

CARTILLAS DE
EDUCACIÓN TEMPRANA



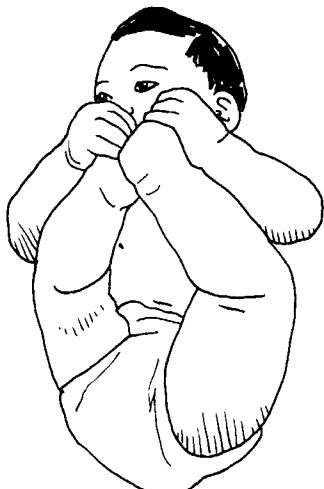
ORIENTACIONES Y CONSEJOS PARA CUIDAR Y EDUCAR
A TU NIÑA O NIÑO DESDE SU NACIMIENTO HASTA LOS 6 AÑOS

GOBIERNO DE RECONCILIACIÓN
Y UNIDAD NACIONAL

CARTILLAS DE
EDUCACIÓN TEMPRANA



ORIENTACIONES Y CONSEJOS PARA CUIDAR Y EDUCAR
A TU NIÑA O NIÑO DESDE SU NACIMIENTO HASTA LOS 6 AÑOS



COMISIÓN INTERINSTITUCIONAL
DE EDUCACIÓN TEMPRANA:

- MINISTERIO DE EDUCACIÓN
- MINISTERIO DE SALUD
- MINISTERIO DE LA FAMILIA
ADOLESCENCIA Y NIÑEZ

AGOSTO 2010
AÑO DE LA SOLIDARIDAD

Contenido

Presentación	7
Introducción	9
Orientaciones de Cero a Tres Meses	17
Orientaciones de Tres a Seis Meses	23
Orientaciones de Seis a Nueve Meses	29
Orientaciones de Nueve a Doce Meses	35
Orientaciones de Uno a Dos Años	39
Orientaciones de Dos a Tres Años	45
Orientaciones de Tres a Cuatro Años	51
Orientaciones de Cuatro a Cinco Años	59
Orientaciones de Cinco a Seis Años	67





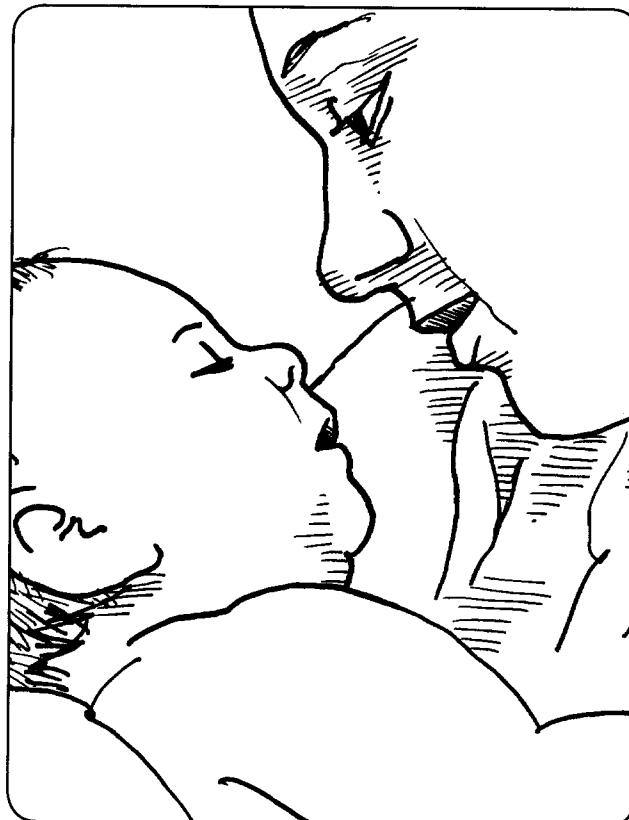
Presentación

El nacimiento de nuestros hijas e hijos es uno de los momentos más esperados de nuestras vidas, después de nueve meses en la protección en el vientre de la madre, los seres a los que dimos vida salen al mundo; inician la experiencia de la vida.

La alegría de tener una hija o hijo es única y tiene una gran responsabilidad: la de educarlo. Es importante que la familia, además de disfrutar de este acontecimiento tan importante, se prepare para contribuir al desarrollo y a la felicidad de la niña o niño, desde los primeros momentos de su vida.

Durante los primeros noventa días de nacidos, nuestras niñas y niños son tan chiquitas y chiquitos y delicados que deben recibir toda nuestra protección y cuidados.

Durante los primeros meses de vida las niñas y niños dependen completamente del cuidado que debemos procurarles como mamás y papás. En los primeros días de nacido nuestros hijas e hijos no pueden controlar los movimientos de su cuerpecito, donde los dejemos y en la forma en que los pongamos permanecerán; por esto es importante estar pendientes de ellas y ellos siempre, cambiarlos de posición para que no se cansen, revisar que no se hayan hecho pupú o pipí.



De nosotros como madres, padres, abuelos, abuelas hermanas y hermanos dependerá si las primeras experiencias de vida de nuestras hijas e hijos serán estimulantes, agradables.

Toda niña o niño puede crecer y desarrollarse mejor si se le ayuda, si se le estimula. El objetivo fundamental es el de fortalecer el rol o accionar de la familia en los modelos de crianza a partir de proveerles de conocimientos para la educación y cuidados de las niñas y niños en el hogar, para lo cual el Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional, por medio del Ministerio de la Familia, Adolescencia y Niñez, Ministerio de Salud y Ministerio de Educación promueve el programa "Amor para los más Chiquitos y Chiquitas".

En cada una de las cartillas se explican las características de las niñas o niños desde que nacen hasta el final de la edad preescolar; se recomiendan las actividades propias para cada edad, para estimular su desarrollo, para que crezcan sanos y felices, rodeados del amor, del cariño y de la comprensión que debemos brindarles. Además se incorporan los indicadores o manifestaciones que permiten a las madres, padres y a toda la familia conocer los avances que ha logrado la niña o el niño al final de cada período de acuerdo a su edad.

La Estrategia de Comunicación Social del Programa Amor para los mas chiquitos y chiquitas se fundamenta en:

- | | |
|-------------------------------------|--|
| — Razones políticas: | Plan Nacional de Desarrollo Humano

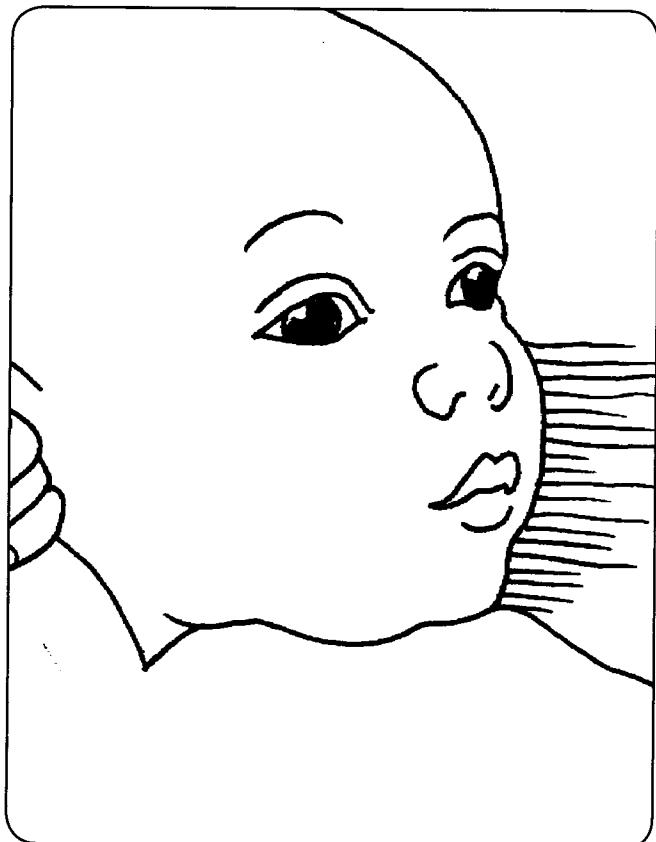
Sistema Nacional para Bienestar Social |
| — Razones jurídicas: | Constitución Política de la República de Nicaragua

Convención de los Derechos del Niño y la Niña

Código de la Niñez y la Adolescencia |
| — Razones éticas-cristianas: | Dejad que los niños vengan a mí; y no se lo impidáis, porque de los que son como éstos es el Reino de los Cielos". Mt. 19, 13.

Salmo 8:2 dice: "De la boca de los niños y de los que maman, fundaste la fortaleza, a causa de tus enemigos, para hacer callar al enemigo y al vengativo." |

Introducción



La estimulación temprana de tu niño y niña comienza desde el embarazo. La estimulación prenatal son actividades que favorecen el aprendizaje del chiquito o chiquita desde que está en el vientre materno, beneficiando su crecimiento y desarrollo.

En esta etapa prenatal la madre debe estimular al chiquito y la chiquita con sonidos como: la voz, la música, movimientos, presión suave, vibración y luz para comunicarse con el chiquito y la chiquita antes de nacer. Permitiendo el aprendizaje al responder y reconocer estos estímulos.

Son muchas las formas en que llamamos a las niñas y los niños en nuestro país, cada familia tiene sus preferencias, las opciones van desde las más comunes usadas en toda la geografía de la región latinoamericana como “niño”, “niña”, “bebés”, “bebéritos”, hasta las más propias, las formas pinoleras: “chiquito”, “chiquita”, “chigüín”, “chigüina”, “cipote” “cipota”, “tierno”, “tierna” “chavalo”, “chavala”.

