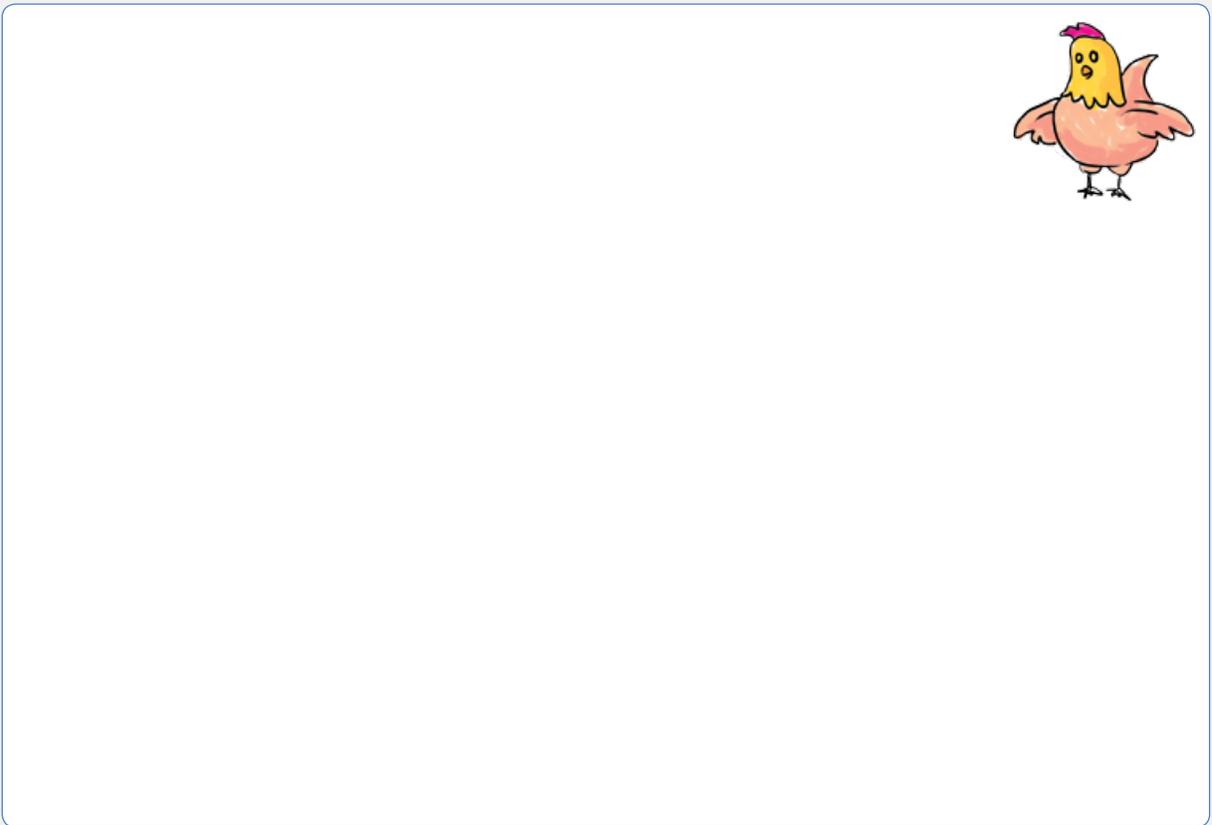
PERMISIVO	
CRIANZA (CARACTERÍSTICAS)	CONDUCTA (CONSECUENCIAS)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permite que su hija o hijo dirija sus propias actividades y decisiones.</li> <li>• Casi nunca castiga a su hija o hijo.</li> <li>• No establece reglas claras y cuando las hay son muy pocas.</li> <li>• Es muy cariñoso(a).</li> <li>• Se adapta a las necesidades y peticiones de su hija o hijo.</li> <li>• No tiene control de su hija o hijo.</li> <li>• En casa no hay horarios, ni rutinas.</li> <li>• Da libertad a su hija o hijo, pero no pide responsabilidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiene escaso control de su conducta.</li> <li>• No reconoce, ni respeta figuras de autoridad.</li> <li>• No tiene tolerancia para postergar la satisfacción de sus necesidades.</li> <li>• Tiene problemas de adaptación social.</li> <li>• Tiene bajos logros escolares.</li> <li>• Es una niña o niño agresivo(a).</li> <li>• Tiende a mentir y desobedecer.</li> <li>• Es más propenso a caer en la delincuencia y/o en drogas o vicios.</li> </ul>

**Materiales:** cuento, hojas, lápiz.



**Instrucciones:**

1. Busca un lugar cómodo para leerle el cuento “Mariana y sus amigas” a tu hija o hijo.
2. Identifica qué estilos de crianza tienen las amigas de Mariana, para ello apóyate con las tarjetas de reflexión al final del cuento.
3. Después de leer el cuento y las tarjetas de reflexión, ayuda a Mariana a tomar la decisión de cuál sería la mejor forma de criar a su hijo, escríbela en el siguiente recuadro.



Mariana  tiene tres amigas,  ellas son Cleo, Elvira y Matilda, a quienes ha pedido consejo para cuidar de su hijo  que acaba de nacer, y ha decidido ir a visitarlas,  acompañémosla en la visita a cada una de ellas.

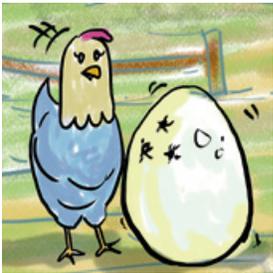
# CLEO



Ella es Cleo.



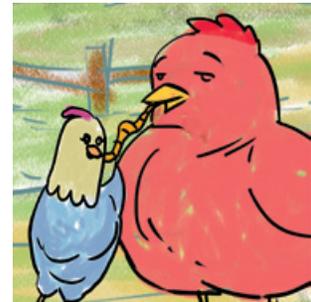
Su retoño, un pollo muy robusto y colorado, nació el mes pasado.



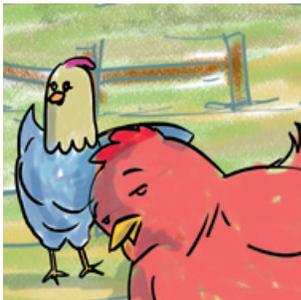
Ella estaba tan preocupada de que no pudiera abrir el cascarón por sí mismo, que picoteó todo el huevo.



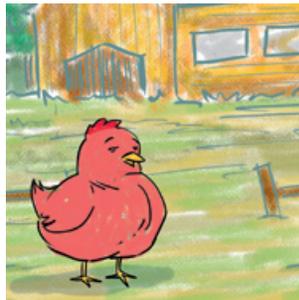
Toribio, su retoño, ahora está más grande que su mamá,



pero Cleo aún le busca las lombrices para que coma.



y hasta lo mete debajo de sus plumas para que no pase frío.



¿Crees que Toribio quiera dejar de ser pollo?



¿Que será un gallo independiente, fuerte y seguro?



