

Guía de Orientaciones a las familias para el acompañamiento de los primeros aprendizajes de las niñas y niños de 0 a 4 años



PROGRAMA APRENDIENDO en familia

"2025 BICENTENARIO DE BOLIVIA"

Guía de Orientaciones a las familias para el acompañamiento de los primeros aprendizajes
de las niñas y niños de 0 a 4 años
PROGRAMA APRENDIENDO en familia

Omar Veliz Ramos
MINISTRO DE EDUCACIÓN

Manuel Eudal Tejerina del Castillo
VICEMINISTRO DE EDUCACIÓN REGULAR

Shenna Gretzel Portugal Zambrana
DIRECTORA GENERAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA

COORDINACIÓN GENERAL
Equipo Técnico de la Dirección General de Educación Primaria

Edición e impresión
UNICEF

Depósito legal:
4-2-572-2025 P.O.

Este documento fue elaborado e impreso con el apoyo del Fondo de
las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)

LA VENTA DE ESTE DOCUMENTO ESTÁ PROHIBIDA

Datos personales de mi niña o niño

El nombre que le pusimos es:

Nació el día:el mes: del año: en:.....

Es la hija/hijo número:
.....de la familia.

El nombre del papá, mamá o cuidador/a es:

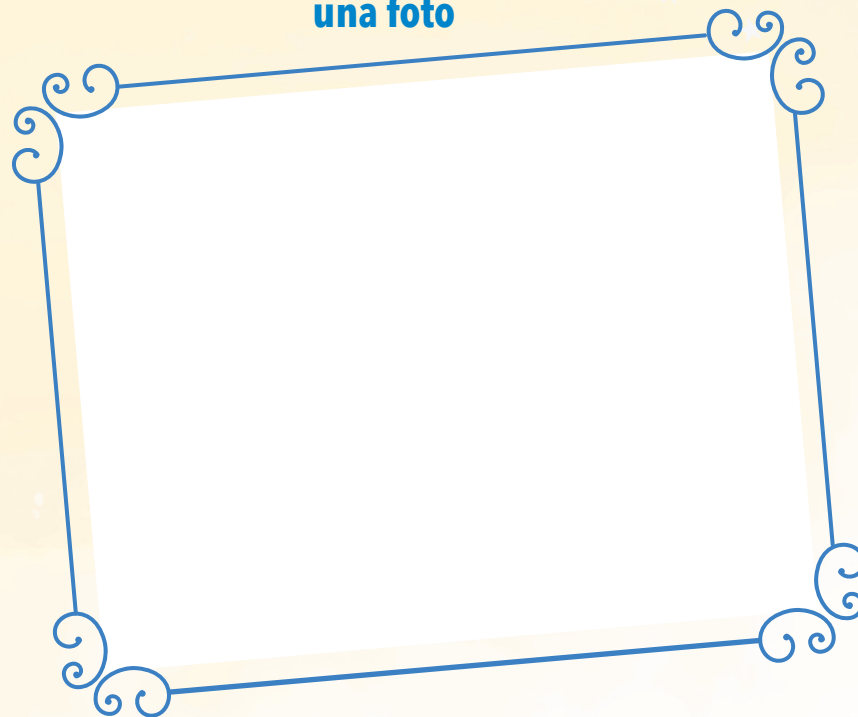
Otros integrantes de la familia son:

La lengua que hablamos en la familia es:

Los momentos de la vida diaria que más compartimos con nuestra niña o niño son:

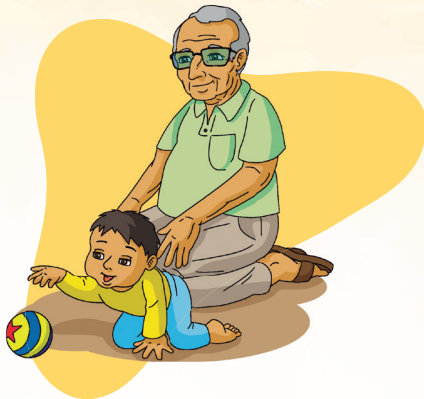
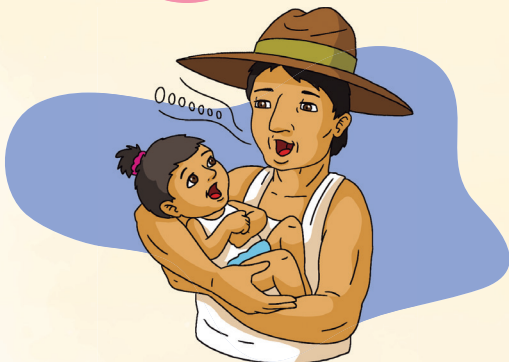
.....
.....
.....

Retrato de familia
Dibujamos a la familia o pegamos
una foto



APRENDIENDO EN FAMILIA

Orientaciones a las familias para el acompañamiento de los primeros aprendizajes de las niñas y niños de 0 a 4 años



La llegada de un hijo es un evento singular que permite observar su crecimiento y aprendizaje diario. Los padres son los primeros educadores, y a través de la interacción y estimulación como hablar, jugar, imitar, se fortalece el vínculo afectivo, la seguridad del niño y el desarrollo cerebral.

Las mejores oportunidades para disfrutar juntos son los momentos familiares y comunitarios de la vida diaria, como la alimentación, el descanso, el aseo, la vestimenta, entre otros. Estos son espacios para estrechar vínculos afectivos.

Cada niño es único y, aunque su desarrollo sigue procesos similares, el ritmo varía. Lo esencial son las oportunidades y experiencias familiares, así como los vínculos con personas significativas.

Por ello, como Ministerio de Educación y con el propósito de fortalecer la educación en familia comunitaria no escolarizada, compartimos este material con ustedes, mamás, papás y cuidadoras o cuidadores de niñas y niños menores a 4 años, para motivarles a fortalecer el desarrollo y aprendizaje en las actividades de la vida diaria.

¿Qué encontrarás en esta cartilla?

Encontrarás

- Orientaciones de juego y comunicación para promover los primeros aprendizajes de niñas y niños en los momentos familiares y comunitarios
- Pautas sobre lo que puede hacer tu niña o niño en cada etapa
- ¿Cuándo debemos preocuparnos y qué hacer?
- Prácticas interculturales



Te brindamos orientaciones por tramos de edad que te darán pautas, sin embargo, hay que considerar que el desarrollo y aprendizaje es un proceso continuo y único. Guíate –sobre todo– por las habilidades y capacidades que tu niña o niño va adquiriendo a medida que va creciendo.

1 ORIENTACIONES DURANTE EL EMBARAZO

2 DEL NACIMIENTO A 3 MESES

3 DE 4 A 6 MESES

4 DE 7 A 9 MESES

5 DE 10 A 12 MESES

6 DE 1 A 2 AÑOS

7 DE 2 A 3 AÑOS

8 DE 3 A 4 AÑOS

En el embarazo

Recomendaciones para promover los primeros aprendizajes en el embarazo

¿Sabías que las niñas y los niños aprenden incluso antes de nacer?

Cuando nace, tu bebé ha adquirido conocimientos y ha registrado en su memoria la voz de la mamá, el idioma, las preferencias alimenticias y las emociones.

- El primer sonido que aprende es el de la voz de la mamá, porque en el quinto mes de gestación tu bebé desarrolla su audición.
- El bebé siente cuando la mamá está triste o angustiada y esto puede afectar al desarrollo de su cerebro.
- Los recién nacidos pueden diferenciar entre el idioma de su mamá y otros idiomas.
- La alimentación saludable de la madre durante el embarazo influye en las preferencias de sabor del bebé al iniciar la alimentación sólida.



¿Qué puedo hacer para sentar las bases del aprendizaje en el embarazo?