Además a lo interno de las familias tenemos formas cariñosas de llamar a nuestros hijos e hijas, quizás esas formas no tengan sentido para los demás, sin embargo, para nosotros expresan el amor y la alegría por las bendiciones de nuestro Creador que son nuestros “Chiquitos o Chiquitas”. El Señor dice “dejen que los niños y niñas vengan a mí porque de ellos es el reino de Dios”.

Los hijos e hijas son la alegría de nuestras vidas, de las familias y las comunidades. Un barrio sin chavalos y chavalas es triste, silencioso. La risa, la voz inquietante de las niñas y niños, su salud, vida plena y bienestar nos llenan de felicidad.

Ser padres y madres es un gran privilegio y responsabilidad. En nuestras manos está la vida de nuestras hijas e hijos, los que tienen derecho a recibir todos los cuidados, protección, atención, estimulación, amor, y educación que podemos darles.

Estos cuidados y atenciones son mayores durante los nueve meses que dura el embarazo, al momento de su nacimiento y durante sus primeros meses y años de vida.

La experiencia de ser padres y madres es similar a la de sembrar un árbol, cuando aún no ha nacido debemos cuidarlo, regarlo, ponerle agua todos los días hasta que de la semilla salga una pequeña plantita, después hay que protegerla del sol, de los insectos y continuar regándola todos los días, con el tiempo la plantita va creciendo y los cuidados aunque se mantienen van disminuyendo y cambiando. Después de tantos esfuerzos el resultado es un árbol grande, que resiste solo a los vientos, las lluvias, un árbol que da sus propios frutos y da vida a todos los que se le acercan.

Algo que debemos saber es que los niños y las niñas tienen una impresionante capacidad para aprender, y aprenden viéndonos, escuchándonos, de ahí la importancia de ayudar en su proceso de crecimiento y desarrollo.

Esta capacidad de aprendizaje las chavalas y chavalos las tienen desde que nacen. Las personas adultas como responsables de su cuido podemos apreciar un conjunto de cambios en nuestras hijas e hijos, durante los primeros meses crecen a un ritmo sorprendente, los vemos estirarse, aumentar de peso en un corto tiempo.

Sólo en el primer año de vida las niñas y niños experimentan un conjunto de cambios en sus cuerpos, sentimientos, afectos, y en el desarrollo de sus sentidos: piel o tacto, vista, oído, olfato y gusto.



El proceso de desarrollo de las niñas y niños no es sencillo y tiene un carácter progresivo, es decir, que evoluciona o cambia según la edad y los estímulos que recibe, de ahí la importancia que nosotros como madres, padres, hermanos y hermanas, abuelos y abuelas procuremos y aprendamos a estimular el desarrollo de sus capacidades y habilidades.

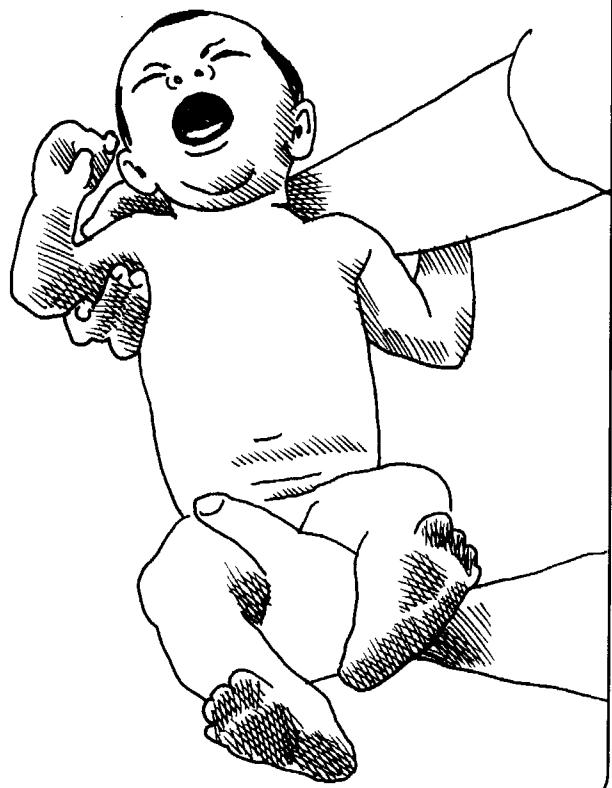
Todas las cosas se aprenden. La vida misma es un proceso de aprendizaje. Nadie nace aprendido, desde las cosas más sencillas como tomar una cosa conlleva el desarrollo de un conjunto de habilidades que se adquieren en los primeros meses de vida.

¿Recordamos la forma en que tomamos una cuchara la primera vez que nos la ofrecieron? Seguramente la tomamos con nuestra mano entera, usando los cinco dedos; mucho empeño pusieron nuestras mamás y papás para que la tomáramos de forma correcta, usando nuestros dedos como tenazas.

De la misma forma en que aprendimos a usar una cuchara, todo se aprende en la vida. Ubicar un soni-

do, identificar un color, agarrar una cosa, mantener la mirada en un punto fijo, seguir con la vista el movimiento de una cosa o una persona, hablar, caminar, pintar, ponerse los cordones de los zapatos, lavarse las manos, jugar, etc., y en este proceso de aprendizaje nosotros como madres y padres desempeñamos un trabajo fundamental.

No importa si somos del campo o la ciudad, hombres o mujeres, todos podemos y debemos apoyar el desarrollo de nuestros hijos e hijas, eso es parte de los nuevos valores y estilos de crianza que queremos compartir con amor y responsabilidad en esta segunda etapa de la revolución.



Tenemos el deber de estimular el desarrollo de estas capacidades y habilidades en nuestros hijos e hijas; para ello es necesario conocer la forma en que crecen y se desarrollan, necesitamos saber qué capacidades y habilidades se espera que aprendan según su edad y las formas en que podemos estimular el desarrollo de las mismas.

El cuidado de las niñas y niños es una responsabilidad compartida entre las madres y los padres, nuestras hijas e hijos tienen derecho a recibir el amor y los cuidados del papá y la mamá y de las personas adultas en general, así como de las hermanas y hermanos mayores. Los papás responsables llevan la comida a la casa, pero eso no es suficiente, es necesario que se involucren en el cuidado de sus hijas e hijos, que los amen, que les demuestren su amor y cariño. Por eso la estimulación temprana es parte de esas nuevas relaciones que debemos formar en las familias.

En los procesos de estimulación temprana debemos de usar todo lo que esté a nuestro alrededor, asimismo debemos usar elementos de nuestra cultura, cantarle a las niñas y niños canciones de cuna que cantaron nuestras abuelas y madres y que ahora debemos cantar nosotros como padres y madres.

No es necesario comprar juguetes caros para ayudar a los niños y las niñas en su proceso de crecimiento y desarrollo, las frutas mismas, tan abundantes en el campo y en los mercados, los mangos, mandarinas, jocotes, etc.; tienen las formas y los colores que llaman la atención de las niñas y niños, inclusive el olor de las frutas contribuye al desarrollo del sentido del olfato.

Un chischil no hay que ir a comprarlo ¡podemos hacerlo en casa! si usamos una cajita vacía introduciendo en su interior piedritas y tapando la abertura, podemos fabricar un chischil casero. En las zonas rurales podemos buscar un jícaro seco, abrirle un hoyo y llenarlo de piedritas o semillas, en la abertura se puede poner un trozo de madera y ya tenemos una maraca con la que podemos jugar con nuestras hijas e hijos.

El principal estimulo de nuestros hijas e hijos, es el amor que podemos darles. Pero no basta con amarles, es necesario decírselo. Los mimos, caricias, besos, abrazos son el alimento del alma de nuestras hijas e hijos, los nutren de la misma forma en que los nutre la leche materna y los alimentos sanos como las frutas y las verduras.



El cuidado, protección, amor hacia las hijas e hijos, demostrarles cariño es cuestión de hombres. Durante mucho tiempo los hombres han creído que el cuidado de las niñas y niños es una “tarea de las mujeres”; esta es una gran equivocación. Las hijas e hijos son el resultado del amor entre dos personas, el cuidado de ellas y ellos es también una responsabilidad compartida entre hombre y mujer.

No “dejamos de ser hombres” por abrazar, besar, mimar, atender a nuestros chigüines. Por el contrario, al hacerlo demostramos responsabilidad, compromiso, que es la más grande muestra de “hombría”.

Por eso estas cartillas de estimulación temprana, que en realidad son cartillas de amor para los mas chiquitos y chiquitas porque ellos y ellas son nuestra prioridad, lo más importante, nuestro más grande tesoro.

El Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional pone en tus manos estas cartillas como un instrumento de amor hacia los más chiquitos y chiquitas.

El Gobierno de Unidad y Reconciliación ha creado estas Cartillas de Estimulación temprana en cumplimiento a los compromisos internacionales de derechos humanos de la niñez expresados en la Convención sobre los Derechos del Niño y la Niña de Naciones Unidas y otros tratados internacionales y siguiendo los lineamientos del Código de la Niñez y la Adolescencia de la República de Nicaragua.

Desde la perspectiva de los Derechos de la Niñez las cartillas están estructuradas en base a los siguientes principios:

- La No Discriminación a las niñas y niños por ninguna razón. Toda la niñez independientemente de sus características de edad, sexo, origen étnico, discapacidad, procedencia geográfica o social, posiciones ideológicas o religiosas u otra condición tiene derecho a recibir estimulación temprana.
- El interés superior de niñas, niños y adolescentes. Todas las decisiones que se tomen en el ámbito familiar, siempre debe primar aquella que más le favorece a la niña o niño para su crecimiento y desarrollo.
- La supervivencia y desarrollo. Las niñas y niños tienen derecho a una vida digna, de calidad y la estimulación temprana es una condición esencial para ello.
- La participación de la niñez y la adolescencia en todos los ámbitos que le competen y del desarrollo de sus familias, comunidades y el país.
- Las niñas y niños son sujetos sociales y de derechos y deben ser tratados con dignidad y amor.
- Con enfoque de género.



