



DÍA 13



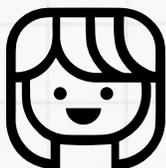
30 DÍAS

EN CASA

La guía para sobrevivir,
conectar, aprender y divertirse en familia.



POR



NARAN
XADUL

Y COMIENZOS_CONSCIENTES



#YoMeQuedoEnCasa

PATROCINADO POR:

ADerogyl[®]
infantil



VIERNES DE ÁRBOLES Y FLORES

TIP PARA DISFRUTAR (Y SOBREVIVIR) LA CUARENTENA

¿Ya encontraste tu rutina nueva?

Una de las cosas que más extrañamos y que más incomodidad generan es haber perdido el ir y venir de los días antes de la crisis. En estos momentos los niños ya llevan más de una semana sin escuela y quizá ya encontraste un esquema que te funcione. Ahora es importante seguirlo o hacer los ajustes necesarios en lo que no te funcionó del todo.

En caso de que te sientas atorada pide ayuda a familias que estén en situaciones similares: ¿qué hacen sus peques en las llamadas laborales? ¿cómo están distribuyendo las funciones? ¿qué recetas sencillas pueden compartir?

Es de gran ayuda incluir en la rutina algunas costumbres que te eran familiares antes pero que siguen siendo posibles: tener fines de semana con menos estructura, ver tu serie que sólo sale los martes y dejar que los peques desayunan cereal y vean un poco de tele el domingo mientras intentas dormir un rato más.



TIP DE HOMESCHOOLING DEL DÍA

POR: **Pharmaton**
KIDDI



NARAN
XADUL

Recuerda que así como entre semana buscamos que los niños trabajen y mantengan una rutina para cuidar de la salud mental de la familia y buscar que sigan aprendiendo, también necesitan descansar y jugar.

Muchos maestros hacen actividades especiales los viernes para indicar que se acerca el fin de semana. Puedes sentarte con tu peque a ver un documental sobre un tema que le interesó en la semana, buscar juegos de números y suplirlos por la clase de matemáticas o preparar una botana especial a la hora del lunch.

No te preocupes si el lunch este día no es el más sano, con tener una dieta balanceada y complementar con Kiddi pharmaton su alimentación, se valen estos días especiales.





NARAN
XADUL

TIP DE DISCIPLINA EN TIEMPO DE CUARENTENA

La conducta comunica.

¿Cada vez que estás en una llamada tu peque grita?

¿Cuando ayudas a su hermano con la tarea tiene un accidente de pipí?

Recuerda que los pequeños utilizan su conducta para comunicar. No se trata de ser adivino o terapeuta infantil para entender qué está pasando, sino de observar a tu peque con curiosidad y entender si está comunicando que:

- Le falta conexión (y hacer una nota mental de darle conexión positiva para que no busque conexión negativa).
- Le faltan herramientas para resolver la situación (en este caso nos toca enseñar la herramienta que falta: a compartir o expresar el enojo de manera apropiada, por ejemplo).
- Hay factores externos que lo están estresando (hambre, sueño, falta de estructura, estrés adulto).





NARAN
XADUL

TEMA DEL DÍA DE HOY: PLANTAS, FLORES Y FRUTAS (1-3)

JUEGO LIBRE

1-3 años

Pon al alcance de tus peques macetas, regaderas, rastrillos. En el exterior pueden jugar con la tierra, plantas y flores disponibles afuera. En interiores puedes utilizar la arena de días anteriores, plantas y flores de plástico.

3-6 años

Esta charola es una invitación a jugar. Consiste en poner varios elementos al alcance del niño y dejar que su imaginación se encargue del resto.

Ventajas pedagógicas:

No ser el líder del juego te libera el tiempo o te permite aprender mucho sobre quién es tu hijo.





NARAN
XADUL

JUEGO SENSORIAL

Para los más peques:

Tinas sensoriales con semillas, hojas secas, palitos. Lupa.

3-6 años: Plantar un ajo y verlo crecer y florecer.

Ir a un jardín o espacio verde y recopilar hojas y flores.

Poner pintura y hacer impresiones de las diferentes hojas de árboles.

Sacar diferentes hierbas de olor de la cocina, hacer un juego de relacionar olores con comida. Utilizar las hierbas para hacer un té.

También se pueden utilizar para hacer impresiones o como brochas para pintar.

Ventajas pedagógicas:

El juego sensorial permite al peque sentirse por unos momentos con mucho más control sobre su entorno. En un mundo en donde los adultos toman la mayoría de las decisiones tener el control sobre el entorno y cómo interactúas con el es una experiencia que puede contribuir inclusive emocionalmente.





NARAN
XADUL

MOTRICIDAD FINA

1-3 años

Permitir que los peques exploren una flor con varios pétalos quitando los pétalos con su dedo.

3-6 años

Practicar recortado

Sopa de flores

En una charola poner flores frescas, una lupa, una tijeras y pinzas. Permitir que los niños exploren las partes de la flor. Luego pueden hacer sopa de hadas con agua y las partes de la flor practicando transferir agua de un contenedor a otro, las flores y sus partes con pinzas o cuchara.

Flores de capacillos

Tomar capacillos de panquecito y pedir a los peques que le hagan cortes alrededor de la orilla hasta formar flores. Pegarlas con pritt o resistol y agregar tallos y pasto pintando con pincel, practicando el trazo de líneas verticales.

Ventajas pedagógicas:

Recortar es una habilidad fundamental ya que fortalece la mano y enseña coordinación ojo-mano.





NARAN
XADUL

PARA GASTAR UN POCO DE ENERGÍA

¿Qué tal una clase de yoga de mariposas en el jardín?

MIRA AQUÍ

Puedes jugar también cuentos activos: contando la historia de una semilla pequeña (el niño enrollado), que creció hasta ser el árbol pequeño (niño de rodillas) e hizo a una nueva amiga lombriz (niño caminando de panza). Pasó el tiempo y las estaciones, en primavera se llenó de hojas y flores pero también se movía con el viento (niño mueve brazos de un lado a otro).

Esta es una gran idea para lograr que se muevan y a la vez escuchen un cuento.

Ventaja pedagógica:

El yoga es una actividad física que ayuda a los peques a estar mucho más conscientes de su cuerpo y a conectarlo con su mente.

La conexión mente-cuerpo es la clave de la autorregulación. Por ejemplo para no pegar tu mente debe pedirle a tu cuerpo que frene y este ser capaz de obedecer.





NARAN
XADUL

APLICACIÓN

Recomendación:

TocaFarm **4-6 años**

Esta aplicación le permite jugar a los niños un juego similar al juego de roles en el que puede sembrar, cosechar, comprar y vender lo que produce.

TIP PEDAGÓGICO:

En general las aplicaciones de alta calidad y buen contenido tienden a costar algo de dinero. Es mucho mejor hacer un pago inicial transparente que las aplicaciones que incluyen compras en su interior, pues estas tienden a tener poco valor educativo y a aprovecharse de los niños como consumidores.

CUENTO

Atrapados de Oliver Jeffers **3-6 años**

TIP PEDAGÓGICO:

Platica con tu peque... ¿Qué harías tú si se atora tu pelota o papalote en un árbol? Preguntar a los peques que harían en el lugar del personaje es un gran ejercicio de entender la perspectiva de los demás y desde dónde toma cada quien decisiones.