- Habla con tu bebé en tu idioma todas las veces que te sea posible. Exprésale el gran cariño que sientes por ella o él.
- Cuéntale sobre las actividades que realizas o de las personas con las que conversas.
- Acaricia tu vientre suavemente y permite que el papá u otro familiar también lo haga. Háblenle y respondan a sus movimientos.
- Cuéntale sobre los alimentos saludables y variados que comes. Haz que conozca diferentes sabores y alimentos saludables.
- Mantente tranquila y transmite seguridad a tu bebé.



Para recordar:

- Cumple con al menos cuatro controles prenatales.
- Cuida la alimentación, consumiendo alimentos variados y nutritivos, así favoreces la formación del cerebro de tu bebé.
- Evita preocupaciones o un ambiente con gritos o violencia.
- Evita el consumo de bebidas alcohólicas y también fumar.
- Ante cualquier señal de peligro, acude de inmediato al centro de salud.



Prácticas interculturales

Las familias aimaras aconsejan no tejer, ni hilar para que el bebé no se enrede con el cordón umbilical.

En la cultura tacana, cuidan mucho a la futura madre, que se alimente con variedad de frutas, evitan que alce cosas pesadas. Y son quienes recurren consejos de las madres y abuela.



La activa participación del papá es importante para promover los primeros aprendizajes

Tu rol y presencia como padre es fundamental, beneficia el desarrollo y crecimiento de tu niña o niño que le ayudará para toda su vida.



Durante el embarazo

Asiste a controles pre natales e infórmate sobre cuidados a seguir.

Acaricia y habla al vientre de la mamá, siente los latidos del corazón y los movimientos de tu bebé. Háblale con cariño para que ella o él te sienta y te escuche.

En el nacimiento de tu niña o niño

Pide estar presente en el parto, eso establecerá una relación de amor con tu hija o hijo.

Acércate a tu bebé, cárgalo en brazos, sonríele, haz que escuche tu voz, así irás creando un vínculo afectivo con tu bebé.

Durante la lactancia

Involúcrate y participa, haz que tu bebé escuche tu voz, mientras el bebé lacta.

Hazte cargo de las labores domésticas, para que el momento de la lactancia sea un momento agradable y tranquilo para tu bebé y para la mamá.

Durante los primeros 1.000 días

Asiste y lleva a tu niña o niño a sus controles de salud, vacunación o cuando requiera atención médica.

Hazte cargo de bañarle, cambiarle los pañales, arrullarle para que duerma. Es importante que tu niña o niño sienta tu amor.

Juega a imitar sus gestos y sonidos, toma a tu niña o niño en brazos, cántale, háblale y responde sus preguntas. Todo esto fortalece su aprendizaje.

Durante sus primeros años en la escuela

Participa en actividades educativas de tu hija o hijo.

Ve a la escuela, y habla con la maestra para que ella te conozca.

Establece rutinas y hábitos positivos como llegar a tiempo al centro.

Prepara meriendas saludables así le enseñas a comer sano en casa.



Del nacimiento a los 3 meses

Orientaciones para promover los primeros aprendizajes de niñas y niños en los momentos familiares y comunitarios

Tu niña o niño acaba de nacer. En estos primeros meses una forma de aprendizaje es la imitación y la exploración. Acompaña su desarrollo y aprendizaje, en los momentos cotidianos, aplicando las siguientes recomendaciones:

JUGAR



Acaricia el rostro, la cabeza y las manos de tu bebé. Cántale una canción de tu región y cultura. Un buen momento para hacerlo es cuando está lactando.



En el momento del baño, acaricia las partes de su cuerpo con movimientos circulares suaves. Mientras lo haces, usa el agua para jugar, mostrándole cómo salpica y cae por su cuerpo.



Mientras lo vistes y desvistes, permite que tu bebé libere sus brazos y piernas. Logra mover suavemente sus brazos y piernas. Igualmente aprovecha en jugar escondiendo tu rostro, ¿dónde está mi bebé?, luego le muestras tu rostro y le dices: ¡Ahí está!



Toma al bebé en brazos, cántale canciones de cuna de tu región o cultura. Mientras lo haces, muévete suavemente al ritmo de la música. Puedes hacerlo para dormir al bebé.



Lleva a tu bebé a sus controles de salud o de paseo a lugares de tu comunidad o barrio. Háblale sobre los lugares que visitan y permite que escuche otras voces y sonidos.

COMUNICAR



Mientras le das de lactar mira a tu bebé a los ojos, menciona su nombre con palabras de cariño en tu idioma. Desde su nacimiento, tu bebé es capaz de escuchar tu voz y ver tu rostro.



Mientras le cambias el pañal o la ropa, háblale y explícale lo que estás haciendo, buscando siempre su mirada. Acompaña estos momentos con gestos cariñosos e intenta imitar los sonidos que él o ella produzca. También puedes aprovechar para que escuche diferentes sonidos.



Habla con tu bebé mientras le cambias de ropa, nombra las prendas de vestir, su color, forma o textura. Al hacerlo mírale a los ojos, sonríele y dile con cariño lo bien que le queda.



Conversa con tu bebé sobre lo que hacen juntos. Realiza las mismas acciones cuando le preparas para el descanso. Con esta práctica se organizan sus rutinas.



Miren sus ojos y conversen con el bebé sobre las cosas que suceden y las personas que ven, cuando están de paseo. Así se relacionará con otras personas y conocerá otros espacios.

Para saber más: Del nacimiento a los 3 meses

¿Qué puede hacer nuestra niña o nuestro niño a esta edad?

- Despertarse y llorar cuando tiene hambre, está incómodo, está enfermo, siente frío o calor, o simplemente demanda atención y afecto.
- Reconocer y sonreír cuando ve rostros familiares o al escuchar una voz conocida. Mira a las personas.
- Hacer sonidos y escuchar otros sonidos.
- Seguir con un objeto con la mirada. Jugar con sus manos y pies.
- Cuando está boca abajo, busca levantar la cabeza y los hombros, apoyándose en sus antebrazos por tiempos cortos.



¿Cuándo debemos preocuparnos?

Cuando observamos que hasta los 3 meses:

- Tiene dificultad en agarrar el pecho de la mamá, no fija la mirada, no emite sonidos, ni sigue un objeto con la mirada.
- Aunque tenga hambre o haya ensuciado el pañal, no llora.
- Mantiene cerradas las manos en puño todo el tiempo.
- No cambia de posición, ni logra controlar su cabeza (se va atrás).
- Cuando está boca abajo, no logra apoyarse sobre los antebrazos.

Si identificamos alguna de esas señales o algo más que nos preocupa, debemos acudir al Centro de Salud.



Prácticas interculturales

En el pueblo **quechua**, el primer baño que reciben las wawas, es un baño con yerbas y las familias expresan su afecto y cariño a las niñas y los niños diciendo: "papituy (si es niño), mamitay (si es niña), munasquitay, chunquituy, munacuyqui".

En las familias **aimaras**, la mamá atiende con cariño y juega con su niña o niño repitiendo sonidos como t'a, t'a, t'a, t'u y otros, para que ella o él escuche y los repita.

En el pueblo **tacana**, las mamás cargan y colocan a sus bebés piel con piel, para alimentarles con leche materna, durante los primeros 6 meses. Luego les dan alimentos del consumo diario de las familias como: piña, sandía, camote, zapallo, gualusa.

Para recordar:

- Las niñas y los niños se sienten seguros y protegidos cuando la mamá, el papá o las personas que les cuidan les brindan atención y afecto.
- La relación amorosa que estableces con tu niña o niño es necesaria y muy importante para su desarrollo y aprendizaje.





La importancia de tu amor y cuidado en los primeros años

Para estar sano y desarrollar todas sus potencialidades, tu niña o niño necesita de cuidados y, sobre todo, mucho cariño de las personas que están alrededor de ella o él.

Las personas más importantes en la vida de las niñas y los niños, son los adultos que siempre están presentes para darles afecto y cariño. Les permiten expresar lo que necesitan, además de explorar y aprender jugando.