¿QUÉ ES LA ESTIMULACIÓN TEMPRANA?

Las niñas y los niños son como los árboles, cuando nacen son delicados, requieren cuidados, atención, dedicación; se deben regar diariamente. Con el tiempo van creciendo. Con los cuidados apropiados aquella plantita pequeña que cuidamos llegará a ser un árbol grande, frondoso, con sus propios frutos.

Las niñas y niños, al igual que los árboles requieren nuestra dedicación, amor, cuidados, protección.

La estimulación temprana consiste en apoyar el desarrollo de nuestras hijas e hijos a través de ejercicios, técnicas y actividades sencillas que podemos realizar en casa o en la comunidad diariamente. La realización de estos ejercicios son muy sencillos y fáciles, todas y todos desde el hogar los podemos hacer, basta con tener la voluntad y la dedicación.

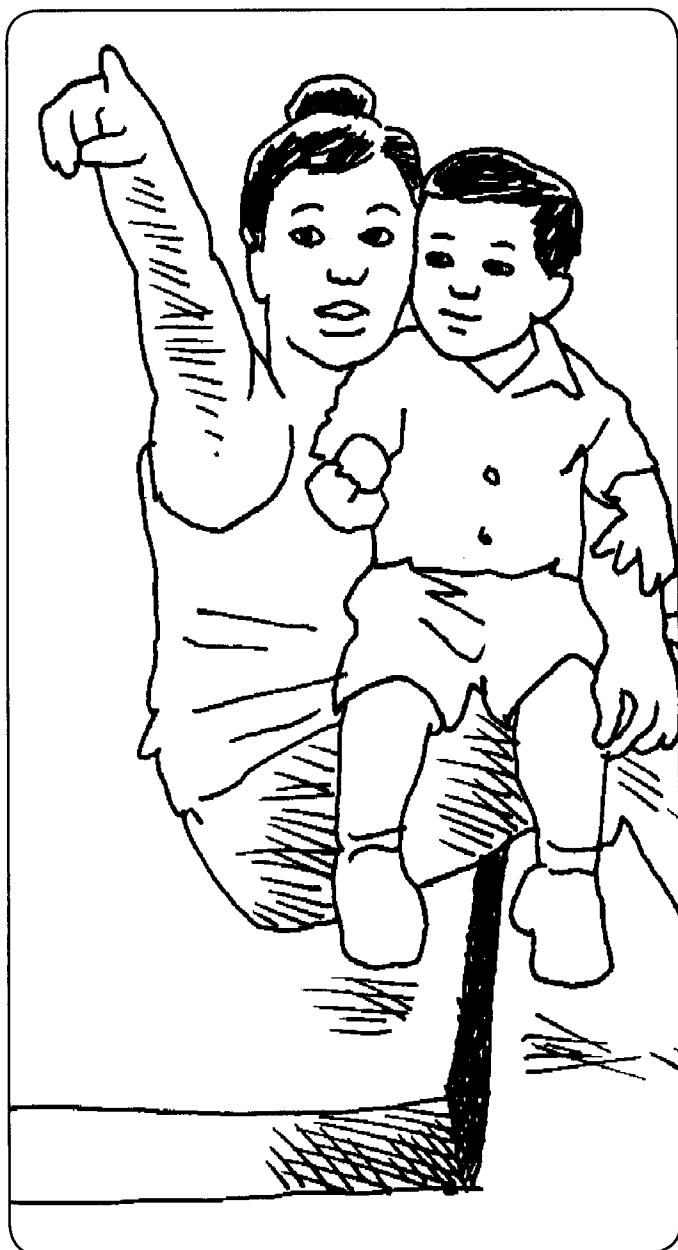
A fin de facilitar a las madres, padres y familiares una herramienta para estimular el desarrollo de sus hijas e hijos, hemos elaborado esta guía que

indica las áreas que se deben estimular según la edad que tenga tu tiernito, tiernita, chiquito o chiquita.

En términos generales se deben estimular las siguientes áreas:

ÁREA SOCIO-AFECTIVA

Nuestros chiquitos y chiquitas desde que nacen comienzan a establecer relaciones con otras personas, se interesan por las personas que están cerca. Pero ser sociables y relacionarse es algo que se aprende, en sus primeros días de nacidos desde que las niñas y niños están en contacto con su mamá, papá, hermanos, las personas que comparten la misma casa.



Las niñas y niños tienen la capacidad de reconocer las emociones desde que están en el vientre materno, esta habilidad se desarrolla desde los primeros días de nacido, sin embargo, es necesario que desde las familias estimulemos el desarrollo de las habilidades para reconocer las emociones de las personas y aprender a expresar las suyas.

ÁREA DE LA COMUNICACIÓN Y EL LENGUAJE

Como siempre vivimos rodeados de personas tenemos que comunicarnos con ellas, para ello necesitamos desarrollar nuestro habla o lenguaje. Pero no nacemos hablando, aprendemos a hacerlo, y los estímulos que recibimos desde que nacemos ayudan a desarrollar estas capacidades.

Aprendemos a hablar escuchando a las demás personas. Aunque no nos entiendan, es necesario que les hablemos, que los sentemos en nuestras piernas y les contemos cuentos nicaragüenses, les digamos lo mucho que los amamos.

ÁREA DE LOS CINCO SENTIDOS

Las personas desde que nacen están dotadas de cinco sentidos: vista, olfato, gusto, oído y tacto; sin embargo, se deben estimular en las niñas y niños desde los primeros días de nacidos, sólo así se desarrollarán de forma adecuada.

En estas cartillas encontrarás ejemplos y recomendaciones de qué y cómo hacer para estimular cada una de las áreas desde el embarazo hasta que nuestros chiquitos y chiquitas nacen y cumplen los seis años de edad.





**CARTILLA
DE EDUCACION
TEMPRANA
No. 1**

**ORIENTACIONES
DE CERO
A TRES
MESES**

■ **¿Cómo es tu niña o niño en los tres primeros meses de vida?**

Tenemos que conocer de qué son capaces de hacer nuestras niñas y niños en los primeros tres meses de vida.

El desarrollo de sus capacidades y habilidades es un proceso que se da “paso a paso”, no podemos esperar que hagan cosas que no son propias de su edad, pero tampoco podemos dejar de estimular que aprendan habilidades y desarrolle capacidades que si pueden alcanzar según su edad.

Desde antes que nacen las niñas y niños tienen la capacidad de ver, escuchar, sentir calor, frío, percibir algunos olores, sabores. Tenemos que protegerlos del frío y del calor, procurarles un ambiente fresco. Así mismo, debemos evitar exponerlos a olores fuertes, recordemos que acaban de nacer y son mucho más sensibles.

El llanto es su forma de comunicarse, cuando algo le molesta siente algún dolor, o le inquieta el frío o el calor recurre al llanto. Debemos estar atentos o atentas e identificar la causa de su llanto. La madre desarrolla con su hijo e hija una forma especial de comunicación, por eso es importante

que mientras le da el pecho observe su cara, le sonría, le hable. El Padre también debe hablarle con ternura y amor.

En estos primeros meses de vida su sentido de la vista y el oído se desarrollan grandemente, antes de alcanzar los tres meses de edad su tierno o tierna será capaz de fijar su vista y seguir el movimiento de las personas y cosas cercanas.

Ya en el tercer mes nuestras hijas e hijos pueden sonreír, mover aunque sin control alguno sus brazos y piernas. En este mes notaremos que emiten sonidos y se alegra cuando lo buscamos en su cuna, en la cama, o tijera.

Es muy frecuente que sonría cuando su mamá, papá, hermanos y hermanas los chineen, le hagan caricias, le digan lo mucho que le aman.

Cuidar a los niñas y niños no es una cuestión sólo de mujeres, también es una responsabilidad de los hombres. Las niñas y niños tienen derecho a recibir el amor de sus padres, no basta con amarlos en lo profundo de nuestro ser, es necesario decírselos, expresarlo.

■ **¿Qué debes hacer para que tu niña o niño crezca y se desarrolle feliz y con salud?**

**ESTIMULACIÓN SOCIO-AFECTIVA:
DALE CARIÑO, AMOR, ATENCIÓN**

Debemos brindarles mucho amor y cariño a nuestras niñas y niños. Ellas y ellos necesitan sentirse mimados, queridos, queridas. No seas indiferente, no los dejes llorar sin ser atendidos, por el contrario, cuando llore abrazalo, besalo, hablale. Cuando ella o él te vea sonreír sentirá seguridad y protección.

Si el niño o niña está llorando préstale toda la atención que puedas, háblale, acarícialo. No te





molestes por su llanto, es muy posible que algo le moleste, trata de identificar qué es. No lo dejes sola o solo, por el contrario trata que una persona siempre esté con ella o él mientras se encuentre despierta o despierto.

ESTIMULACIÓN DEL LENGUAJE: HABLAR CON CARIÑO

Mientras le das de mamar, decile cuánto lo amas, hace que se sienta un ser amado, protegido.