Aunque sea mayor, si mamá hace todo por él...



quizá veamos a Cleo, en un futuro cercano, levantándose al amanecer en lugar de su hijo



para dar un "Quiquiriqui", que más bien saldrá como cacareo de gallina exhausta.



La visita a Cleo dejó algo confundida a Mariana, por lo que decidió visitar a Elvira, otra de sus amigas, para ver si ella la podía ayudar, acompañemos a Mariana en su siguiente visita...

# ELVIRA



Ahora conozcamos a Elvira, ella es la gallina más grande y dominante de la granja.



Ya ha tenido varios pollitos.



Tiene una política muy estricta para la crianza.



Ella está segura que funciona.



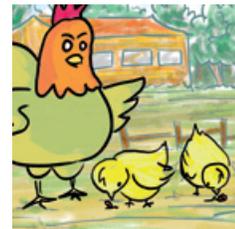
Cuando los pollitos asoman la cabeza por debajo de sus plumas porque hace calor...



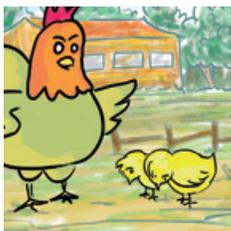
Elvira da un grito tan fuerte y pone unos ojos que no les queda otra opción a los pequeños que esconderse.



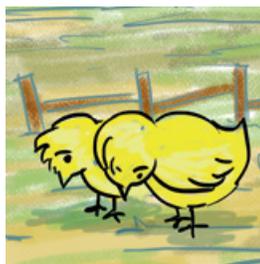
Y ni te cuento a la hora de buscar lombrices



si no encuentran las suficientes para todo el día



ninguno saldrá a jugar con los demás pollitos.



¿Cómo crecerán los críos de Elvira?



¿Serán fuertes, seguros y felices?



O quizás, en un futuro, aunque ya no estén con su mamá, aún temerán sacar la cabeza del nido



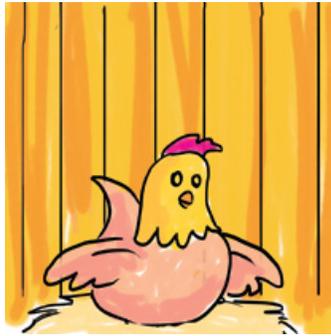
y se sentirán culpables e inútiles



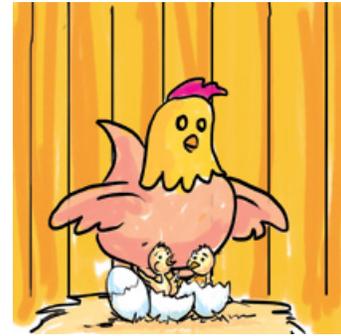
por no encontrar mucha comida para sus propios pollitos.

En su visita a su amiga Elvira, Mariana quedó algo preocupada  y decidió buscar una tercera opinión, por ello decide visitar a su amiga Matilda, acompañémosla en esta visita...

# MATILDA



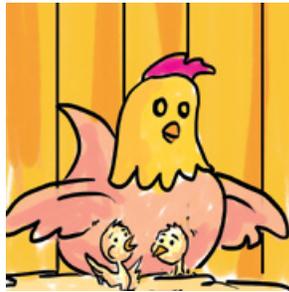
Por último te presento a Matilda, ella es una gallina muy peculiar.



Pues permite a sus pollitos romper el cascarón ellos solitos.



Confiando en que podrán hacerlo.



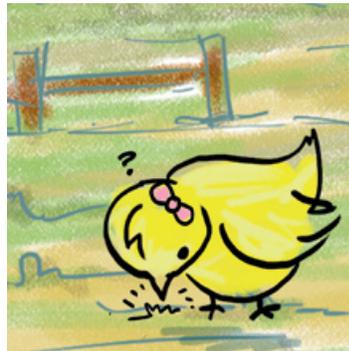
Si los pollitos tienen mucho calor debajo de sus plumas, les abre las alas para que salgan un rato.



Ella los sigue tranquilamente...



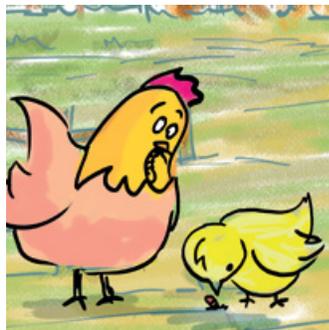
y observa cuando atrapan lombrices.



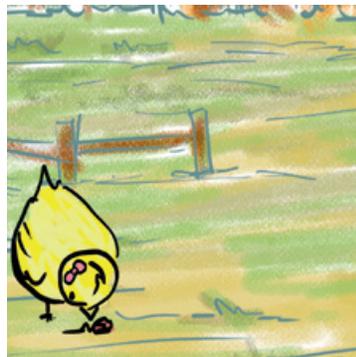
A Luli, la menor, se le escapó la comida



Matilda, con ternura, le mostró la forma de hacerlo.



Practicaron juntas con el pico y las patitas.



Al final del día, Luli lo volvió a intentar.



¿Crees que Matilda hace bien al confiar en las capacidades de sus críos?



Las visitas terminaron y ahora Mariana no sabe qué hacer, podríamos ayudarla a decidir con cuál de los consejos de sus amigas se quedará.

## TARJETAS DE REFLEXIÓN



### CLEO

Lleva con sus hijas e hijos un estilo permisivo de crianza, usualmente ellos(as) parecen controlarla y dominarla, pues hace todo por ellos(as) o les da la libertad sin límites apropiados, fomentando muchas conductas y emociones descontroladas, para sí mismos(as), la familia y la sociedad.



### ELVIRA

Usa el estilo autoritario, quiere educar a sus hijas e hijos controlando y dominando de manera sutil o en ocasiones agresivamente, esto hace que ellos(as) sean temerosos, con baja autoestima.



### MATILDA

Maneja un estilo democrático o equilibrado en la crianza de sus hijas e hijos, les permite desarrollar sus capacidades con fuerte autoestima, adecua el nivel de responsabilidad, libertad y enseñanza a las habilidades que sus hijas e hijos van mostrando. Confía en ellos(as) y respeta sus límites con afecto, continúan aprendiendo unos de los otros.

## ACTIVIDAD 2

## TEST DE ESTILO DE CRIANZA

**Material:** lápiz y goma.

**Instrucciones:**

1. Responde con sinceridad a las preguntas del siguiente cuestionario.
2. Marca con una **X** la respuesta A, B o C, que se acerque más a la relación que tienes con tu hija o hijo.
3. Al hacerlo, recuerda que no hay respuestas buenas o malas.
4. Una vez finalizado, suma los puntos de la respuesta de la columna A, enseguida los de la columna B y por último los de la columna C.
5. Para conocer tus resultados revisa la tabla de valores.