Al darles cariño, aprenden a confiar, a sentirse seguros, así comienzan a comunicarse, moverse, ser curiosos y descubrir todo cuando les rodea.

Para fortalecer la relación afectiva con las niñas y los niños, los momentos como: la lactancia, el baño, el cambio de pañales, el cambio de ropa, la alimentación, las actividades de la comunidad son los mejores espacios de contacto físico para fortalecer los lazos afectivos.



¿Qué podemos hacer para fortalecer la relación afectiva con nuestras niñas y niños?

- Disfruta el mayor tiempo que te sea posible con tu niña o niño, rían mucho, cárgale en tus brazos y dile palabras cariñosas.
- Alégrate y elogia a tu niña o niño, eso le ayudará a tener confianza e intentar aprender más cosas.
- Presta atención a los intereses de tu niña o niño. Mira con qué le gusta jugar, qué es lo que mira, cómo reacciona cuando escucha sonidos y voces.
- Consuela a tu niña o niño siempre que llora. No lo estás malcriando, le demuestras que estás ahí cuando te necesita y eso le da seguridad.
- Si tienes que separarte de tu niña o niño por un tiempo, cuando regreses tómalolo en tus brazos, acarícialo, juega con ella o él y cuéntale lo que hiciste.

Nuestras hijas e hijos, necesitan tener una persona que los proteja y responda a sus necesidades de cuidado y afecto.

De los 4 a los 6 meses

Orientaciones para promover los primeros aprendizajes de niñas y niños en los momentos familiares y comunitarios

Tu niña o niño de 4 a 6 meses, fortalecerá su aprendizaje a través de sus sentidos. Acompaña su desarrollo y aprendizaje, en los momentos cotidianos, practicando las siguientes recomendaciones:

JUGAR	 Deja que tu bebé vea, escuche, mueva los brazos y piernas. Acaricia su rostro y permite que también te toque. Un buen momento es cuando le das tu pecho.	 Ofrécele objetos cotidianos seguros, como un vaso, para que lo explore. Luego, incorpora juguetes de colores vivos; sostenlos en alto y anima a tu hijo a seguir su movimiento con la mirada antes de continuar con el baño.	 Cuando le vistas, menciona el nombre de cada prenda. Por ejemplo, mientras sostienes su polera, dile: ¡Esta es tu polera! También puedes mencionar su color: ¡Esta es tu polera azul!	 Calma y consuela al bebé cuando llora y no puede dormir. Tómalolo en brazos, acarícialo y canta canciones propias de tu cultura. Con esto le demuestras tu afecto y le das seguridad.	 Saca a tu bebé al aire libre para que sienta el sol, el aire fresco, el olor de la naturaleza y para que escuche voces de personas, animales o sonidos de la calle. Nombra y señala las cosas que ven.
COMUNICAR	 Habla con tu bebé, mientras te preparas para darle de lactar, esto le permite saber que pronto va a ser atendido y así aprenderá a esperar. Dile palabras cariñosas.	 Canta canciones o melodías de tu cultura y de otras, haciendo gestos y movimientos para que mueva sus manos y pies, mientras disfruta de su baño o aseo personal.	 Busca la mirada de tu bebé, llámale por su nombre, expresa lo mucho que le quieres, mientras le vistes o desvistes.	 A la hora de dormir, léele un cuento o cuéntale una historia de tu cultura, imitando diferentes voces y sonidos, de acuerdo al relato. Repite siempre esta acción, organizando así una rutina a la hora de dormir.	 Den un paseo por la casa, barrio o comunidad. Muéstrale y nombra las cosas o personas que encuentras o llaman su atención e inicien una conversación.

Para saber más: De los 4 a los 6 meses

¿Qué puede hacer nuestra niña o nuestro niño a esta edad?

- Trata de apoyarse con las palmas de las manos y los brazos extendidos cuando está boca abajo.
- Gira la cabeza cuando escucha la voz de la mamá, del papá o de la persona que le cuida.
- Le gusta jugar con juguetes caseros que sean seguros y puede pasar de una mano a otra. También mover sus manos y pies.
- Hace e imita sonidos y gestos de personas cercanas.
- Expresa su alegría con una sonrisa al reconocer a sus cuidadores y personas cercanas de la familia y la comunidad.



Prácticas interculturales

En los pueblos **quechuas**, la alimentación complementaria a partir de los 6 meses está basada en alimentos sólidos como: lawa (sopa espesa) de maíz, agua de maíz, avena, papilla de plátano, caldos y otros alimentos locales. En el pueblo **aimara**, la abuela y el abuelo son figuras importantes en los juegos y el relato de cuentos, leyendas e historias infantiles, en su lengua materna. En muchos casos, ellos permanecen más tiempo en casa a cargo de las niñas y los niños.

¿Cuándo debemos preocuparnos?

Cuando observamos que hasta los 6 meses:

- Estando boca abajo, no logra subir levemente el cuerpo apoyando los brazos.
- No agarra objetos con las dos manos, ni tampoco puede soltarlos.
- No puede pasar un objeto o juguete, de una mano a otra.
- Es indiferente ante la presencia de los padres, no demanda atención, pasa mucho tiempo sin comunicarse.
- No muestra interés al escuchar la voz de la mamá, no busca de dónde proviene el sonido, ni mira los objetos que le mostramos.

Si identificamos alguna de esas señales o algo nos preocupa, debemos acudir al Centro de Salud.



Para recordar:

Observa a tu niña o niño. ¿Qué hace y cómo lo hace, cuando te relacionas en las actividades cotidianas?

- Si te mira cuando le hablas.
- Mueve la cabeza buscando de dónde viene un sonido.
- Escucha la voz de la mamá, el papá o el cuidador.
- Juega e imita.



Mi niña o niño parece más lento y no responde



Hay niñas o niños que a veces no reaccionan, son más lentos, tienen dificultades para responder a las acciones que hacemos o no responden a lo que esperamos que hagan para su edad, pero sí pueden hacer lo que corresponde a edades anteriores.

Estas diferencias pueden deberse a que necesitan que pasemos más tiempo compartiendo juegos y actividades que les ayuden a mejorar sus habilidades y alcanzar las destrezas que esperamos tengan para su edad.

Sin embargo, también puede deberse a que tu niña o niño, tenga alguna discapacidad y requiera un apoyo adicional, pero sobre todo, requiera tu amor y paciencia para acompañar su desarrollo según su propio ritmo.

Posiblemente, podrás sentir tristeza por la idea de tener una hija o hijo con discapacidad; pero sentirás una transformación, porque te dará más sensibilidad y tolerancia hacia las personas que son diferentes y más confianza para aprender a conocer mejor a tus hijos y manejar otros desafíos.



¿Qué podemos hacer en familia?

La discapacidad no es una enfermedad, sino algo que forma parte de la diversidad humana.

Si tienes una niña o un niño con discapacidad puedes:

- Observarlo y conocerlo cada día más, saber qué le gusta, qué le resulta fácil o difícil y cómo aprende.
- Darle mucho amor, alegrarte por sus logros, aunque parezcan pequeños, para ella o él son pasos muy importantes.
- Jugar y comunicarte con tu niña o niño, todas las veces que sea posible, dedicándole mayor tiempo. Así, le ayudarás en su desarrollo y aprendizaje.
- Buscar información y unirte a un grupo de familias con las que te identifiques. Una red de apoyo te ayudará y te dará fortaleza.