El oído y la vista de nuestras hijas e hijos están en pleno desarrollo, creciendo rápido durante sus primeros meses de vida. Es una esponja que absorbe todo. No basta con alimentarlo, cambiarle pañales y estar pendiente de él o ella, es necesario sonreírles y hablarles mientras lo hacemos. Pero no le hablamos "chiquito", hablémosle bien, como lo haríamos con una persona que ya sabe hablar, pero con cariño, delicadeza, ternura.

Llamar a nuestras tiernas y tiernos por sus nombres es muy importante, pero hágámoslo con un tono de voz alegre, sonriente, de esta forma nuestros chiquitines y chiquitinas se motivan a moverse, a emitir sonidos.

El llanto de nuestra niña o niño siempre indica algo, quizás está incómodo por la forma en que le dejamos en la cama, cuna o tijera, tiene frío, o necesita que le cambien porque se hizo "pipí" o "pupú". No debemos dejarles solas o solos, tratemos que siempre haya alguien cerca de ellas y ellos.

En los primeros tres meses de vida es muy importante que realicemos las siguientes actividades con nuestras tiernitas y tiernitos:

- Es importante que tú recién nacido aprenda a fijar o poner su vista en las cosas que le rodean.

Para eso:

- Cuando les carguemos, pongámosles frente a nosotros, para que nos miren. Intentemos que logren poner la mirada en nuestra cara, podemos hablarle suavecito para llamar su atención.
- Podemos acercar a su carita un juguete o alguna cosa llamativa por el color o el sonido; no es necesario ir a comprar juguetes caros, los podemos hacer en la casa, puede ser un chis-chil, una cajita vacía con piedritas que produzcan sonidos, una pelotita de color encendido, inclusive frutas —una naranja, limón, mango, jocote, etc—. Cuando nuestros cipotitos o cipotitas se fijen en el juguete o fruta, movámoslo suavemente de un lado a otro, o de arriba hacia abajo, procurando que ella o él siga el movimiento con sus ojitos.
- En el campo podemos llevar a nuestros hijas e hijos en brazos a ver los árboles cargados de frutas, las naranjas amarillas, los mangos, el verde del limón.

- Si la chiquita o chiquito esta acostadito, podemos acercar y alejar nuestro cara de su carita, entonces tratará de alcanzarte y de esa forma ayudamos a estimular los movimientos de su pecho y cabeza.
- Podes realizar algunas actividades que ayudarán a que se sienta tranquila, relajada, relajado. En algunos momentos podemos pasarle la palma de la mano por su espaldita, a ambos lados de la columna vertebral, haciendo un movimiento que inicia en sus nalguitas y termine en sus hombros.
- Para ayudar a que desarrolle el sentido del oído tenemos que hablarles desde diferentes lados, es decir, no sólo de frente, la tierna o tierno va tratar de ubicar de dónde viene el sonido.
- Aprovechemos toda oportunidad para hablarle a nuestras chiquitas o chiquitos, no importa si estamos atareados, aunque no puede entender lo que decimos, siente nuestra compañía y eso le gusta.
- En estos meses nuestras pequeñas y pequeños aprenderán a balbucear (uuuu, aaaai) sus primeros sonidos, le saldrán de forma espontánea, sin ton ni son, para que lo siga haciendo imitemos sus sonidos, con el tiempo podrán imitar sus sonidos.
- Las actividades que te hemos explicado las debes realizar durante sus primeros tres meses de vida, ya que favorecen mucho al desarrollo de tu tierna o tierno; pero además, en el segundo y tercer mes puedes realizar también estas otras:

ESTIMULACION MOTORA

- Para estimular su capacidad para agarrar las cosas, podemos acercar una cosa liviana que pueda ser tomada con su manito, e intentar que trate de agárralo, también podemos acer-



car la cosa a su manito y ayudarle a que lo agarre, después lo hará solita o solito.

- Llámale por su nombre con un tono de vos alegre, sonríele para que te mire, esto es importante para que ella o él se anime, se mueva y emita sonidos, a veces se queda quieto y te mira fijamente; esto también es una respuesta a lo que vos le haces.

CUIDA SU SALUD

El cuidado de la salud de tu niña o niño comienza cuando está en la panza de su mamá. Durante el embarazo la mamá debe ir al médico en compañía del papá, ella se debe atender; después cuando la niña o niño nace, les corresponde a ambos cuidar su salud, recibiendo las orientaciones del personal del Ministerio de Salud.

- La leche materna exclusiva es el único alimento, de las niñas y niños durante sus primeros meses de vida. Nada supera a la leche materna, esta les protege de las enfermedades: catarro, diarreas, infecciones, entre otras.
- El momento de amamantar a la niña o niño hace feliz a la mamá y a la tierna o tierno por-

que ambos dan y reciben amor. Mientras se alimenta al tierno o tierna busca la mirada de su mamá, es importante corresponder a su mirada y acariciarle.

- Sentate cómodamente para darle de mamar a tu niña o niño. Al niño o niña se le debe dar la chiche cuando quiera, sin límite de tiempo, hasta que vacíe el pecho, de esta forma tu cuerpo dará la leche que ella o él necesita para estar satisfecho. Después de alimentarle hay que ayudarle a expulsar los gases o vientos dándole palmaditas en la espalda de abajo hacia arriba.
- Mientras estés dándole el pecho a tu niña o niño debes comer todo tipo de alimento, continuar tomando sales de hierro, abundante agua y refrescos. Su salud depende de vos, evita el café, el licor y el cigarro. No tomes medicamentos si no te lo indica el médico.
- Tu higiene personal es importante para tu salud y de la niña o niño. Antes de darle el pecho lávate las manos y límpiate las mamas o pezones con agua limpia; usa jabón solo cuando te bañas.
- Recordá manterner limpia la boca de tu niña o niño.
- Las consultas de control en el centro o puesto de salud son muy importantes para la salud de las y los tiernos, aunque tu hija o hijo esté sano es necesario llevarlo a sus consultas. En el centro o puesto de salud van a vacunar co la BCG, a tu recien nacido, pesar y medir, para vigilar su crecimiento y desarrollo, el bajo peso y el sobrepeso afectan la salud de nuestros niños y niñas. Que esté muy gordito o flaquito no

es bueno, lo ideal es que mantenga un peso adecuado, según su edad.

- Se debe prestar especial importancia al sueño, dormir es importante para tu niña o niño como alimentarse; el sueño lo tranquiliza y mientras está despierto se mantiene feliz. Durante estos primeros tres meses el niño o niña permanecen mas tiempo dormidos. Recordá que debés alimentarlo con pecho materno a libre demanda, de manera que debés despertarlo para que se alimente, al menos ocho veces diarias.



La posición en que duerme es importante. Lo ideal es que se acueste unas veces de lado, cambiando las posiciones. Debe dormir con ropa cómoda, en un cuarto que entre poca luz, mucho aire y sin ruidos. La niña o niño no debe dormir en la cama con los adultos porque, se le puede ahogar o aplastar.

En estos primeros meses de vida, la niña o el niño está casi todo el tiempo en el hogar, por lo que debes mantener la casa siempre limpia, debemos tener cuidado de protegerles de las moscas y los insectos.

- Se debe lavar la ropa con agua limpia y jabón y cambiarle el pañal cuando se pupusee o se orine. Cuidar que las personas que lo chinean estén limpias y se laven las manos antes de hacerlo.
- Bañar y asear diariamente a la tierna o tier-
no siguiendo estas sugerencias, ayudarán a mantener su salud.

Mientras se le baña hay que hablarle o cantarle suavemente, con mucho cariño para que se sienta segura o seguro y no se impaciente, apoyar su cabeza en nuestras manos y bra-

zos. No frotar con jabón directamente en su piel y utilizar agua limpia y tibia.

Lavar con agua y jabón, primero su cabeza, después la cara, los ojitos y las orejitas, y el resto del cuerpo, enjuagarlo con bastante agua. Cuando termine de bañarlo, envolverlo en su toalla, acurrucarlo y secarlo suavemente.

Continua dandole cariño

Mira bien que puede hacer tu niña o niño al terminar el tercer mes de vida. Si hay algo que no ha logrado o que hace con inseguridad, buscá ayuda en tu unidad de salud.

INDICADORES / FORMAS DE VER AVANCES			
	Si	No	En proceso
Sonríe ante la cara de la persona adulta			
Emite Sonidos como vocales como forma de comunicación. (aaaa, eee, uu)			
Mantiene su cabeza firme cuando lo cargan			
Acostado boca abajo levanta la cabeza y parte de la espalda, apoyándose en los brazos.			
Agarra casualmente cosas colocadas a su alcance.			
Fija su mirada durante algunos segundos en la cara de las personas o en cosas.			
Sigue con su mirada la cara de una persona u objeto que se mueve en diferentes direcciones			
Mueve la cabeza hacia el lugar de donde proviene un sonido o la voz de una persona.			



**CARTILLA
DE EDUCACION
TEMPRANA
No. 2**

**ORIENTACIONES
DE TRES
A SEIS
MESES**

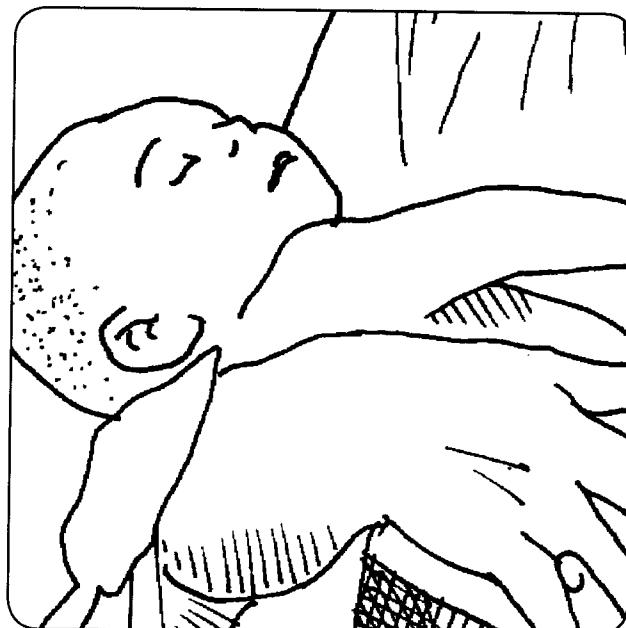
■ ¿Cómo es tu niña o niño de los tres a seis meses?