ACCIONES	A	B	C
Las muestras de cariño que le das a tu hija o hijo suelen ser...	Frecuentes y directas	Infrecuentes y directas	Indirectas
La comunicación con tu hija o hijo suele ser...	Fluida	Irregular	Mala
Cuando pones normas ¿explicas las razones a tu hija o hijo?	Siempre	A veces	Nunca
Prometes recompensas que después no se cumplen	No	Sí	No se ofrecen recompensas
Si tu hija o hijo comete fallos ¿Cómo actúas?	Le hago reflexionar	Dejo que ella o él los resuelva	Le castigo para que aprenda
¿Tu hija o hijo considera que las normas son claras y positivas?	Sí	No lo sé	No
Lo importante en la educación de tu hija o hijo es que aprenda a...	Respetar a los demás	Desarrollar su potencial	Obedecer
Cuando hay un problema complicado en casa...	No me gusta pensar en problemas	Pienso en alternativas, pero al final	Pienso en todas las alternativas
Te cuesta decir NO a tu hija o hijo	Siempre	A veces	Nunca
<b>SUMA DE RESPUESTAS</b>			

RESPUESTAS	PUNTOS	TOTAL DE PUNTOS	TIPO DE CRIANZA
A	Equivale a 2 puntos	0 a 4 puntos	El modelo educativo que utilizas es autoritario
B	Equivale a 1 punto	4 a 8 puntos	El estilo educativo es ligeramente autoritario
C	Equivale a 0 puntos	8 a 12 puntos	El estilo educativo se acerca a la crianza permisiva
		Más de 12	El modelo utilizado se basa en la crianza democrática



## PORTAFOLIO DE evidencias

### Actividad: DIBUJANDO JUNTOS

#### Instrucciones:

1. Realiza un dibujo con tu hija o hijo ayudándole a expresar que para educar no se necesita ser violento, debemos educar con amor.
2. Apoya a tu hija o hijo para colorear.



Toma una serie de **fotos de la actividad** con tu hija o hijo y mándanos tus evidencias **vía WhatsApp** al grupo al que perteneces o a tu facilitador(a); en caso de que no cuentes con la aplicación, acudirán a tu domicilio a recabar esta evidencia.

# GRUPO 11

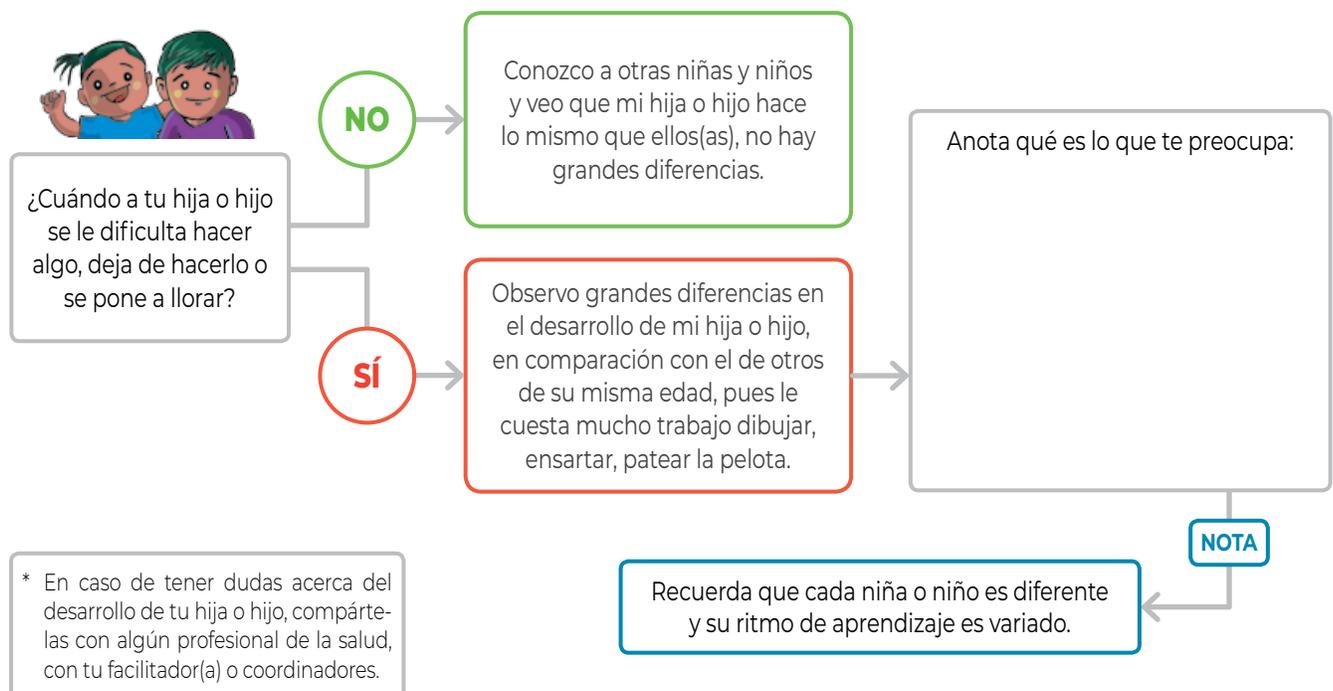
## NIÑAS Y NIÑOS ENTRE 2 AÑOS Y 1 MES A 2 AÑOS Y 6 MESES 29 DÍAS

A esta edad tu hija o hijo da un salto significativo en su capacidad de comunicación, su lenguaje se ha incrementado, usa más palabras y frases, le gusta cantar y puede seguir ritmos, reconoce su cuerpo, le gusta pintar, imitar a mamá y papá y no le gusta estar sola o solo.

A continuación, te recomendamos realizar las actividades con tu hija o hijo, cada una de ellas es sencilla, te mostramos una tabla o calendario, donde podrás registrar las actividades realizadas en la semana, así mismo, te permitirá estimar qué acciones desarrollas con menos frecuencia.

Recuerda que cualquier duda que tengas la puedes consultar con tu facilitador(a), su nombre es: \_\_\_\_\_ y le puedes localizar vía telefónica al \_\_\_\_\_.

A continuación viene una pregunta muy importante, marca tu respuesta.





Ahora te mostramos una tabla o calendario, donde podrás registrar las actividades que desarrollarás durante el mes.

## ¿Cómo lo harás?

1. Lee la actividad sugerida.
2. Te daremos unas etiquetas que deberás pegar, siempre y cuando hagas la actividad.
3. Observa a tu hija o hijo y dibuja su reacción, quizá unas veces sea agradable y otras no. Así mismo, esto te permitirá estimar qué actividades desarrollas con menos frecuencia.

Te mostramos un ejemplo:

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo
1. Permite a tu hija o hijo caminar descalzo(a) en diferentes tipos de piso.	★★★★	😊 😄 😞

Es tu turno, empecemos:

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo	Recomendación para fortalecer esta actividad
1. Pregunta a tu hija o hijo cómo se llama.			Háblale por su nombre, evita usar sobrenombres, menciona el nombre de mamá y de papá.
2. Da a tu hija o hijo un frasco que pueda manipular sin riesgo para que pueda quitar la tapa.			Coloca algunos objetos pequeños en frascos y pídele, de forma amable, que los abra quitando la tapa para sacar los objetos.
3. Juega a lanzar una pelota pequeña con la mano, de preferencia que sea roja.			Utiliza diferentes tamaños de pelota, colócate a diversas distancias y juega.
4. Dale cuatro cubos o vasitos con tapa u otros objetos similares para que haga hileras.			Coloca los cubos frente a ti y haz una hilera horizontal; dile: "¡Mira cómo hago un tren!", ahora pide a tu hija o hijo que haga lo mismo, "Es tu turno, haz un tren como el mío". Repite dos o tres veces por semana.