De los 7 a los 9 meses

Orientaciones para promover los primeros aprendizajes de niñas y niños en los momentos familiares y comunitarios

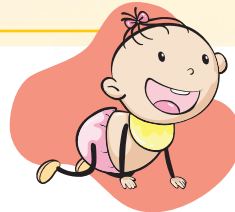
Tu niña o niño de 7 a 9 meses, fortalecerá su aprendizaje a través de la exploración y el movimiento. Acompaña su desarrollo y aprendizaje, en los momentos cotidianos practicando las siguientes recomendaciones:

JUGAR					
	Como ya empieza a comer otros alimentos, deja que toque los alimentos, que explore la textura, el sabor y los olores. No importa si se ensucia. Es importante para su aprendizaje.	Al bañarle o realizar su aseo personal, juega a "va y viene". Dile que te alcance un objeto, luego nombra el objeto y devuélveselo. A tu niña o niño le gustará pasarte cosas y esperar que se las devuelvas.	Coloca a la niña o niño sentado y acércale una canasta con objetos limpios y seguros. Por ejemplo, recipientes con tapas, cucharas o pinzas de ropa. Deja que juegue libremente, observando qué hace y cómo lo hace.	A la hora del descanso, cántale una canción, mirándole a los ojos, acaricia sus manos y su rostro. Puedes utilizar una esponja o tela suave para que explore la textura.	Quando salgan de paseo, imiten sonidos que escuchan. Por ejemplo, dile: "escucha, el perro hace guau, guau". Dale tiempo para que escuche e intente imitar. Trata de tener interacción de ida y vuelta con tu niña o niño.
COMUNICAR					
	Conversa con tu niña o niño sobre lo que está comiendo, mientras le das sus alimentos. Responde a los gestos y sonidos que hace cuando indica que quiere más o que ya no quiere.	Mientras bañas o realizas el aseo personal a tu niña o niño, pídele que te ayude a hacerlo, moviendo sus brazos, sus piernas, su cabeza. Nómbrale las partes de su cuerpo.	Una vez que haya vestido a su bebé logre que se mire en un espejo, se reconozca, se sorprenda, converse con la imagen. Haga gestos de alegría, sorpresa o enojo. Usa palabras para describir los sentimientos de tu niña o niño.	Muéstrale las figuras de revistas o cuentos. Menciona los nombres, lo que están haciendo o crea una historia. Puedes hacer esta actividad al momento de acostarle.	Participa con tu niña o niño en actividades de la comunidad o del barrio. Deja que escuche la música, conversa sobre la celebración de tu cultura. No le dejes nunca solo o con personas extrañas.

Para saber más: De los 7 a los 9 meses

¿Qué puede hacer nuestra niña o nuestro niño a esta edad?

- Alegrarse cuando va de paseo porque puede ver cosas nuevas o escuchar otros sonidos.
- Colaborar mientras le visten, extiende sus brazos, piernas y puede sacarse su gorro o sus zapatos.
- Mantenerse sentado, mirando con curiosidad las cosas que están a su alrededor.
- Cuando escucha su nombre, gira la cabeza y mira a la persona.
- Jugar con las personas que le cuidan e imitar diferentes sonidos.
- Tomar juguetes u objetos y moverlos para hacerlos sonar.



Prácticas interculturales

Los niños del pueblo **afroboliviano**, desde muy pequeños, acostumbran acompañar a sus padres, especialmente a su mamá, en el trabajo del campo. De esta manera, las niñas y los niños pasan sus primeros años de vida en contacto con la naturaleza.

En el pueblo **guaraní**, las mamás, cuando llevan a su niña o niño al chaco, los colocan sobre el suelo cubierto con un cuero de chivo, con objetos de la naturaleza como semillas o piedras pequeñas para que jueguen.

La alimentación de las niñas y los niños del pueblo **chimán**, está basada principalmente en los productos del lugar como plátano, yuca, arroz, maíz y pescado, base principal de su alimentación.

¿Cuándo debemos preocuparnos?

Cuando observamos que hasta los 9 meses:

- No logra girar el cuerpo a ninguno de los lados. No logra sentarse con apoyo, ni quiere moverse de un lado a otro.
- Se muestra indiferente ante la acción que realizan los padres o cuidadores.
- No emite ningún sonido.
- Ignora cuando la mamá le dice: "ven" con las manos. Solo mira a la mamá sin hacer ningún gesto.
- No busca el objeto escondido, solo observa.

Si identificamos alguna de esas señales o algo nos preocupa, debemos acudir al Centro de Salud.



Para recordar:

- Las niñas y los niños en esta edad aprenden más cuando experimentan cosas, imitan y exploran.
- Al dejar caer un objeto, están experimentando para ver qué pasa, cuánto tiempo pasa antes de que haya un sonido y cómo reaccionan las demás personas.
- Es importante tener paciencia y generar un ambiente seguro para que las niñas y los niños sigan aprendiendo.

¿Por qué son importantes las rutinas y los hábitos?

Todos los días, al alimentar, bañar o cambiar pañales, hacemos las mismas cosas, más o menos a la misma hora y siguiendo un orden, de la forma que estamos acostumbrados a hacerlo.

Al establecer rutinas y responder a las expectativas de tu hija o hijo, le darás la idea de que el mundo es un lugar confiable y organizado. Cualquier rutina que ayude a la niña o niño es buena.

Como madres, padres o cuidadores, una de las tareas es ayudar a crear hábitos y rutinas, como el sueño, la alimentación o el aseo, de acuerdo con las costumbres de la familia.

Es necesario ser flexibles en las rutinas, de acuerdo a las necesidades y la edad de las niñas y los niños.

La rutina a la hora de dormir

Las niñas-niños deben dormir entre 14 y 18 horas al principio. Mientras crece el tiempo de sueño disminuye concentrándose solo por la noche, ello porque son mas activos durante el día.

Para diferenciar entre día y noche es posible que los padres mencionen que en la noche hay menos ruido y luz y en el día pasa lo contrario.

Cada familia establece una rutina para el descanso. Puede hacerse lo siguiente:

- Primero, le desvestimos avisándole que le vamos a bañar, asearle o cambiarle de ropa para que duerma.
- Le bañamos, le secamos y le cambiamos de ropa.
- Le alimentamos, le arrullamos y le ponemos en su cuna o en la cama.
- Cantamos una canción o leemos un cuento.
- Apagamos la luz y esperamos que se duerma.

Repetimos estas acciones cada noche.



Algunas niñas o niños para dormir, necesitan sostener o tocar la mano o pecho de la madre, una ropa, una tela, sujetar o abrazar un muñeco o juguete. Esto le da seguridad, se relaja y puede conciliar el sueño. Debemos descubrir qué le gusta.

Cuando tenga que dormir, evitar que llore, si lo hace, consolarle para que se calme y pueda dormir tranquilo. La niña o el niño requiere dormir bien, durante el tiempo establecido para su edad, porque es necesario para su desarrollo y aprendizaje.

La falta de rutina provoca desorden, afectando la salud emocional del bebé.

De los 10 a 12 meses

Orientaciones para promover los primeros aprendizajes de niñas y niños en los momentos familiares y comunitarios

Tu niña o niño de 10 a 12 meses explora y se desplaza con mayor seguridad. Acompaña su desarrollo y aprendizaje, en los momentos cotidianos, practicando las siguientes recomendaciones.