Del tercero al sexto mes las chiquitas y chiquitos tienen una serie de cambios, prácticamente vemos su crecimiento día a día. Cada día nos sorprenden con las cosas nuevas que pueden hacer. Si lo estimulas y le das mucho cariño, ella o él continuará creciendo y desarrollándose sano y feliz.

Gracias al contacto diario con tu niña o niño, es capaz de reconocer tu cara, se alegra de verte. A esta edad, es capaz de reconocer a las personas que le rodean, mamá, papá, hermanos, hermanas personas que viven en la misma casa o que la frecuentan de manera continua.

Entre el tercer y cuarto mes será capaz de saber cuales son las cosas conocidas. Como ha jugado con ellos durante los meses anteriores, se alegrará cuando le pases sus juguetes, además es muy posible que balbucee (buuu, aaaa) como intentando hablar o nombrarlos.

De la misma forma en que reconoce las caras de las personas conocidas, se extrañará ante personas desconocidas. No se extrañe cuando una persona que no conoce trate de chinearlo, y él o ella



llore. Es común que a esta edad muchas personas digan que es "huraño", o "huraña" porque reacciona con llanto cuando otra persona se le acerca.

Cuando alcance los seis meses intentará agarrar todos los objetos que estén a su alcance, y si recibe ayuda adecuada, podrá permanecer sentado durante unos segundos.

■ ¿Que debes hacer para que tu niña o niño crezca y se desarrolle feliz y con salud?

ESTIMULACIÓN SOCIO-AFECTIVA: DALE CARIÑO

- El afecto o cariño que recibe de su mamá, papá y personas que le rodean es lo más importante en la vida de una niña o niño. El amor que le das a tu pequeña o pequeño hace que se sienta más seguro, ese es el mejor alimento del alma.

Le demuestras amor cuando le hablas, mientras le sonrías, no tienes que esperar un momento especial para hacerlo, podés hacerlo siempre, mientras lo bañas, cambias el pañal, le des el pecho, lo alimentes, en todo momento y lugar en que estés con la niña o niño.

No dejes de besarla, hazlo siempre, un beso, una caricia, demuestra el amor que le tenés.

- Durante los primeros meses de vida la niña o niño ha pasado la mayor parte de su tiempo, en contacto con su mamá, y las personas más próximas a él o ella, su papá, hermanos, hermanas, abuelos, abuelas.

Sin embargo, la niña o niño necesita relacionarse con otras personas, principalmente miembros de la familia y personas cercanas a esta. Es necesario que todos en el hogar (abuelos, abuelas, hermanos, hermanas, tíos,

tías, primos, primas) le hablen, sonrían y se comuniquen con ella o él.

- Tu niña o niño debe de ir aprendiendo a conocerse a sí mismo. Siempre que puedas acercalo al espejo, señalale su imagen y decíle su nombre; también mostrale tu imagen y dile "papá" "mamá" "abuelo" "mimi", "tita" "abuelita", "mita" según quien sea. Verás que contenta o contento se pone.

ESTIMULACIÓN DE LA MENTE Y CUERPO, REALIZA ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR SU INTELIGENCIA Y SUS MOVIMIENTOS

- Para estimular la inteligencia y movimientos podes jugar con tu chavalita o chavalito, hay formas sencillas de hacerlo, por ejemplo, puedes acercar tu cara y hablarle, cuando te vea tápatela por unos momentos con un pañal o trapo y sigue hablándole, como si jugaras al escondido, cuando se lo quites verás cómo tu bebé te busca.



Los sentidos

- Para estimular el sentido de la vista, puede jugar a ¿"donde estas"? Se juega dejando caer un juguete u objeto algo grande cerca de ella o él, y llama su atención para que lo busque con la vista.
- Más adelante ponele un juguete al alcance de sus manos y cuando lo vaya a tomar tápaselo con su pañal o un trapo limpio, dejando al descubierto una parte. Decile que los busque y si no quita el pañal hacélo vos. Repite el juego varias veces.
- El sentido del oído es uno de los que más se desarrolla en tu niña o niño antes de los seis

meses, los sonidos en general atraen su atención. Para estimular su sentido del oído puedes mover el chisquil delante de tu chiquito o chiquita, trata de que lo tome y haga lo mismo.

Movimientos del cuerpo

- Para estimular su capacidad para moverse, trata de motivarlo a que alcance objetos cercanos a él o ella, para ello puedes acercarle un juguete liviano para que lo tome, si logra hacerlo aléjalo un poco más para que intente ir hacia el. Si no avanza podes ayudarlo, poniéndole tus manos en las plantas de sus pies para que se apoye y trate de gatear. Sin embargo, cuando no pueda alcanzar el objeto hácelo vos por él o ella.
- Para que aprenda a girar su cuerpo, cambiar de posición y volver a ver hacia los lados, puedes

mostrarle un juguete o alguna cosa llamativa y cuando lo mire ponesélo a un lado para que lo tome. Puedes ayudarle a que lo haga las primeras veces, después ella o él aprenderá a hacerlo sola o solo.

- Cuando ya alcance los seis meses, con mucha delicadeza, sentá a tu chiquito o chiquita, y ayúdalos a mantener esa posición, si no logra quedarse sentado, puedes ayudarle poniendo algo que le sirva de respaldo para apoyar su espaldita.

Cuando la edad de nuestras niñas y niños se acerca a los seis meses, debemos ayudarle a reconocer su cuerpo, bien podemos acercarlo al espejo, señalarte su imagen y llamarlo por su nombre; también mostrale su propia imagen y decirle "yo soy tu mamá, papá, abuelo", según corresponda.

ÁREA SALUD: CUIDA SU ALIMENTACIÓN

- Recordá que desde los seis meses se inicia una nueva etapa en la alimentación de tu niña o niño, aunque sin olvidar que la mejor comida es la leche de la mamá, la cual ya puedes



empezar a combinar con alimentos que recomiendan en el centro o puesto de salud.

- Se debe tener mucho cuidado al preparar los alimentos que comerá la chiquita o chiquito, es necesario que te laves las manos antes de dar de comer a la niña o niño. El platito, la cucharrita o trastes con la que se alimenta al bebé deben estar bien lavados, preferiblemente con agua hervida, además recuerda tapar bien estos trastes para protegerlos contra las moscas, cucarachas, ratones y del polvo.

- Recordá que en este período todavía tenés que alimentarlo con lactancia materna exclusiva.

Cuidar su sueño

- La niña o el niño no debe:

Dormir con el papá, mamá o personas adultas.

Dormir en cunas sin respaldo seguro.

Dormir con el papá, mamá o personas adultas que estén fumando cerca de la cuna, cama o tijera.

Dormir a la orilla de una cama sin protección.

Dormir con animales cerca.

- La niña o el niño debe dormir con ropa comoda, para que duerma en su cuna, cama o tijera.
- El cuarto o lugar donde duerme la niña o el niño debe estar limpio, debe entrar aire y no debe haber ruidos.

Limpieza

- Es importante lo que ya conoces de cómo asear y bañar a tu niña o niño, así como la forma de mantener su higiene personal y la de su ropita.

- Recordá mantener limpia la boca de tu niña o niño.

Llevarlo a los centros o puestos de salud

- Recordá que debes llevar a tu chiquita o chiquito a los encuentros de vigilancia y promoción del crecimiento y desarrollo.
- A partir de los dos meses debes de vacunarla con las vacunas: Polio, Pentavalente y Rotavirus, según te indique el médico, doctora, enfermera o las y los promotores voluntarios de salud.



Cuidarles de accidentes

- Para evitar un accidente lamentable no lo dejes sola o solo ni un momento sobre la cama u otro lugar alto, pues en esa etapa es capaz de darse vuelta y se puede caer.

Continua estimulando

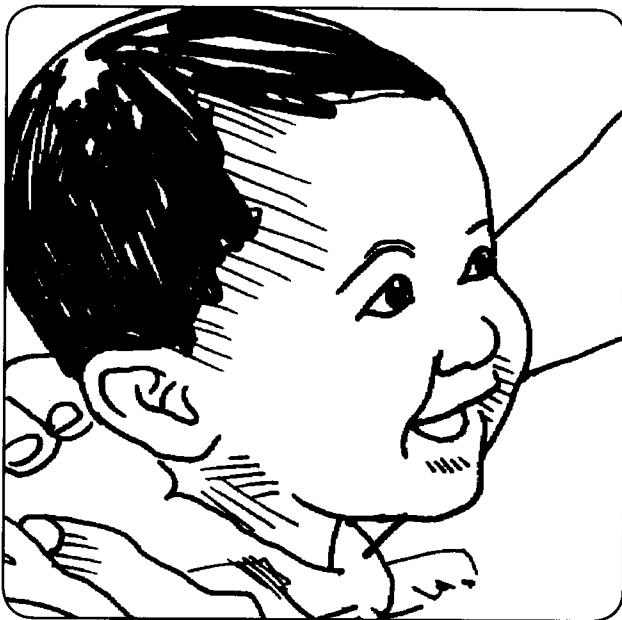
- Mira bien qué puedes hacer por tu niña o niño al cumplir los seis meses. Si hay algo que todavía no ha logrado o que no hace bien, buscá ayuda en tu unidad de salud.