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo	Recomendación para fortalecer esta actividad
5. Juega a brincar con los dos pies.			Intenta las veces que sea necesario, pero respeta cuando ya no quiera hacerlo. Anima a tu hija o hijo mostrándole cómo se hace. Puedes jugar a brincar el río, coloca un lazo en el piso para que brinque de un lado a otro.
6. Juega a pararse en un solo pie.			Muéstrale cómo pararse en un solo pie y pídele que haga lo mismo, tal vez sea difícil, ánimale a realizar esta actividad 3 o 4 veces por semana.
7. Enseña a tu hija o hijo a pedir cosas mediante frases como: "Mamá quiero agua" o "Mamá dame..."			Cuando tu hija o hijo pida algo, repite lo que dijo para que refuerce el sonido de las palabras. Evita terminar las frases por ella o él.
8. Motiva a tu hija o hijo a recoger los juguetes y a levantar los que se caen al piso.			Jugar a recoger las cosas y usar secuencias como primero levantamos y después guardamos, puede ayudarte a que logre hacer la actividad, respeta cuando quiera hacerlo solo(a) de nuevo.
9. Juega al teatro e intenten imitar a personas o personajes.			Involucra a la familia e imiten juntos situaciones o personajes. Pueden usar algunos objetos que tengan en casa como disfraces.
10. "Lavarse las manos contra los bichitos", es una forma de enseñar a tu hija o hijo esta importante acción, motívale a que lo haga solo(a).			Puedes hacer un morralito o tener una bolsa especial donde guarde su jabón y toalla de manos, esto le servirá para motivarse a realizarlo de forma constante, ayúdale si es necesario.



## PORTAFOLIO DE evidencias

Cuéntanos qué fue lo que más te gustó, lo que aprendiste o la actividad que más le agradó a tu hija o hijo, ya sea a través de un dibujo o escribiendo en una hoja blanca para hacer tu propio portafolio.



Si tienes **teléfono y acceso a internet**, recuerda que puedes **tomar una foto haciendo cualquier actividad** o mostrando tu calendario ya terminado y mandarla a tu facilitador(a) **a través de WhatsApp**, recuerda también **guardar tu material** para que compartas tus avances cuando realice la visita domiciliaria.

# GRUPO 12

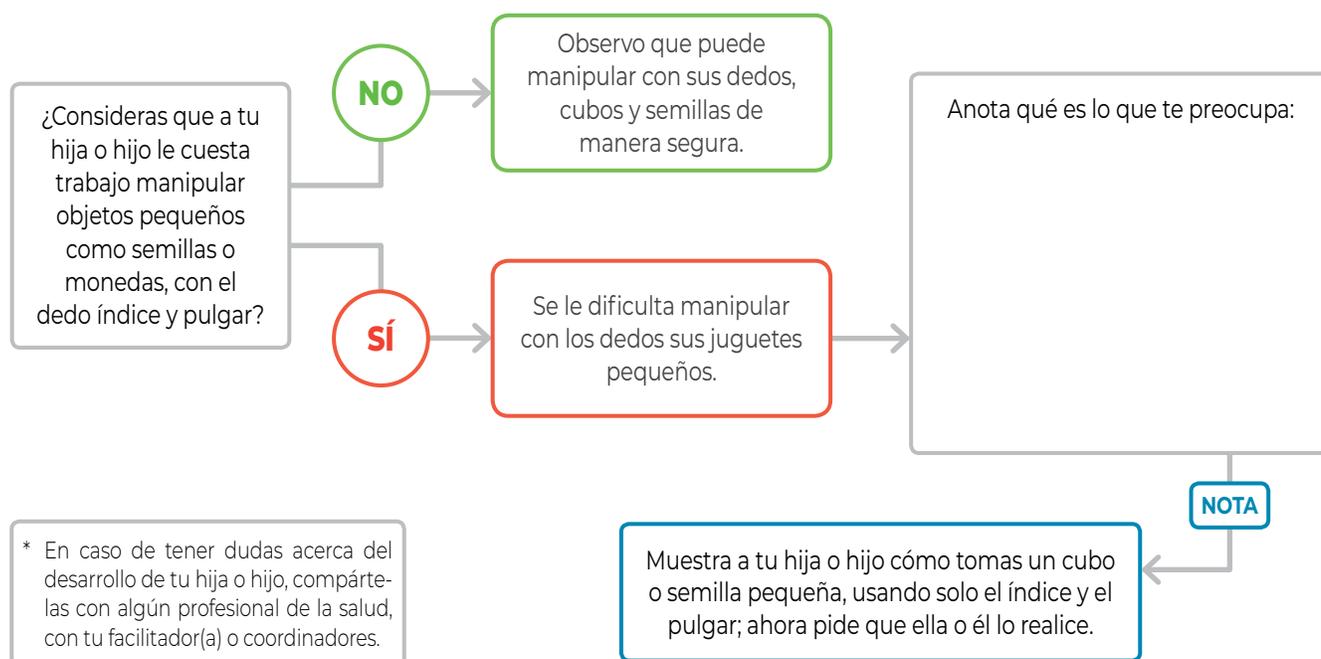
## NIÑAS Y NIÑOS DE 2 AÑOS Y 7 MESES A 3 AÑOS 29 DÍAS