JUGAR	 A la hora de comer, dale una cuchara y muéstrale cómo usarla, anímale para que te imite, que juegue con la cuchara tratando de comer. Deja que se ensucie, disfrutará al hacerlo.	 Al bañarle, dale una taza de plástico que pueda agarrar y deja que juegue libremente. Observa qué hace. Muéstrale cómo llenar y vaciar el vaso. Aprenderá lo que es lleno y vacío.	 Muéstrale su juguete favorito y luego escóndelo bajo una tela o manta y observa si puede encontrarlo. Una vez encontrado pide que te lo pase. Alégrate en cada una de las acciones. Realiza este juego en el momento de vestirse.	 Cuando llegue la hora de dormir, juega con tu niña o niño haciéndole masajes con movimientos circulares, empezando por el rostro, los brazos y luego las piernas. Se relajará y tendrá un buen descanso.	 Salgan de paseo por el barrio o la comunidad. Fíjate en lo que parece interesarle, prestando atención a sus gestos, miradas o sonidos y señala diferentes objetos, mientras le explicas lo que ven.
COMUNICAR	 Deja que intente comer solo. Nombra los alimentos que come y dale alimentos para que los tome con las manos, que sienta su olor y los pruebe. Mientras lo hace, nombra el sabor y el color de los alimentos.	 Mientras bañas a tu hijo, puedes cantar canciones sobre las partes del cuerpo y hablarle, describiendo lo que estás haciendo. También puedes pedirle que te alcance algunos de los objetos de aseo que están cerca de ella o él.	 Conversa con tu niña o niño mientras le vistes o desvistes. Nombre su ropa. Pídele que te alcance algunas prendas con alguna característica. Por ejemplo, "pásame tu gorrita roja". Agradécele cada vez que cumpla lo que le pides.	 Léele o relátale un cuento con imágenes antes de dormir. Señala y nombra las figuras, haciendo diferentes voces. Realiza esta acción todas las noches, así va adquiriendo el hábito de la lectura.	 Lleva a tu niña o niño de paseo al mercado o a la plaza de la comunidad, conocerá cosas y personas nuevas. Enséñale a expresarse con las manos: ¡Adiós!, ¡Hola! Nunca lo dejes solo.

Para saber más: De los 10 a 12 meses

¿Qué puede hacer nuestra niña o nuestro niño a esta edad?

- Jugar a buscar algún objeto que está debajo de una frazada o tela.
- Imitar gestos o palabras conocidas (papá, mamá).
- Imitar a los adultos cuando señalan las partes de su cuerpo.
- Gatear libremente coordinando sus movimientos y pararse con apoyo.
- Colaborar cuando se le viste, extendiendo la pierna o el brazo.
- Cumplir órdenes sencillas como: toma o dame.



¿Cuándo debemos preocuparnos?

Quando observamos que hasta los 12 meses:

- No comprende los gestos o palabras.
- No pronuncia palabras.
- No juega a dar y recibir un juguete.
- Tiene poco control de su cuerpo. No logra ponerse de pie.
- No colabora ni presta atención al momento de vestirse.

Si identificamos alguna de esas señales o algo nos preocupa, debemos acudir al Centro de Salud.



Prácticas interculturales

Las familias **quechuas** demuestran su cariño a sus niñas y niños, entonando una serie de canciones de arrullos característicos de estas regiones. Una canción que cantan a sus wawitas es:

Phatitan phatitan
pharan pharan pharitay
pachkanita phatitay
k'atay k'atay k'atitay
pachkanita phatitay.

Ay, wawitay tusuchikuykina.
Kunanqa sayayta yachanayki tian,
puririyman rinayki tian.
(Luzmila Carpio)

Para recordar:

- A medida que tu niña o niño adquiera más independencia tendrá la necesidad de explorar más su entorno. Al explorar, pueden surgir situaciones difíciles como berrinches, llantos, gritos que como padre, madre o cuidador deberás enfrentar.
- Por eso es importante, sobre todo, mantener la calma, ser consciente de tus propias emociones para luego conectarte y responder a las necesidades y emociones de tu hija o hijo, demostrándole siempre tu amor y comprensión.



¿Cómo manejo los berrinches o rabietas de mi hija o hijo?

Las rabietas, berrinches o pataletas son formas de reacción que tienen las niñas y los niños frente a situaciones de frustración o decepción.

Reaccionan así debido a que sus emociones son intensas y sus habilidades de manejar esas emociones aún están en desarrollo. No se están portando mal a propósito.

Es por eso que a veces pueden perder el control emocional reaccionando con gritos, golpeando o con llantos en el piso.

En verdad, un berrinche no se puede controlar y, de hecho, tratar de hacerlo puede intensificar o empeorar la situación tanto para la niña o niño y para los padres.



¿Qué podemos hacer?

1ro. Controla tus propias emociones. Respira profundo unas cuantas veces y sobre todo mantén la calma, dale tiempo a tu niña o niño para que se vaya calmando, manteniéndote cerca de ella o él para que se sienta seguro.

2do. Contén. Cuando tu niña o niño se haya calmado, intenta reconectarte con ella o él nuevamente, demuéstrale cariño y comprensión por las emociones que sintió y dile que comprendes lo que está experimentando.

3ro. Juega y comunícate. Una vez que el berrinche haya terminado, siéntate con tu niña o niño y hablen sobre lo que acaba de suceder. Pídele que te diga los sentimientos que está experimentando y dale tiempo y seguridad para que deje salir su enojo o frustración. Aclárale los límites o reglas para que tu hija o hijo entienda lo que se espera de ella o él y las razones de estas normas.

De 1 a 2 años

Orientaciones para promover los primeros aprendizajes de niñas y niños en los momentos familiares y comunitarios

Tu niña o niño de 1 a 2 años explora y se desplaza con mayor seguridad. Acompaña su desarrollo y aprendizaje, en los momentos cotidianos, practicando las siguientes recomendaciones.

JUGAR	 Quando le des una comida a tu niña o niño, dale un bocado y deja que ella o él tome el siguiente bocado por su cuenta. Si se demora un poco, espéralo, ten paciencia.	 A manera de juego, enséñale que es arriba o abajo, izquierda o derecha, practicando el cepillado de los dientes. Igualmente introduce los turnos, primero yo y luego tu. Felicita los logros.	 Animale para que jugando aprenda a clasificar diferentes objetos por tamaños, o colores. Aprovecha cuando le cambies de ropa, jueguen a buscar prendas de un color, luego que busque las que son para los pies o para el cuerpo.	 Jueguen a cerrar los ojos, mientras lo hacen, animale a que pueda imaginar aventuras. Por ejemplo, imagina que eres un pájaro, que estás volando con los brazos extendidos. Aprovecha este juego para desarrollar su imaginación antes de dormir.	 Quando realices tareas del hogar o actividades de trabajo en el campo (guardar alimentos, barrer, sembrar o regar plantas), deja que tu niña o tu niño, ayude en tareas sencillas. Jueguen a buscar los objetos, adivinar para qué sirven y otras ideas para su uso.
COMUNICAR	 Alma a tu niña o niño para que hable y responda a tus preguntas. Un buen momento es la hora de la alimentación. Por ejemplo, pregúntale el color de los alimentos, qué color le gusta.	 Di a tu niña o niño los nombres de las cosas y personas. Muéstrale como decir cosas con las manos como "adiós, adiós", por ejemplo utilizando una muñeca con cara.	 Conversa con tu niña o niño para que entienda y aprecie su propia cultura y sus características. Puedes empezar a conversar sobre el tipo de vestimenta que tienen en tu cultura o región.	 Elabora un libro con dibujo o fotografías de la familia. Aprovecha el tiempo en las noches antes de dormir para crear y contarle historias. Hazle preguntas y responde a las suyas con paciencia.	 Conversa con tu niña o niño sobre los animales que hay en casa o en la comunidad: ¿cómo es?, ¿qué sonido hace? Imiten sus voces y finjan ser el animal, caminando, saltando o corriendo.

Para saber más: De 1 a 2 años



¿Qué puede hacer nuestra niña o nuestro niño a esta edad?

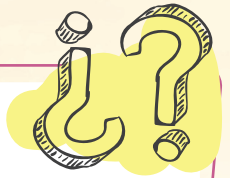
- Caminar, lo que le permite explorar nuevos objetos y diferentes lugares.
- Expresar sus sentimientos hacia las personas.
- Lanzar y pasar objetos esperando que se los devuelvan.
- Seguir las rutinas y costumbres de la familia en los momentos cotidianos: comer, dormir, bañarse, vestirse o jugar.
- Prestar atención a cuentos o historias cortas, describir figuras o hacer pequeños relatos.
- Escuchar, comprender y cumplir órdenes sencillas.
- Llevar y traer lo que le piden.

¿Cuándo debemos preocuparnos?