INDICADORES / FORMAS DE VER AVANCES			
	Si	No	En proceso
Reconoce a las personas que lo atienden y puede llorar ante la presencia de una persona extraña.			
Balbucea y se ríe cuando está contenta – contento (abuu)			
Cambia de la posición de boca arriba a boca abajo y al revés			
Puede tomar un juguete y mantenerlo en sus manos algún tiempo			
Se sienta con apoyo o por si sola o solo por unos segundos			
Reconoce la voz de las personas más allegadas a ella o él			
Busca con la vista los objetos que caen frente a ella o él			



**CARTILLA
DE EDUCACION
TEMPRANA
No. 3**

**ORIENTACIONES
DE SEIS
A NUEVE
MESES**



■ ¿Cómo es tu niño o niña de los seis a los nueve meses?

De los seis a los nueve meses tu niña o niño crecerá mucho y aprenderá con tu ayuda a realizar muchas cosas.

Varios de los momentos más inolvidables de la vida de los padres y madres pasarán en estos meses, tu chiquito o chiquita va cada vez más grande puede moverse de un lugar hacia otro gateando, ya permanece sentada o sentado por sí mismo y con el paso de los días aprenderá a ponerse de pie, apoyándose de las barandas de las cunas, o de los bordes de los muebles.

Una vez que pueda permanecer de pie, intentará dar pequeños pasitos, sosteniéndose con sus manitos de un punto de apoyo.

Como en los meses anteriores le has enseñado a tocar objetos, a los siete meses será capaz de agarrar con sus manitos objetos de distintas formas, los puede meter y sacar de un balde, los lanza y después va tras ellos o bien pide que se los pasen.

Ya reconoce su nombre, casi siempre atiende cuando lo llaman por su nombre, también es ca-

paz de reconocer el nombre de su mamá, papá, hermanos, hermanas y demás personas que lo han estado cuidando.

A esta edad ya son capaces de pronunciar muchos sonidos, si vos le repetís los sonidos que le oís, él intentará imitarlos. Por eso es importante hablarles.

■ ¿Qué debes hacer para que tu niña o niño crezcan y se desarrolle feliz y con salud?

ESTIMULACIÓN AFECTIVA: DALE CARIÑO Y AMOR

- Aunque vaya creciendo tu chiquita o chiquito necesita sentirse querido, amado, protegido. Hábllale con la misma dulzura con que lo hacías cuando estaba recién nacido, acarícialo, bésalo. Además de recibir el amor de quienes están más cerca de la chiquita o él chiquito es importante que todos los miembros de la familia jueguen con la niña o él niño y le demuestren su cariño y afecto.
- Recordá que para que la niña o niño aprenda a conocerse a sí mismo, debes continuar acercándolo al espejo, a la vez que le señales su imagen y le dices su nombre, así como el nombre de las personas que están junto a ella o él; con frecuencia manifiesta su alegría pronunciando algunos sonidos y tratando de tocar su imagen.

ESTIMULACIÓN SOCIAL: RELACIONARSE CON OTRAS PERSONAS

- Hasta ahora la mayor parte del tiempo tu chavalita o chavalito la ha pasado junto a su familia más cercana. Ella o él necesita conocer y relacionarse con otras personas para estimular sus habilidades sociales podes sacarlo a

pasear, llevarlo al parque o a lugares cercanos en el barrio o comunidad de esa forma se acostumbrará al trato con otros que no son de la familia.

Sin embargo, cuando lo saques a pasear nunca lo dejes sola o solo, ni por poco tiempo con una persona extraña. Bríndale siempre seguridad.

ESTIMULACIÓN MOTORA: REALIZA ACTIVIDADES PARA QUE APRENDA A MOVER LAS MANOS, LOS PIES, EL CUERPO

- A esta edad tú niña o niño ya sabe tomar objetos en sus manos, sin embargo, esta es una habilidad que se debe continuar estimulando.

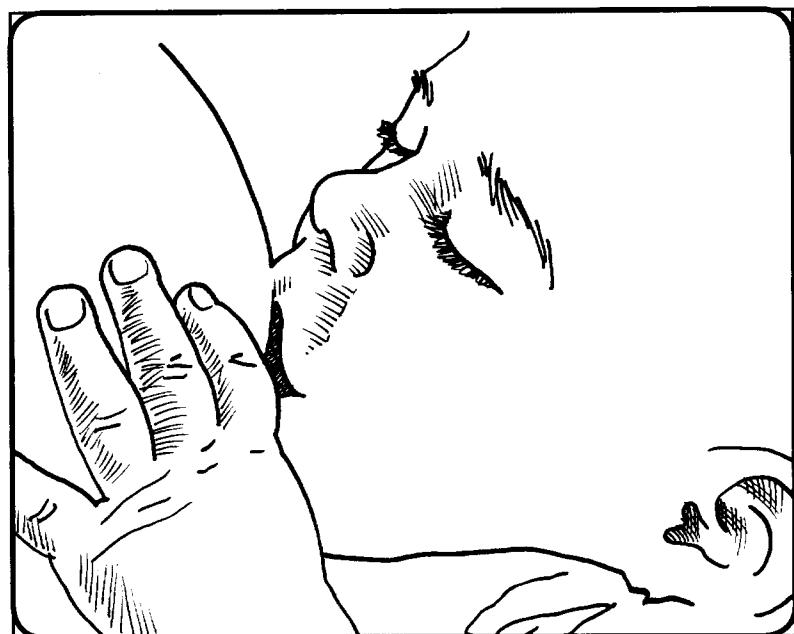
Para estimular que lo haga podes realizar las siguientes actividades:

- Ofrécele juguetes pequeños para que los meta y los saque de un recipiente (pana, olla, caja). Primero hazlo vos y animalo a que imite la acción. No te preocupes si sus movimientos son lentos y equívocos, con la práctica aprenderá a meter y sacar del recipiente las cosas, cada vez irá haciendo las cosas de manera más segura.
- También podes estimular el movimiento de sus bracitos tratando de enseñarle a golpear una cosa contra otra. Es recomendable que lo haga con objetos de material suave, como plástico y esponja, para evitar que se lastime los deditos.
- Para que le ayudes a usar sus deditos como pinzas, podes darle pedacitos pequeños de pan, galletas o frutas, tratando que los agarre con dos deditos. Tenes que prestar mucha atención para evitar que se lleve

a la boca objetos pequeños que no sean para comer.

Tu niño o niña va a empezar a gatear, a sentarse, a ponerse de pie. Para facilitarlo:

- Ayúdale a sentarse, si todavía no lo hace por sí sola o solo, estimúlalo con juguetes que llamen su atención.
- Cuando ya se siente sola o solo, ponelo en el suelo cerca de una silla, o mesita, le pones un juguete sobre el mueble y animalo para que se pare y lo agarre. Si está de pie, pone entonces el juguete en el piso y decile que lo agarre. Ayúdalos, si lo necesita.
- Las niñas y niños tienen sus propias formas de gatear, no importa cómo lo hagan, pero sí que aprendan a hacerlo en diferentes direcciones. Para ayudar a que tú chiquito o chiquita adquiera esta habilidad podes sentarte en el piso con ella o él, enseñarle un juguete o una cosa llamativa para que lo alcance, cuando lo haga, cambias de lugar y de dirección el juguete o la cosa para que al intentar agarrarlo gatee en diferentes direcciones.



ESTIMULACIÓN INTELECTUAL

- Estimula su capacidad de pensar, podes hacerlo jugando, es sencillo, por ejemplo, intenta jugar al juguete escondido. Agarra una cosa que le guste, que llame su atención y ponelo de frente a ella o él, después tapa el objeto con un pañal y pregúntele ¿dónde está?, motívalo a que lo busque, si no lo encuentra, levanta el pañal para que lo tome. Conforme vaya adquiriendo experiencia, esconde el objeto en otros lugares, y motívala o motívalo a que lo encuentre, dándole pistas sobre el lugar en que se encuentran.
- Enséñale juegos que estimulen el movimiento de sus bracitos, por ejemplo enséñale a hacer tortillitas de maíz, y a que diga adiós con las manos. Cada vez que lo haga celebra sus logros.

También podes amarrar un mecate o cinta a un juguete que le guste, ponelo delante de ella o él y lentamente arrástralos en diferentes direcciones, para que lo siga gateando.

- Para favorecer el desarrollo de los músculos de sus piernitas, puedes sentarte en el piso y motivarlo para que pase gateando por encima de tus piernas, si aún no puede impulsarse por sí mismo ayúdale poniendo tus manos en la planta de los pies para que se apoye y avance.
- Para ayudarlo a que se siente o se ponga de pie, pone a la niña o niño en el suelo y cerca de ella o él pone un mueble no muy alto puede ser una silla pequeña, una mesita y sobre el mueble coloca un objeto llamativo de forma que pueda ser visto desde donde ella o él se encuentra, motiva a tu hija o hijo a que lo alcance, podes ayudarlo a que permanezca de pie unos instantes.

- Comenza a enseñarle "juegos" utilizando gestos y movimientos como: "tortillas de maíz", "la hormiguita", "puya, puya" y, más adelante, "el cieguito", "las viejitas", y también a decir adiós. Trata de que te imite y celébralo cuando lo haga.