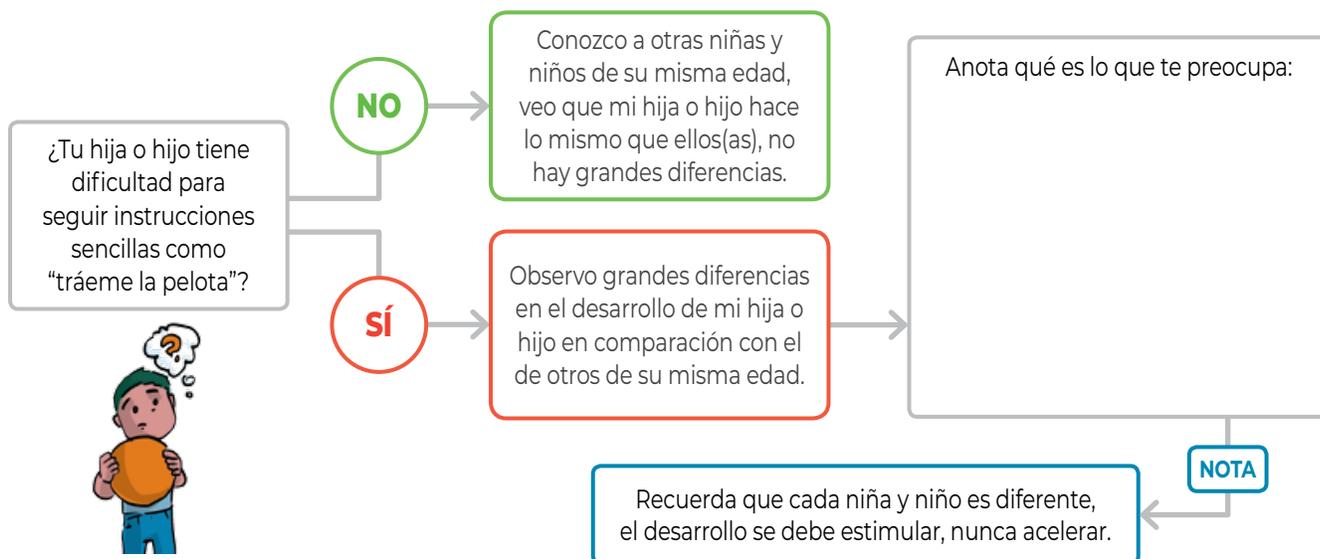
A esta edad tu hija o hijo utiliza su potencial motor (mantener su cuerpo en equilibrio y movimiento) para alcanzar metas, sus manos son su mejor instrumento, le gusta hablar y mantener conversaciones. El movimiento sigue siendo su mejor habilidad, tanto en la coordinación de los pies y las manos, como en la utilización de sus dedos. Podrás observar que ha mejorado su habilidad manual enroscando y desenroscando las tapas de recipientes de plástico.

A continuación te recomendamos las siguientes actividades que puedes desarrollar en conjunto con tu hija o hijo. Emprendamos esta aventura en compañía.

Recuerda que cualquier duda que tengas la puedes consultar con tu facilitador(a), su nombre es: \_\_\_\_\_ y le puedes localizar vía telefónica al \_\_\_\_\_.

A continuación viene una pregunta muy importante, marca tu respuesta.





Ahora te mostramos una tabla o calendario, donde podrás registrar las actividades que desarrollarás durante el mes.

### ¿Cómo lo harás?

1. Lee la actividad sugerida.
2. Te daremos unas etiquetas que deberás pegar, siempre y cuando hagas la actividad.
3. Observa a tu hija o hijo y dibuja su reacción, quizá unas veces sea agradable y otras no. Así mismo, esto te permitirá estimar qué actividades desarrollas con menos frecuencia.

Te mostramos un ejemplo:

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo
1. Permite a tu hija o hijo caminar descalzo(a) en diferentes tipos de piso.	★★★★	😊 😄 😞

Es tu turno, empecemos:

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo	Recomendación para fortalecer esta actividad
1. Pide a tu hija o hijo que abotone su suéter, pantalón o alguna otra prenda de vestir sin ayuda.			A la hora de vestirle promueve que lo haga solo(la), que se abotone la camisa, suéter o pantalón.

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo	Recomendación para fortalecer esta actividad
2. Muestra a tu hija o hijo cómo dibujar en una hoja, una línea de arriba abajo y otra de lado a lado, ahora pídele que lo realice.			Ten presente que a esta edad el gusto por las crayolas o colores aumenta, motívale a rayar, dibujar o pintar, libremente en una hoja o cartulina.
3. Enseña a tu hija o hijo a contar objetos, semillas o partes de su cuerpo, por ejemplo pregunta: “¿Cuántos ojos tienes?, ¿cuántos años tienes?”.			A la hora del baño enseña a tu hija o hijo a contar las partes de su cuerpo, en el momento del juego pregúntale cuántos juguetes tiene, cuántos zapatos, coches, etcétera.
4. Lee un cuento con tu hija o hijo, imita el cuento con gestos o pregunta: “¿Qué crees que pasó?”, en todo momento intégrale.			Estimula a tu hija o hijo a charlar con preguntas temporales, por ejemplo: “Antes de comer, ¿qué hicimos?, después de comer, ¿qué debemos hacer?”.
5. Muéstrale imágenes de animales o frutas, pregúntale: “¿Esto qué es?”.			Motívale a pronunciar palabras de tres sílabas como: zapato, paleta, caballo, pelota, comida.
6. Promueve el uso de una alcancía en donde tu hija o hijo meta monedas o fichas.			Si no tienes una alcancía puedes elaborar una con cartón, un recipiente de plástico o un frasco con tapa. Durante el juego entrega a tu hija o hijo monedas de plástico o fichas. Para incentivar el uso de la alcancía, procura que al mismo tiempo que introduce la moneda siga un conteo.
7. Permite que juegue con otras niñas o niños.			Implementa juegos que impliquen la participación de sus hermanos(as), primos(as), de esta manera permites que tu hija o hijo se relacione con más personas.
8. Pregunta a tu hija o hijo: “¿De quién es...?”, señalando una de sus prendas de vestir o juguete. Después pregúntale señalando una prenda tuya: “Y este, ¿de quién es?”.			En todo momento habla con tu hija o hijo, enséñale a identificar las cosas que son suyas y las que no, esto le ayudará a reconocer y a respetar las cosas de los demás.



PORTAFOLIO DE

**evidencias**

Cuéntanos qué fue lo que más te gustó, lo que aprendiste o la actividad que más le agradó a tu hija o hijo, ya sea a través de un dibujo o escribiendo en una hoja blanca para hacer tu propio portafolio.



Si tienes **teléfono y acceso a internet**, recuerda que puedes **tomar una foto haciendo cualquier actividad** o mostrando tu calendario ya terminado y mandarla a tu facilitador(a) **a través de WhatsApp**, recuerda también **guardar tu material** para que compartas tus avances cuando realice la visita domiciliaria.