Quando observamos que hasta los 2 años:

- No logra mantener el equilibrio en los pies y no logra caminar sin apoyo.
- No responde cuando le llaman por su nombre y no comprende órdenes sencillas.
- No señala ni reconoce partes de su cuerpo.
- No pronuncia palabras, tampoco puede copiar sonidos.

Si identificamos alguna de esas señales o algo nos preocupa, debemos acudir al Centro de Salud



Prácticas interculturales

En la cultura **weenhayek**, aprender a nadar es tan importante como aprender a caminar, es parte de los conocimientos que adquieren las niñas y los niños, casi al mismo tiempo en que aprenden a caminar.

Para que den sus primeros pasos seguros, las familias **aimara** les estimulan con objetos; por ejemplo, pasar entre sus piernas un ovillo de lana haciéndolo rodar hacia delante. En su lengua originaria, T'aktayaña (primeros pasos de la wawa), para que la niña o el niño vaya a buscarlo.

En el pueblo **Tsimané**, los bebés de 8 meses a 1 año que todavía no caminan se desplazan gateando y juegan con agua. A partir del año, aprenden a nadar de una forma divertida y saludable, lo que les ayuda en su desarrollo.

Para recordar:

- Uno de sus mayores logros es la posibilidad de caminar, lo que le permite moverse, alejarse y explorar libremente todo el espacio que le es posible.
- Las niñas y los niños en esta etapa, a diferencia de etapas anteriores, han desarrollado muchas y nuevas habilidades, gracias al desarrollo de su cerebro. Muestran más avances en su capacidad de entender y aprender, así como a expresar sus emociones.



El juego es lo mejor para su aprendizaje

En los primeros 1.000 días de vida (hasta los 2 años aproximadamente), el cerebro de tu niña o niño se desarrolla más rápidamente que en cualquier otro momento. Y lo más increíble que puedes hacer para potenciar ese desarrollo es jugar.

El juego consiste en aprender para desarrollar habilidades importantes para la vida, desde cómo resolver problemas hasta expresar las ideas, mientras refuerzas tu vínculo con tu niña o niño. Tú eres quien le enseña todo primero y le acompaña en los juegos.

Sobre todo, en los dos primeros años, las niñas y los niños aprenden sobre las sensaciones que perciben, a través de la interacción con sus madres, padres y/o cuidadores. Los mejores juegos son donde participan y ríen junto a sus padres.

Debemos cuidar que los objetos con los que las niñas y los niños juegan sean:

- Limpios y seguros.
- Que no sean de materiales tóxicos.
- Que sean suficientemente grandes para evitar que se los traguen.

La ciencia ha descubierto que los niños bilingües tienen mejores habilidades que los que hablan solo un idioma, por lo que si hablamos nuestra lengua además de la lengua de otra cultura, estamos fortaleciendo muchas habilidades. Las niñas y los niños de dos a tres años tienen un mayor dominio del lenguaje, el movimiento y la imaginación. Los mejores juegos son los juegos activos como: pasar/lanzar y devolver una pelota, canciones con movimientos del cuerpo o contar y crear historias, entre otros.

De los tres a los cinco años, las niñas y los niños son más independientes y ellos mismos pueden proponer y seguir las reglas del juego. Los mejores juegos son los que ellos proponen. Lo importante es ver con qué le gusta jugar a tu niña o niño y seguir su iniciativa.



¿Con qué es bueno que juegue mi niña o niño?

Los mejores juguetes son los objetos cotidianos de la casa, del entorno cultural y de la naturaleza. Con ellos los niños se divierten y desarrollan muchas habilidades.

Muchas veces nosotros mismos somos parte del juego. El rostro de la mamá, las caricias del papá, las sonrisas o jugar con sus manos o pies.

Así, a través del juego, las niñas y los niños desarrollan las habilidades al explorar, correr, trepar o inventar, entre otras. No hay objetos ni juguetes que sean solo para niñas o niños.

Del hogar:



De la naturaleza:



De 2 a 3 años

Orientaciones para promover los primeros aprendizajes de niñas y niños en los momentos familiares y comunitarios

Tu niña o niño de 2 a 3 años es más independiente y se comunica a través del lenguaje. Acompaña su desarrollo y aprendizaje en los momentos familiares y comunitarios:

JUGAR



Ofrece a tu niña o niño alimentos saludables de distintos sabores, texturas y colores. Preparen juntos los alimentos y, mientras lo hacen, jueguen a nombrar los alimentos por color, sabor y forma.



Canten canciones y melodías mientras se baña, se peina o se lava las manos, realizando expresiones y mímicas. Déjale que participe en su aseo. Felicítale, poco a poco aprenderá a hacerlo por sí solo.



Jueguen a vestirse al mismo tiempo. Pide a tu niña o niño que escoja una prenda que quiera ponerse y tú escoges otra para ti. Puedes hacerlo con diversas prendas, poco a poco aprenderá a vestirse solo.



Asegúrate de que duerma el tiempo suficiente para su edad. Tranquilízale si se despierta sobresaltado o llora en la noche. Establece horarios y rutinas para hacerle dormir de acuerdo a tus prácticas interculturales.



A manera de juego, pídele que ayude en tareas sencillas del hogar o la comunidad, como limpiar o dar comida a los animales. Conversen sobre la importancia de los valores de responsabilidad y solidaridad.

COMUNICAR



Pídele que participe en la preparación de un alimento, mientras lo hacen conversen sobre los pasos a seguir. Motívale a que use su imaginación e invente nuevas recetas.



Reconoce las señales cuando tu niña o niño necesita ir al baño. Enséñale para que avise y acompáñale para apoyarle. Ten paciencia y anímale, así aprenderá poco a poco.



Conversa y enséñale los colores. Dile a tu niña o niño el nombre y color de los objetos. Por ejemplo, "esta polera es blanca". Jueguen a buscar objetos del mismo color. Puedes hacerlo cuando le vistas.



A la hora de dormir, leerle un cuento, cantarle o conversar sobre su día, incluyendo sus sentimientos ("¿cómo te sentiste hoy?"). Puedes contar historias que exploren emociones, como "una vez un niño se enojó...", para ayudarlo a comprenderlas. Evita la televisión y las luces encendidas.



Lleva a tu niña o niño a celebraciones y festividades familiares y comunitarias, para que conozca y comparta con otras personas. Anímale a saludar y a despedirse de acuerdo a tus costumbres.

Para saber más: De 2 a 3 años

¿Qué puede hacer nuestra niña o nuestro niño a esta edad?

- Saltar con los pies juntos.
- Colocarse sobre la punta de sus pies.
- Trepar gradas, sillas, etc.
- Lanzar una pelota pequeña.
- Desvestirse solo (al menos una prenda).
- Comer solo.
- Decir su nombre y apellido. Y también los de sus papás y hermanos.
- Diferenciar el tamaño de objetos, entre grandes y pequeños.
- Reconocer y participar en las manifestaciones culturales e imitar a los adultos.



¿Cuándo debemos preocuparnos?

Cuando observamos que hasta los 3 años:

- No logra coordinar sus movimientos.
- No puede lanzar la pelota o tampoco logra sacarse una prenda de vestir.
- Tiene dificultades para apilar objetos.
- No responde cuando se le pregunta su nombre y apellido.

Si identificamos alguna de esas señales o algo nos preocupa, debemos acudir al Centro de Salud



Prácticas interculturales



Las niñas y los niños **weenhayek** inician su proceso de habla y comunicación verbal en su lengua originaria, aprendiendo también el castellano. Por lo que, el bilingüismo es muy fuerte desde temprana edad en las niñas y los niños.

Las familias **quechuas** dejan que sus niñas y niños estén en contacto con la naturaleza, permitiendo que anden descalzos, jueguen con agua, piedras, ramas de los árboles, para así experimentar la convivencia con el medio ambiente.