Estimular el desarrollo del lenguaje. Para apoyar que tu niña o niño hable es muy importante hacer las siguientes actividades:

- Repetí los sonidos que dice y espera que ella o él te responda. Si lo hace, ponete a reír con ella o él, así lo animas a continuar. También, en diferentes momentos del día, llama a la chiquita o chiquito por su nombre, así como a los otros miembros de la familia: papá, mamá, abuelos, tíos..., para que aprenda a identificarlos.



- Decile que haga cosas sencillas, usando un tono de voz suave y cariñosa, acompañadas de gestos, por ejemplo: "dame la mano", "toma el chischil". Si no lo hace no importa insistirle, más adelante lo logrará; de todas formas celebralo.

CUIDANDO SU SEGURIDAD

Cuando lo pongas a gatear, vigila que no se acerque a lugares peligrosos o a muebles u objetos que no sean seguros.

CUIDANDO LA SALUD**Buena Alimentación: leche materna, frutas y verduras**

- La leche materna es el mejor alimento para tu niño o niña, no hay nada que la supere. Dale de mamar tantas veces como él ella lo quiera.
- La niña o niño no debe comer alimentos preparados fuera de la casa, no hay que darle nada de fritos; utiliza en la comida solo condimentos naturales (ajo, chilitoma, tomate, cebolla); no uses chiles ni salsas. El estómago de tu niña o niño es muy delicado, aún no puede comer comidas con aceites o condimentadas, menos comida preparada en la calle.
- Desde el sexto mes podes darle ciertas comidas a tú chiquita o chiquito, previa consulta con el personal que atiende en el centro o puesto de salud.

Limpieza e higiene:

- La higiene no puede ser descuidada aunque tu niña o niño haya crecido, recordá lo que has aprendido. En esta etapa podes mantenerle de pie mientras le bañas.
- Cuando ya cumpla los nueve meses, comienza a lavarle las manos a tu niña o niño antes y después de cada comida y enséñele a comer sentado. El lavado de manos es importante porque la chiquita o chiquito pone las manos



en todas partes y puede adquirir una infección si no le lavas las manos antes de comer.

- Aunque vos ya mires grandecita a tu niña o niño, no dejes de llevarle al centro de salud, por que además de llevar su control de peso, vacunas y tamaño, el personal de salud también puede identificar enfermedades que pueden estar afectando a tu hija o hijo.
- Recordá mantener limpia la boca de tu niña o niño.

Dormir bien, cuidar su sueño

El sueño es muy importante para tu niña o niño, en el período de los 6-9 meses ella o él debe dormir



manteniendo las posiciones a las que ya se ha acostumbrado.

Importante:

Recorda que tú chiquita o chiquito está acostumbrado a llevarse las cosas a la boca, evita dejar cosas pequeñas a su alcance, para evitar que se los meta en la boca, nariz u oído. Hay que tener cuidado con los granos de maíz, frijoles o objetos de plástico o metal.

Continua en la enseñanza diaria, con tu cariño aprenderá

Mirá con cuidado qué puede hacer tu niña o niño al cumplir los nueve meses. Si hay algo que no ha logrado o que realiza con inseguridad, buscá ayuda en tu unidad de salud.

INDICADORES / FORMAS DE VER AVANCES

	Si	No	En proceso
Se sienta por sí mismo y conserva el equilibrio			
Puede agarrar cosas pequeñas con dos dedos			
Mete y saca cosas de diferentes tamaños en una caja o depósito de boca ancha			
Busca un objeto que le llama la atención, cuando se los esconden ante su vista			
“Juega” a tirar y recoger objetos			
Emite sonidos o imita otros nuevos que le hacen			
Presta atención cuando escucha su nombre			

**CARTILLA
DE EDUCACION
TEMPRANA**

No. 4

ORIENTACIONES

**DE
NUEVE
A DOCE
MESES**

■ ¿Cómo es tu niño o niña de los nueve a los doce meses?

Con tu dedicación y ayuda, tu niño o niña puede hacer muchas cosas. Toma los objetos, las tira, les da vueltas, las jala y las mete y saca de un recipiente (balde, caja etc). Puede hacer actividades sencillas cuando se las pedimos con gestos cariñosos, tales como: "vení para acá", "agarrá el juguete", "toma" o "dame" y, también, decir "adiós".

La niña o el niño puede expresar alegría y enojo, y reconocer estas emociones en otras personas; al final de estos meses, mira las caras de las personas que tiene a su alrededor para ver si están contentos o no con lo que ella o él está haciendo.

Da pasitos, apoyándose en los muebles o agarrándose de tus manos, y alrededor de los doce meses puede trasladarse por sí solo o sola e incluso, jalar un juguete mientras camina.

■ ¿Qué debes hacer para que tu niña o niño crezca y se desarrolle sano y feliz?

ESTIMULACIÓN AFECTIVA: DALE CARIÑO Y AMOR

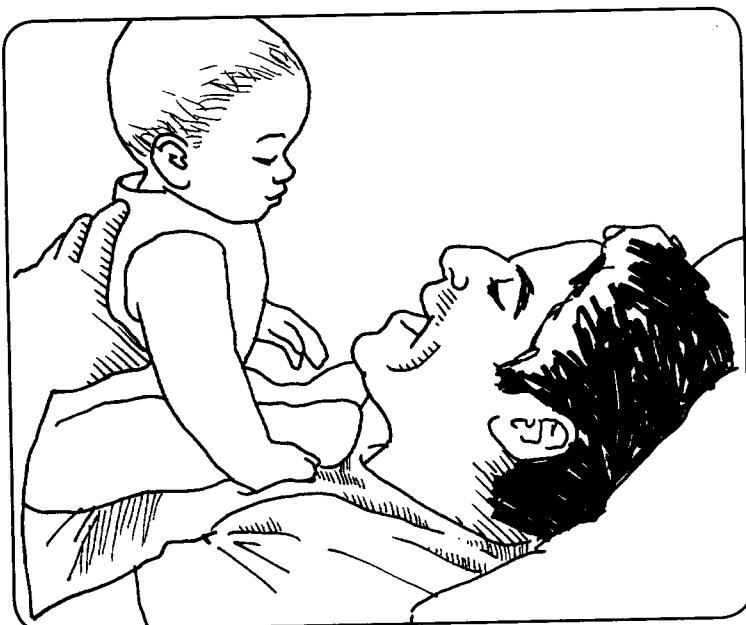
- Cuando la niña o niño sonría, hace vos lo mismo y atendelo cuando exprese disgustos para que se sienta segura o seguro y se anime. Trata de que estas emociones no le alteren.
- Lleva a la niña o niño a pasear al parque, al camino donde hay arboles, o a otros lugares donde haya gente, para que se acostumbre a estar con otras personas.

Recorda que no debes dejarle sola o solo en lugares nuevos, ni con personas desconocidas.

- Como te habrás fijado, cuando colocas a tu niña o niño frente al espejo se pone muy alegre al mirarse ella o él y al mirarte a vos. No olvides que así lo ayudas a reconocer su propia imagen.

ESTIMULACIÓN DEL LENGUAJE: APOYO PARA QUE HABLE

Habráis notado que ya tu niño o niña comprende muchas de las cosas que le dicen y que ya quiere decir sus primeras palabras. Vos podés ayudar a desarrollar su lenguaje. Para eso:



- Seguí diciéndole que haga cosas sencillas como "dame la mano", "decime adiós", "tírame un besito", "venite commigo", "toca al perro" y otras parecidas. También podés preguntarle: "¿dónde está papá?", "¿dónde está la abuelita?"

Estimulación de la inteligencia y de los movimientos del cuerpo: realiza las siguientes actividades:

Cuando repitas los sonidos que escuchas, empieza a combinarle algunos como: "ni-ño", "ni-ña",

"ma-má", "pa-pá", "le-che"; de esta forma, poco a poco, irá aprendiendo palabras.

- Sentá a la niña o niño en tus piernas y mostrale láminas o fotos de periódicos, revistas o libros; pláticale sobre estos, y comenza a enseñarle a imitar los sonidos de las cosas que ve. Podes aprovechar estos momentos para jugar con tu niña o niño, mover objetos, y otros juegos sencillos.

Tú niña o niño está próximo a caminar y vos podes ayudarlo a que lo haga bien haciendo lo siguiente:

- Cuando esté parada o parado agarrado de algún mueble, ofrécele un juguete o algo que le guste para que se suelte y lo trate de alcanzar. Así, sin darse cuenta, comenzará a quedarse de pie solito o solita.
- Para que dé pasitos, tómalo primero por las dos manos y luego por una sola. Es frecuente que al principio se caiga o pierda el equilibrio, levántalo para que de nuevo intente seguir caminando; recordá que debe ganar seguridad y confianza. No hagas de estas pequeñas caídas un problema, por ningún motivo lo regañes.
- Más adelante cuando camine con cierta seguridad dale un juguete para que lo cargue o jale mientras camina. Podes, también, agarrarlo de una mano y ayudarla o ayudarlo a cruzar por encima de juguetes o cosas pequeñas que estén en el piso.
- Continúa pasándole el dedo por la planta del pie en forma de cosquillita, tantas veces como puedas. Además de darle alegría contribuye a evitar el pie plano.
- Para que tu niña o niño aprenda a agarrar bien las cosas con dos dedos:

Ofrécele juguetes que no sean chiquitas para que las guarde en una caja o balde que tenga boca pequeña. Luego, decile

que los saque y los pase para otra caja. Esto le gusta y lo entretiene. Recordá que debes de estar presente y tener mucho cuidado que los objetos no sean muy pequeños para que no se los lleve a la boca o a la nariz.