# GRUPO 13

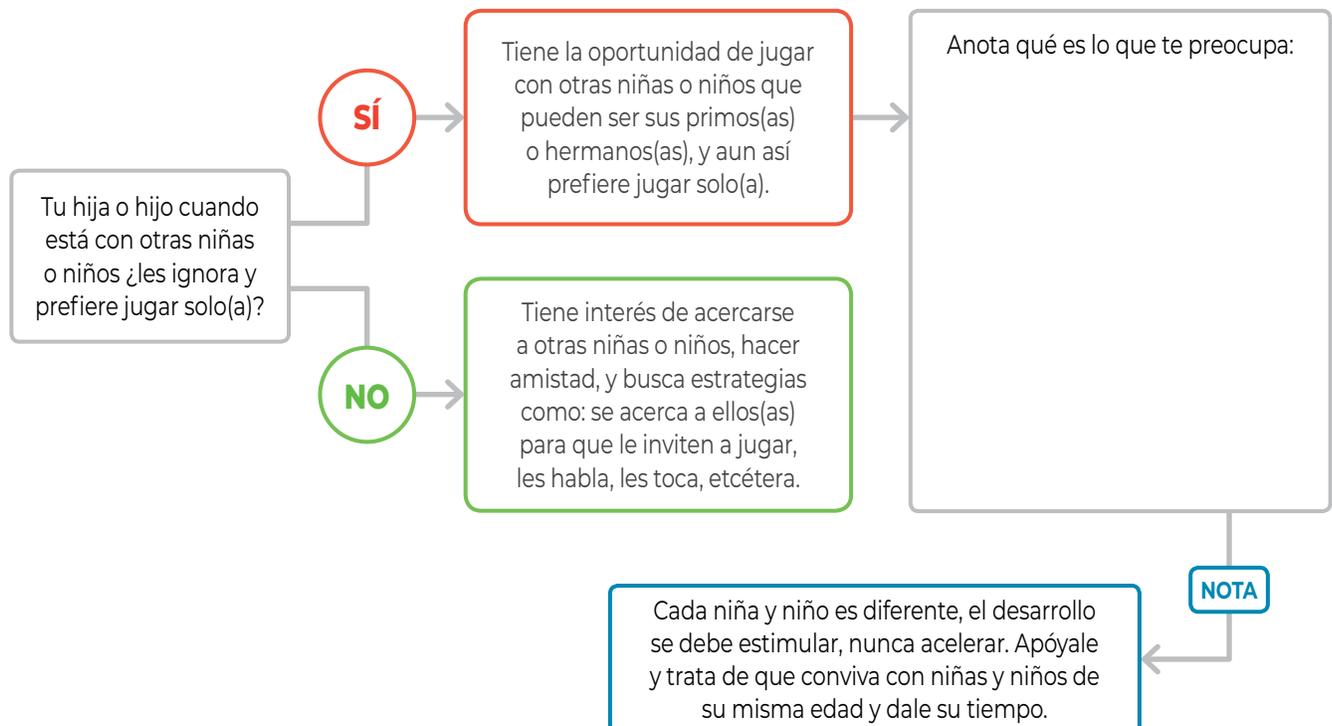
## NIÑAS Y NIÑOS DE 3 AÑOS A 4 AÑOS 29 DÍAS

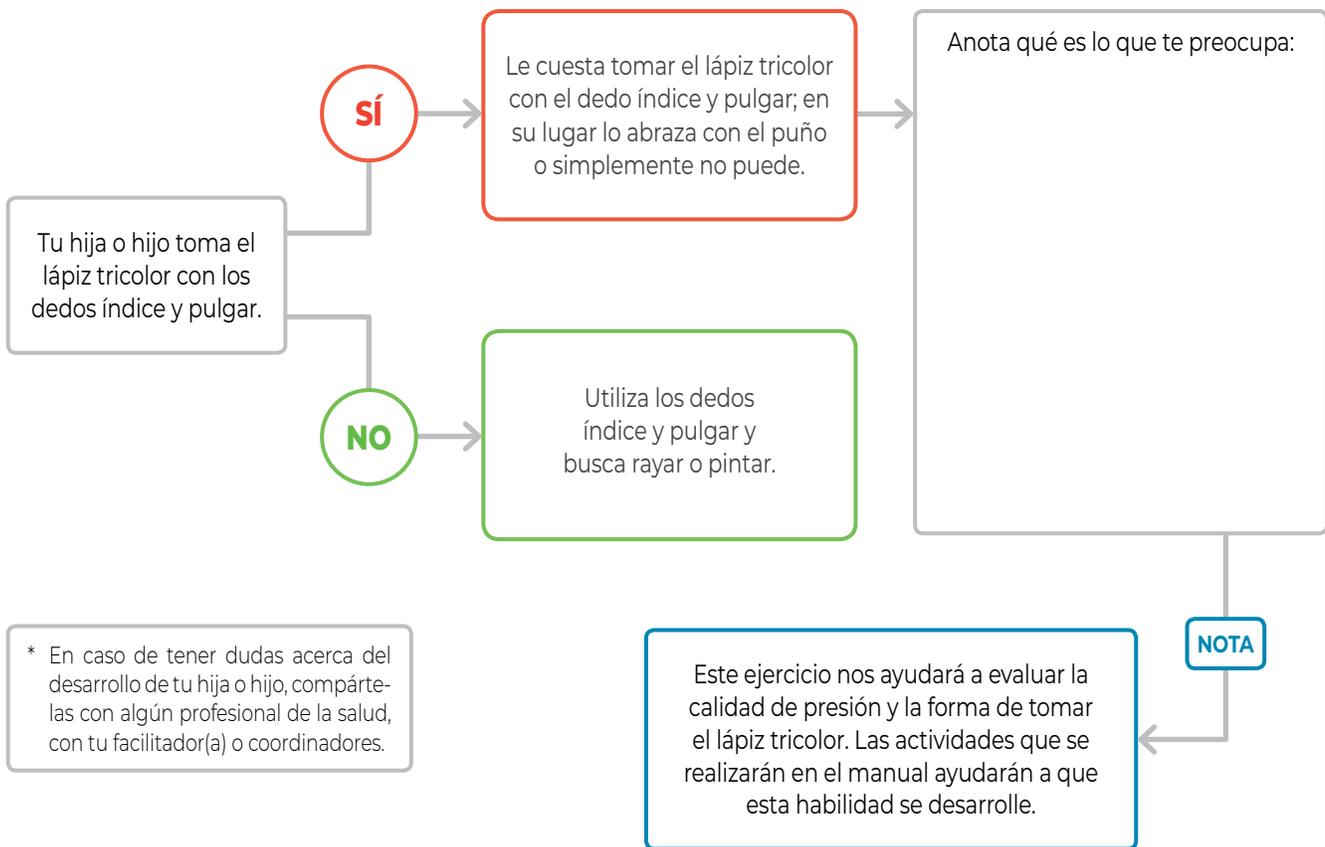
Con la madurez que ha alcanzado tu hija o hijo en su independencia motora, la calidad de su lenguaje y su potencial de aprendizaje, es un buen momento para integrarle a un centro escolar para que conviva con otras niñas y niños y asimile reglas en otros contextos.

A continuación, te recomendamos las siguientes actividades que puedes desarrollar en conjunto con tu hija o hijo. Emprendamos esta aventura en compañía.

Recuerda que cualquier duda que tengas la puedes consultar con tu facilitador(a), su nombre es: \_\_\_\_\_ y le puedes localizar vía telefónica al \_\_\_\_\_.

Cada actividad es sencilla, a continuación te invitamos a contestar las siguientes preguntas coloreando o tachando tu respuesta.





Ahora te mostramos una tabla o calendario, donde podrás registrar las actividades que desarrollarás durante el mes.

## ¿Cómo lo harás?

1. Lee la actividad sugerida.
2. Te daremos unas etiquetas que deberás pegar, siempre y cuando hagas la actividad.
3. Observa a tu hija o hijo y dibuja su reacción, quizá unas veces sea agradable y otras no. Así mismo, esto te permitirá estimar qué actividades desarrollas con menos frecuencia.