En el pueblo **Uru Irohito** las niñas y los niños aprenden sus primeras palabras escuchando en su lengua originaria, decir a la mamá o al papá uh... yoqachay (¿dónde estás?) y el niño responde uh... estincha (¡aquí estoy!).

Para recordar:

- Debes responder a las preguntas de tu niña o niño, esto le anima a explorar y entender el mundo.
- Por eso, como padres, madres y/o cuidadores, debemos tener paciencia, darle explicaciones reales con palabras fáciles que pueda entender.



¿Cómo educo sin violencia?

Las niñas y los niños, desde el inicio de sus vidas, necesitan un ambiente familiar que les brinde afecto, seguridad y que contribuya a su desarrollo emocional y aprendizaje.

Pero también es verdad que en su atención se van generando situaciones de tensión y estrés que afectan el desarrollo y aprendizaje de las niñas y niños y el bienestar de los padres, madres y cuidadores.

Por ello, te compartimos algunas ideas basadas en el modelo de crianza positiva que puedes desarrollar para evitar la violencia y el castigo.

- Ser padres no es fácil, pero es necesario que confíes en tu capacidad para cuidar a tu niña o niño y adaptarte a los cambios que presente.
 - Pregúntate ¿cómo te sientes?, ¿qué emociones estás sintiendo en este momento?
- REFUERZA**
el bienestar del cuidador/a y el cuidado cariñoso y sensible

REGULA
tus emociones

RECONOCE
cómo aprenden y qué emociones experimentan los niños y las niñas

RECUERDA
métodos de disciplina positiva y efectiva

RESPONDE
adecuadamente al comportamiento

5Rs
- Promueve la corresponsabilidad y paternidad activa, estableciendo rutinas y horarios para el cuidado de tu niña o niño. Distribuye las tareas con otros cuidadores en la familia.
 - Aprovecha tus momentos libres para informarte, capacitarse y aprender más sobre el desarrollo de las niñas y los niños y sobre las actividades que puedes hacer en casa.
 - Atiende las necesidades de tu niña o niño, puede estar llorando de hambre, porque le molesta algo, o tiene fiebre u otras causas. Atiéndele, consuélale.
 - Ser sensible y observador/a, te ayudará a reconocer por qué se comporta de esa manera tu niña o niño. Conociendo la causa, podrás responder mejor.
 - Si tu niña o niño pequeño escucha sonidos, ve imágenes, siente sabores y caricias por primera vez, dale el tiempo que necesita para que explore y descubra.
 - Cuando tu niña o niño, deja caer o lanza objetos con frecuencia, es que está experimentando qué ocurre. Juega con ella o él, alcázale los objetos cada vez que los tire.
 - Atiende a tu niña o niño cuando llora, tiene miedo o está estresado, abrázale, dale cariño para que aprendan a sentirse seguros. Esto además ayuda a fortalecer la relación afectiva con tu niña o niño.
 - Sonríe, abraza, acaricia y dile frases cariñosas a tu niña o niño con voz tranquila. Así le ayudas a calmar su llanto y el estrés: por ejemplo, dile: ¡Aquí estoy!

De 3 a 4 años

Orientaciones para promover los primeros aprendizajes de niñas y niños en los momentos familiares y comunitarios

Tu niña o niño de 3 a 4 años fortalece su aprendizaje a través de la imitación y la representación de acciones. Acompaña su desarrollo y aprendizaje, en los momentos cotidianos, practicando las siguientes recomendaciones:

JUGAR



Permite que tu niña o niño disfrute ayudándote en la preparación de algunos alimentos como pelar habas, arvejas o amasar. Explícale cómo hacerlo y los cuidados que debe tener.



Anima a tu niña o niño a realizar solo la rutina de aseo, lavarse, secarse, vestirse, peinarse, etc. Apoya estas actividades con canciones y, sobre todo, muéstrale con tu ejemplo.



Juega con tu niña o niño a disfrazarse, utilizando prendas de vestir que tengas en casa. Imiten diferentes personajes. Se divertirán y aprenderán a colocarse en el lugar de otra persona.



Inventa historias o lee cuentos como parte de la rutina diaria; por ejemplo, antes de ir a dormir. Deja que tu niña o niño también, cuente e invente historias con los dibujos de los cuentos.



Cuando vayan de paseo por la comunidad o barrio, conversen sobre lo que ven. Anima a la niña o niño a dibujar las cosas que vieron. Valora y dale significado a sus trazos.

COMUNICAR



Conversen sobre los alimentos que más le gustan. Hazle preguntas sencillas para que las pueda contestar e inicia un diálogo de ida y vuelta: ¿qué fruta te gusta?, ¿qué color tiene esta fruta?, etc.



Permite que vaya solo al baño, se lave las manos y los dientes. Observa lo que está haciendo y ayúdalo si lo necesita. Habla con tu niña o niño, mientras le indicas cómo usar el jabón, la pasta dental y el agua necesaria.



Enséñale cómo abrochar o abotonar prendas de vestir. Que lo haga como pueda, aunque no lo haga bien. Así fortaleces su autonomía y le enseñas a solucionar problemas. Felicita sus logros.



Intenta seguir la misma secuencia de actividades cada noche: lavarse los dientes y las manos (o bañarse), cambiarse de ropa e ir a la cama. Establecer estas rutinas es beneficioso. Antes de dormir, también es un buen momento para conversar sobre valores como el respeto hacia los demás niñas y niños, así también de cómo resolver conflictos sin violencia.



Lleva a tu niña o niño a conocer la escuela. Coordina con la maestra una visita para que conozca el ambiente y así esté preparado para cuando le toque iniciar su escolaridad.

Para saber más: De 3 a 4 años

¿Qué puede hacer nuestra niña o nuestro niño a esta edad?

- Mantener el equilibrio en un solo pie.
- Saltar hacia atrás con los pies juntos.
- Copiar una línea, un círculo y una cruz.
- Ir al baño solo. También reconocer si es niña o niño.
- Jugar a representar diferentes roles, como el de mamá, papá, oficios o trabajos que observa que desempeñan las personas.
- Identificar y nombrar al menos tres colores.
- Le gusta preguntar el, ¿por qué?, de las cosas.
- Cumplir correctamente 3 órdenes consecutivas. También resolver situaciones simples utilizando el lenguaje.

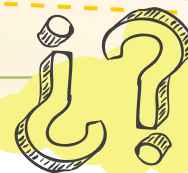


Prácticas interculturales

En el pueblo **afroboliviano**, cuando las niñas y los niños acompañan a su mamá o a su papá a los cocales, su vida transcurre entre el juego y la actividad cotidiana de los padres.

Las familias **araonas**, dejan jugar a sus niñas y niños con objetos de la casa (tapas de ollas, platos, envases) o con objetos de la naturaleza que encuentran a su alcance (palitos, hojas y piedras) cuando están en las actividades de sus padres, en la casa o en espacios naturales.

En el pueblo **guarayo**, las niñas y los niños pequeños juegan con sus hermanos mayores, a la familia. Es el juego que más se practica, se juntan los amiguitos y definen quién será la mamá, el papá y los hijos e imitan a las personas mayores, lo hacen idéntico a los adultos, porque ven y escuchan lo que dice la mamá, el papá y los abuelos.



¿Cuándo debemos preocuparnos?

Cuando observamos que hasta los 3 años:

- Tiene dificultades para mantener el equilibrio en un solo pie. Saltar hacia atrás con los pies juntos. Solo puede saltar apoyando un pie y luego el otro.
- Le cuesta hacer un círculo cerrado, tampoco puede hacer una cruz que cruce las líneas.
- Necesita ayuda para ir al baño y se hace pis.
- Tiene dificultad para identificarse si es niña o niño.
- No reconoce colores, los confunde. No pregunta, ¿por qué?
- Solo realiza una orden a la vez.

Si identificamos alguna de esas señales o algo nos preocupa, debemos acudir al Centro de Salud

Para recordar:

- Su entorno familiar y social se amplía con el de la escuela, otras personas y otros niños; pero siempre estarán presentes el papá, la mamá o el cuidador principal, para apoyarle y acompañarle en sus primeros años escolares.





Sus primeros días en la escuela, el inicio de su escolaridad

Al cumplir los 4 años, la niña o el niño ingresa al primer año de escolaridad del Nivel Inicial en Familia Comunitaria. Esta experiencia la viven de diferentes maneras, unos se adaptan más fácilmente, son más sociables e independientes que otros.

Ello dependerá de las actividades y experiencias desarrolladas en sus primeros años de vida en familia y sociedad. Las que están relacionadas a la adaptación al ambiente escolar.

Por ello los sentimientos y emociones que los niños viven cuando ingresan a la escuela por primera vez, también lo viven los padres porque estarán alejados de su hija o hijo por algunas horas, además del cambio de rutinas en el hogar.

Comunicación con la maestra

Comunica a la maestra cuál es su primera lengua para fortalecerla y darle continuidad, incorporando prácticas interculturales que incluyan el uso de la primera lengua de la niña o del niño (lengua materna).

Comunica, si tu niña o niño tiene un rezago en su desarrollo o discapacidad. Esto ayudará para lograr un apoyo en la escuela y el hogar.

¿Qué podemos hacer?

- Recuerden que, como mamá y papá, son los primeros educadores de su niña o niño, que le apoyan y acompañan en su desarrollo.
- En sus primeros 4 años antes de entrar a la escuela, aprovecha los momentos cotidianos en familia como espacios de aprendizaje. Realiza las actividades que te proponemos en la guía y otras más que como mamá o papá saben hacer.
- En tareas sencillas, ayúdales a ser cada vez más independientes. Cuiden su salud y alimentación, porque está en estrecha relación con el aprendizaje.



Conoce cómo estás apoyando los primeros aprendizajes de tu niña o niño

Te invitamos a colocar 0, 1, 2, según vayas realizando actividades con tu niña o niño. Luego suma los números que tienes y verás el nivel de acompañamiento a tu niña o niño.	0 - NO lo hago 1 - Lo hago alguna vez 2 - Lo hago frecuentemente
Le arrullas, le abrazas, le dices palabras de cariño a tu niña o niño, demostrándole tu cariño.	
Juegas con tu niña o niño, mirándole a los ojos, imitando sus sonidos y haciendo que él o ella también te escuche e imite sonidos que tú haces.	
Cuando tu niña o niño, llora, siente miedo, tristeza, enojo, le consuelas, tomándole en brazos, diciéndole palabras de cariño.	
Juegas y te comunicas con tu niña o niño, en las actividades cotidianas como: en la alimentación, el aseo y baño, el cambio de ropa y en las actividades familiares y comunitarias. ¿Se divierten y disfrutan juntos?	
Le brindas objetos de la casa, limpios y seguros, como: envases, ollas, cucharas y otros, para que juegue y descubra lo que puede hacer con ellos.	
Le cantas canciones, le lees un cuento o le cuentas unas historias que conozcas de tu cultura.	
Le prestas atención a lo que le gusta jugar a tu niña o niño y compartes su juego, siguiendo su iniciativa.	
Elogias, le dices palabras cariñosas y le felicitas a tu niña o niño, cuando aprende cosas nuevas o resuelve problemas.	
Le hablas en tu idioma y le transmites los valores culturales de la familia a tu niña o niño.	
Participas en los encuentros de orientación familiar "Aprendiendo en Familia".	
Suma los puntos.	

+ de 15 puntos

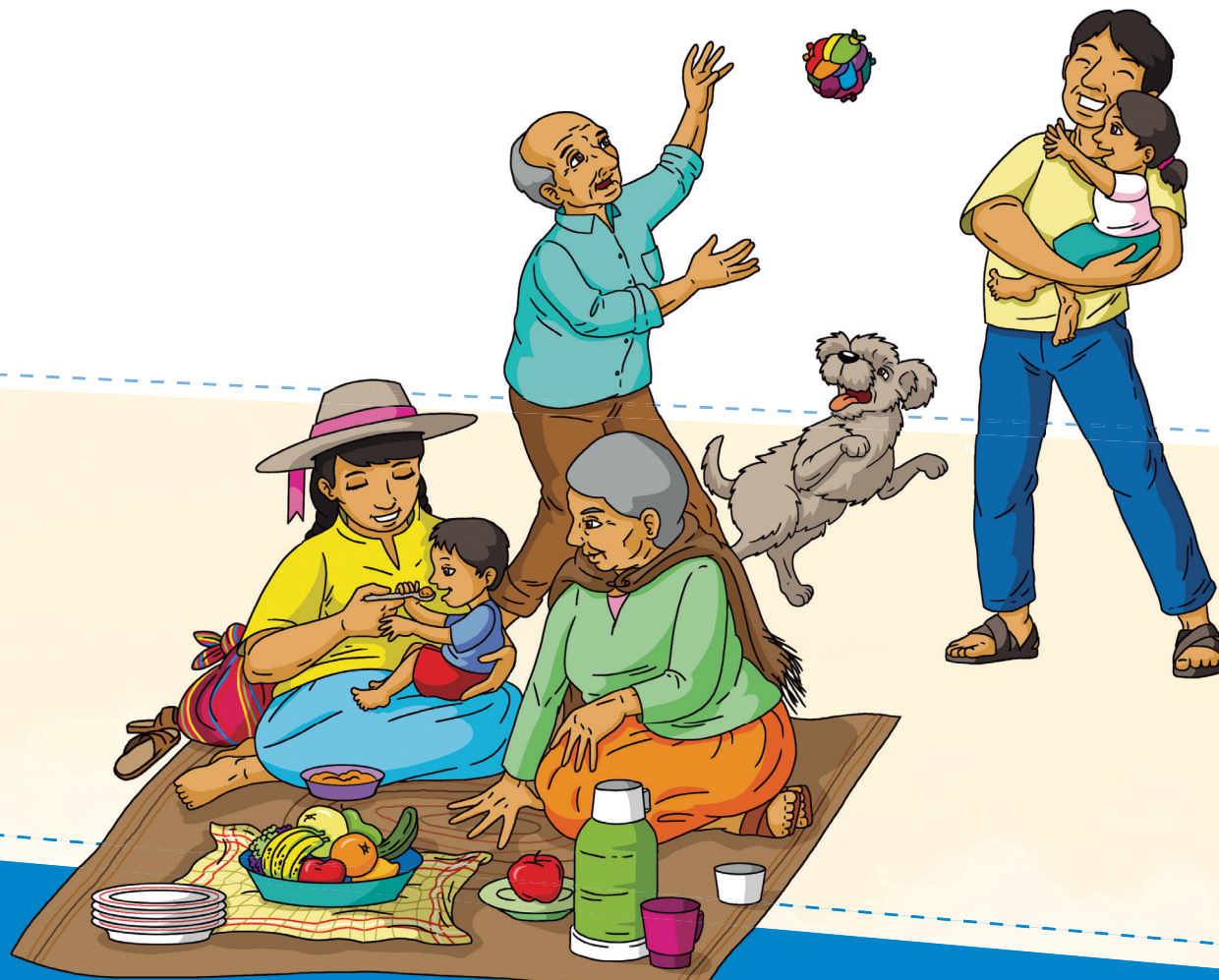
Felicidades por tu esfuerzo, dedicación y demostrar tu amor

De 14 a 10 puntos

Bien, iniciaste un camino que te traerá muchas alegrías

- de 9 puntos

Anímate a involucrarte más, tendrás una experiencia maravillosa



ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN

 @minedubol

 @minedubol

 @minedu_bol

 Ministerio de Educación - Oficial

Av. Arce No. 2147 - Teléfonos : (591 - 2) 2442144 - 2442074 - Casilla de correo: 3116
La Paz - Bolivia

Con el apoyo de:

 **para cada infancia**