Te mostramos un ejemplo:

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo
1. Permite a tu hija o hijo caminar descalzo(a) en diferentes tipos de piso.	★★★★	😊 😄 😞

Es tu turno, empecemos:

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo	Recomendación para fortalecer esta actividad
1. En un espacio amplio pide a tu hija o hijo brincar en un solo pie.			Muestra a tu hija o hijo cómo se brinca en un solo pie, y pídele que ella o él lo haga junto contigo. Muéstrate con mucha actitud y tranquilidad. Repite la actividad al menos dos veces.
2. Facilita a tu hija o hijo hojas blancas y un lápiz y pídele que raye o bien dibuje un círculo o una cruz.			Muestra a tu hija o hijo cómo es un círculo y pídele de manera alegre y divertida que dibuje uno, deja que lo raye como pueda. Felicítale y muéstrate contento por lo que hizo.
3. Pide a tu hija o hijo que meta una agujeta en una botella de plástico.			Pon atención en todo momento en cómo tu hija o hijo se esfuerza por realizar la actividad, también puedes sustituir la agujeta por semillas de maíz, frijol o piedras pequeñas. Es muy importante estar atento para que no se las coma.
4. Enseña a tu hija o hijo los colores y las figuras por su nombre.			Para esta actividad puedes usar hojas de colores, pedazos de tela, cuadritos de madera, o juguetes como cochecitos o muñecas.
5. Lee a tu hija o hijo un libro que tenga figuras de animales, personas, caricaturas, etcétera.			Elige una hora adecuada en la que tú y tu hija o hijo estén dispuestos y tranquilos, elijan libros con imágenes grandes, al ir leyendo muéstrale si las imágenes son cosas, animales, colores, etcétera.



## PORTAFOLIO DE evidencias

Cuéntanos qué fue lo que más te gustó, lo que aprendiste o la actividad que más le agradó a tu hija o hijo, ya sea a través de un dibujo o escribiendo en una hoja blanca para hacer tu propio portafolio.



Si tienes **teléfono y acceso a internet**, recuerda que puedes **tomar una foto haciendo cualquier actividad** o mostrando tu calendario ya terminado y mandarla a tu facilitador(a) **a través de WhatsApp**, recuerda también **guardar tu material** para que compartas tus avances cuando realice la visita domiciliaria.

# GRUPO 14

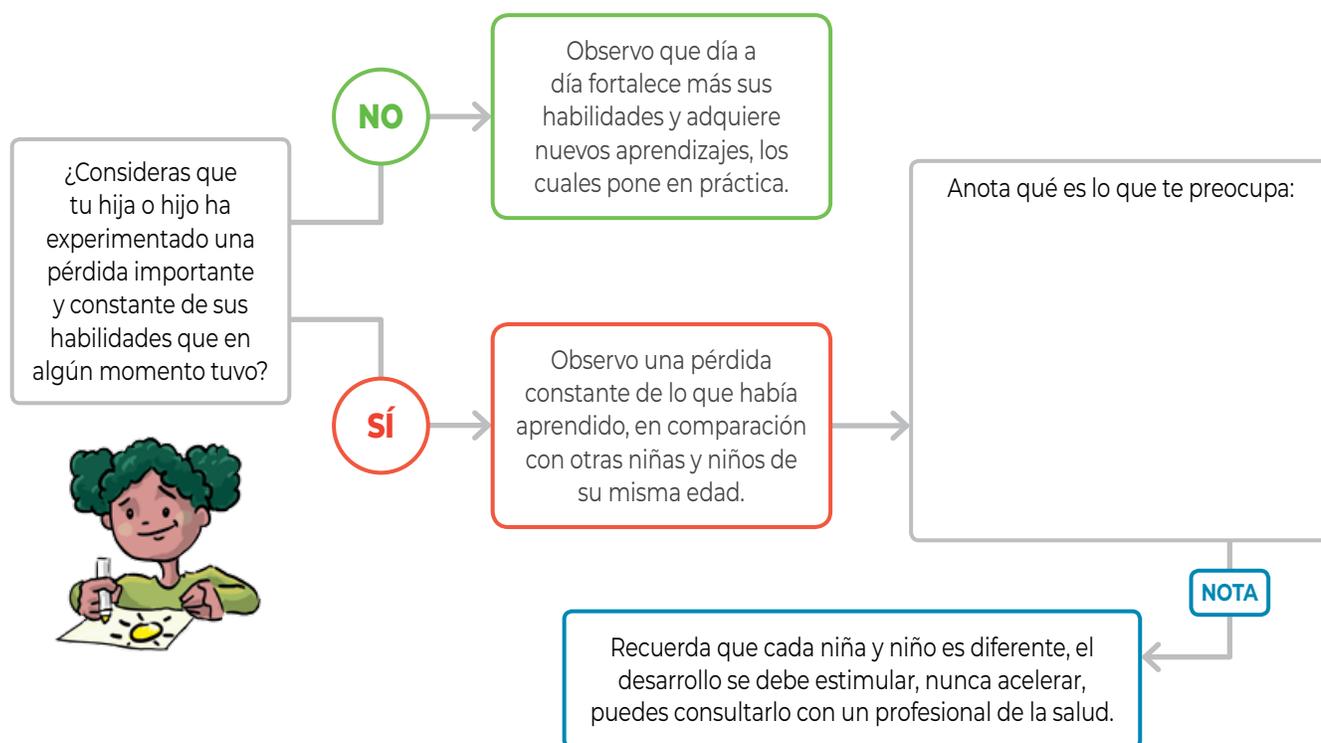
## NIÑAS Y NIÑOS DE 4 AÑOS Y 1 MES A 4 AÑOS 10 MESES

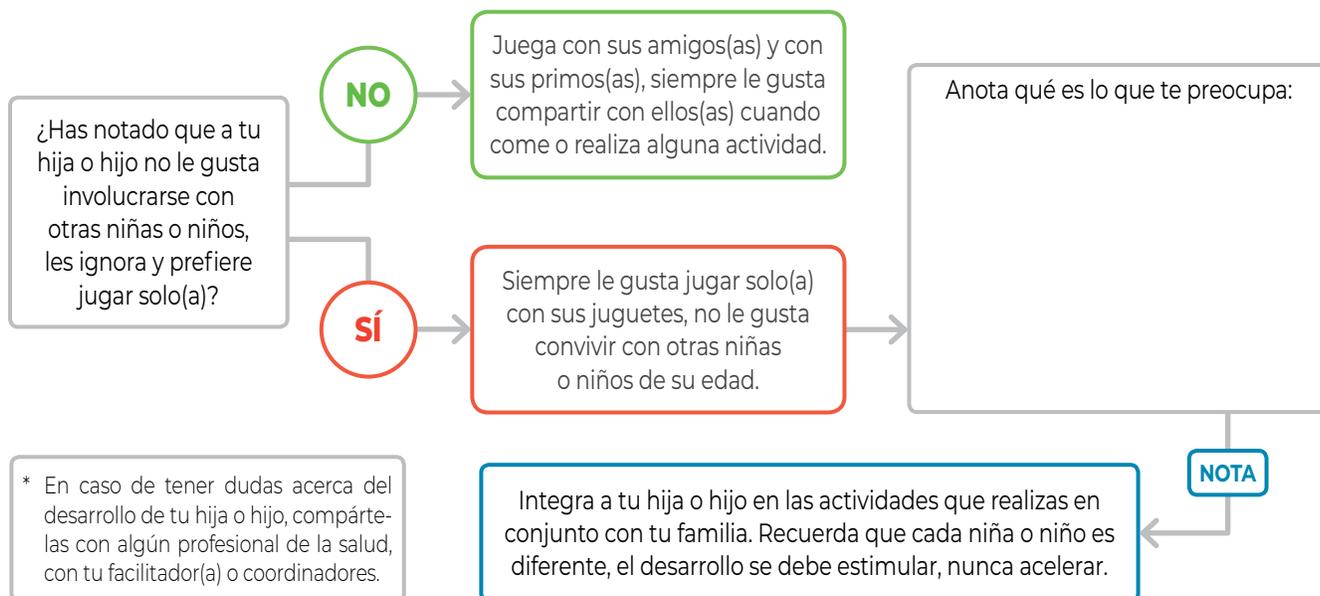
A esta edad tu hija o hijo deberá estar integrado a la escuela (kínder, preescolar), lo que le ayudará a que todos los días fortalezca y adquiera nuevos aprendizajes, los cuales puede aplicar en casa, por eso es importante que le motives a expresar sus logros, no olvides felicitarle.

A continuación te recomendamos las siguientes actividades que puedes desarrollar en conjunto con tu hija o hijo. Emprendamos esta aventura en compañía.

Recuerda que cualquier duda que tengas la puedes consultar con tu facilitador(a), su nombre es: \_\_\_\_\_ y le puedes localizar vía telefónica al \_\_\_\_\_.

Cada actividad es sencilla, a continuación, te invitamos a contestar las siguientes preguntas coloreando o tachando tu respuesta.





Ahora te mostramos una tabla o calendario, donde podrás registrar las actividades que desarrollarás durante el mes.

### ¿Cómo lo harás?

1. Lee la actividad sugerida.
2. Te daremos unas etiquetas que deberás pegar, siempre y cuando hagas la actividad.
3. Observa a tu hija o hijo y dibuja su reacción, quizá unas veces sea agradable y otras no. Así mismo, esto te permitirá estimar qué actividades desarrollas con menos frecuencia.

Te mostramos un ejemplo:

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo
1. Permite a tu hija o hijo caminar descalzo(a) en diferentes tipos de piso.	★★★★	😊 😄 😞

Es tu turno, empecemos:

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo	Recomendación para fortalecer esta actividad
1. Pide a tu hija o hijo que dibuje en una hoja las partes del cuerpo de una niña o niño.			En esta actividad puede ser que no dibuje todas las partes del cuerpo, por lo cual es importante que en todo momento le motives y apoyes, también puedes pedirle que se dibuje a sí mismo(a).

Actividad sugerida	Las veces que mi hija o hijo la realizó	La reacción de mi hija o hijo	Recomendación para fortalecer esta actividad
2. Solicita a tu hija o hijo que escriba dos o más letras en una hoja.			Recuerda ser paciente, tu hija o hijo aprende a su propio ritmo, en caso de no poder escribir, muéstrale un ejemplo y después pídele que lo vuelva a intentar.
3. Juega con tu hija o hijo a reconocer los colores, tú preguntas y ella o él contesta; por ejemplo: "¿De qué color es el cielo?, el pasto, la manzana".			Para llamar su atención coloca varios objetos de diferentes colores, pídele que te los pase eligiendo o acomodándolos de acuerdo al color. Es recomendable iniciar con los colores primarios: amarillo, rojo, azul y después los otros colores.
4. Coloca varias botellas, tapas o frutas en fila, no más de 10, después pídele que cuente en voz alta cuántas hay.			Puedes entregarle diferentes semillas y objetos, no más de 10, pide que cuente cuántos tiene de cada uno, o contar los dedos de manos y pies.
5. Pide a tu hija o hijo que te cuente un cuento, puede usar sus juguetes.			Léele cuentos cortos involucrándole en todo momento, coméntale lo que crees que pasó, o qué fue lo que más te gustó. Ahora pídele que te lo cuente a ti.
6. Juega con tu hija o hijo al "Avión", puedes dibujarlo en un espacio de tu casa en el piso o en el suelo.			También puedes desarrollar esta actividad saltando obstáculos, por ejemplo, colocar botellas para saltar sobre ellas. Recuerda que puedes mostrarle cómo hacerlo.
7. Pide a tu hija o hijo que se desvista y vista solo(a) al bañarse o cambiarse de ropa.			Después de que tu hija o hijo termine de bañarse, pídele que se vista solo(a), dale la opción de elegir qué ropa quiere ponerse.
8. Muestra a tu hija o hijo cómo hacer marometas, después pídele que lo realice.			El espacio donde realices esta actividad debe ser un área plana sin obstáculos, puede ser en el pasto, piso o suelo, con el apoyo de una colcha o cobija gruesa.



## PORTAFOLIO DE

# evidencias

Cuéntanos qué fue lo que más te gustó, lo que aprendiste o la actividad que más le agradó a tu hija o hijo, ya sea a través de un dibujo o escribiendo en una hoja blanca para hacer tu propio portafolio.



Si tienes **teléfono y acceso a internet**, recuerda que puedes **tomar una foto haciendo cualquier actividad** o mostrando tu calendario ya terminado y mandarla a tu facilitador(a) **a través de WhatsApp**, recuerda también **guardar tu material** para que compartas tus avances cuando realice la visita domiciliaria.

# Hoja de Créditos

## MISIÓN

- Construir capacidades en niñas y niños en condiciones de carencia, exclusión y vulnerabilidad para mejorar sus vidas, y que se conviertan en líderes que generen cambios positivos y duraderos en sus comunidades.
- Promover sociedades cuyos individuos e instituciones valoren, protejan y fomenten los derechos de la infancia.
- Enriquecer las vidas de nuestros seguidores a través del apoyo que brindan a nuestra causa.

## VISIÓN

Un mundo en el cual niñas y niños ejercen sus derechos y alcanzan su potencial.

## CRÉDITOS

**Directora Nacional:** Sonia Bozzi

**Gerente de Programas:** Morgane Bellion

**Especialista de Calidad Programática:** Silvia J. Herrera Balaguera

**Asesor Etapa de Vida 1:** José María Cabrera

**Con la colaboración de:** Adelaida Segura Bautista, Sara Flores Méndez, Ivon López García, Yuridia José Moreno, Maygreht Lucero Díaz Granados, Frida Lorena Galeana Mortera, Juan Carlos Soto Rojas, Sheyla Mariana Torralba Mendez, Gabriela del Carmen Estrada Reyes, Claudia Mirielli López Romero, Anayeli Noemí Perez, Álvaro Jiménez Ventura, Esther Salazar Velázquez, Ixchelt Sánchez Cruz, Martín Hernández Vázquez, Lizbeth Senobio González, Armando Carbajal García.

**Diseño, edición e ilustración:** Barco de Vela

**Videos:** Genera Comunicación

**Idea Original:** ChildFund México

Todos los Derechos Reservados.

# Consigue los cuatro cuadernillos de nuestro programa

## ETAPA DE VIDA 1