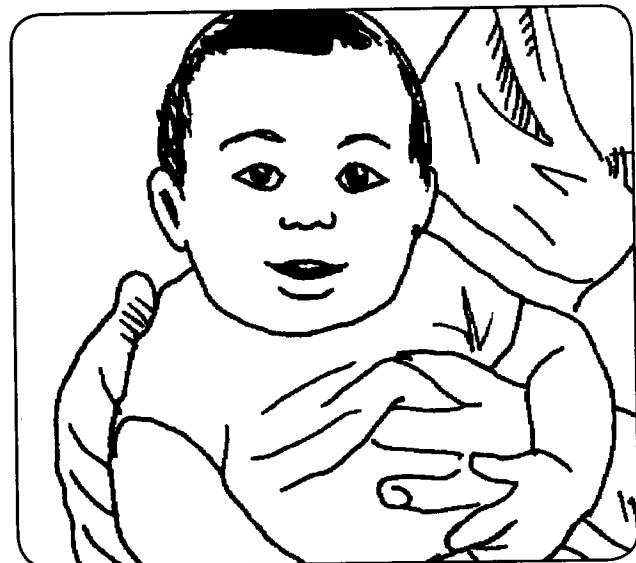
Enséñale a tapar y a destapar cajas de cartón o envases plásticos. Dale, también frascos plásticos con tapas fáciles de quitar y que trate de desenroscarlas

- Ponele un juguete sobre un pañal de modo tal que no pueda alcanzarlo con las manos; enséñale cómo tomarlo jalando el pañal. Debes también continuar enseñándole a arrastrar juguetes atados con hilo o mecate, previniendo que este no le lastime.

■ Salud y alimentación

CUIDA SU SALUD

A esta edad continuá con la lactancia materna y dale de comer hasta doce cucharadas sopera de comidita desbaratada tres veces al día.



- No trates de obligarlo a comer utilizando el juego o paseándolo por la casa y, mucho menos, amenazándolo. Tu niña o niño comerá lo que necesita.

- Permitile que participe en su alimentación, dale otra cucharita, no importa que se embarre. Debes continuar utilizando el vasito para darle de tomar.

- Lávale las manos con agua y jabón a tu niña o niño a cada rato, antes y después de las comidas, porque como ya gatea o camina, toca todo lo que encuentra a su paso.

- Recordá mantener limpia la boca de tu niña o niño lavandole los dientes con un cepillo.

- El baño diario es importante para mantener su salud. Después que lo bañes cambia el agua y déjalo jugar, esto le causa alegría.

- Continúa asistiendo a la consulta del Puesto o centro de Salud para revisar su crecimiento y desarrollo y completar su esquema de vacuna.

- Tu niña o niño comienza a caminar, por lo que tenes que realizar todas las acciones necesarias para evitar accidentes. Los toma corrientes no deben estar a su alcance; no dejes candiles o candelas, insecticidas, medicamentos, venenos

u otros productos en lugares donde ella o él puedan alcanzarlos.

- No lo dejes sola o solo donde haya objetos con agua, como: baldes, bañeras, pilas, barriles, pozos. No le permitas entrar a la cocina, al fogón, ni a lugares donde haya peligro. Aléjalo de porras hirviendo o donde este la plancha caliente.



CONTINUA MOSTRANDOLE TU AMOR

Observa qué puede hacer tu niña o niño al finalizar el primer año de vida. Si hay algo que no ha logrado o que realiza con inseguridad, buscá ayuda en tu unidad de salud.

INDICADORES / FORMAS DE VER AVANCES

	Si	No	En proceso
Da pasitos por sí sola o solo			
Puede sostener un juguete o halarlo mientras camina			
Tira, rueda y bota los juguetes			
Puede hacer cosas sencillas: mecer una muñeca, pasear al gatito de juguete			
Tapa y destapa cajas para tomar las cosas que se encuentra dentro			
Puede hacer cosas sencillas que le pidamos: "toma el juguete", "toma", "dame"			
Pronuncia algunas palabras			
Bebe por sí sola o solo de un vasito			

**CARTILLA
DE EDUCACION
TEMPRANA
No. 5**

**ORIENTACIONES
DE UNO
A DOS
AÑOS**



■ ¿Cómo es tu niño o niña de uno a dos años?

Tu niña o niño ya camina, se mueve de un lado a otro, y aunque se cae con frecuencia, poco a poco va ganando seguridad, e incluso, ya próximo a cumplir los dos años puede llegar a subir y bajar varias gradas en escaleras o subirse a muebles, la cama u otras cosas grandes.

Ya utiliza bastante bien la cucharita y el vasito, y quiere comer y beber sin ayuda. Además, le gusta arrastrar algunas cosas o tirar la pelota, aunque a veces, se le cae de las manos.

Quiere conocer lo que le rodea; toca y toma todo lo que está a su alcance; así comienza a familiarizarse con la forma, el tamaño y el color de las cosas y hasta aprende a hacer acciones sencillas con ellos.

Comienza a querer hacer muchas cosas por ella o él mismo, e incluso, trata de ayudar cuando lo cambian de ropa; imita varias acciones que ve ha-

cer a las personas mayores, le da de comer a la niña o niño, lo peina y hace como si barriera o lavara.

Al principio utiliza una palabra para expresar una idea, por ejemplo, cuando tiene hambre puede decir "leche", aunque todavía no la pronuncie bien, pero poco a poco su lenguaje se va desarrollando y próximo a cumplir los dos años hablará utilizando oraciones de hasta tres palabras.

Es capaz de hacer algunas acciones sencillas que le pidamos que haga y comienza a entender cuando se le dice "no se puede".

Durante este año vas a ver que con frecuencia tú niña o niño pasa del llanto a la alegría. Le gusta sentir que su papá y mamá y otros miembros de la familia estén cerca y que lo quieren.

■ ¿Qué debes hacer para que tu niña o niño crezca y se desarrolle sano y feliz?

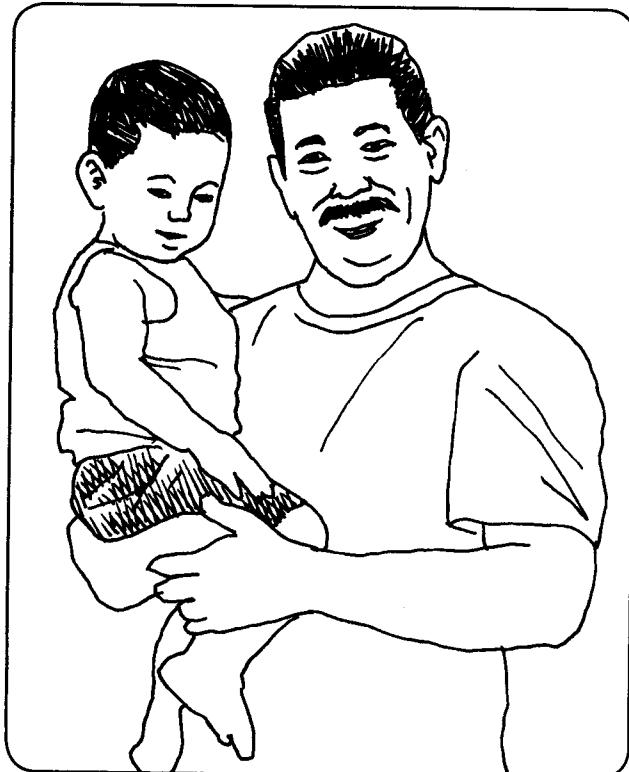
ESTIMULACIÓN AFECTIVA: DALE CARIÑO Y AMOR

- Todas las niñas y niños necesitan sentirse queridos por su papá, mamá y el resto de su familia. Demostrale a tu hija o hijo cuánto loquieres.

Ella o él siente tu cariño cuando:

- Lo abrazas, lo besas y acaricias.
- Te reís de sus travesuras y celebras las cosas que hace.

- Mostrale a tu niña o niño, con cariño, lo que puede y lo que no puede hacer. Es importante que todas y todos en la familia estén de acuerdo en esto, sin discutir delante de él o ella. No le grites, ni lo castigues, ni le pegues; hazlo comprender sin perder la paciencia.
- No lo regañes porque lo quiera todo para ella o él, poco a poco aprenderá a compartir lo que tiene con otras niñas, niños y con los adultos que lo rodean. Debemos enseñarles poco a poco la solidaridad, a compartir y el amor por las demás personas y por la madre tierra.
- Es necesario que la niña o el niño desde pequeño aprenda a utilizar, en sus relaciones con los demás, algunas sencillas normas de buena educación. Enseña a tu hija o hijo a dar las gracias, a saludar y a despedirse. Celebra-lo cuando lo haga.
- Anímale a recoger sus juguetes cuando haya terminado de jugar. Muéstrale alegría, sonríele cada vez que lo haga.



ESTIMULACIÓN DEL LENGUAJE: HABLARLE CON CARIÑO PARA QUE HABLE BIEN Y RÁPIDO

Este es un momento muy importante para el desarrollo del lenguaje de la niña o niño y vos podés contribuir mucho a lograrlo, por lo que:

- Háblale claro, sin niñerías; si te pide algo mediante gestos, trata de que te diga lo que quiere, pero sin hacerlo sufrir. Dale pequeños encargos como: busca el zapato, agarra la pelota, tirala la pelota, soplar pitos y bolitas de papel e inflar chimbombas.

ESTIMULACIÓN DE SU INTELIGENCIA Y SU CUERPO, PARA ELLO DESARROLLA LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES:

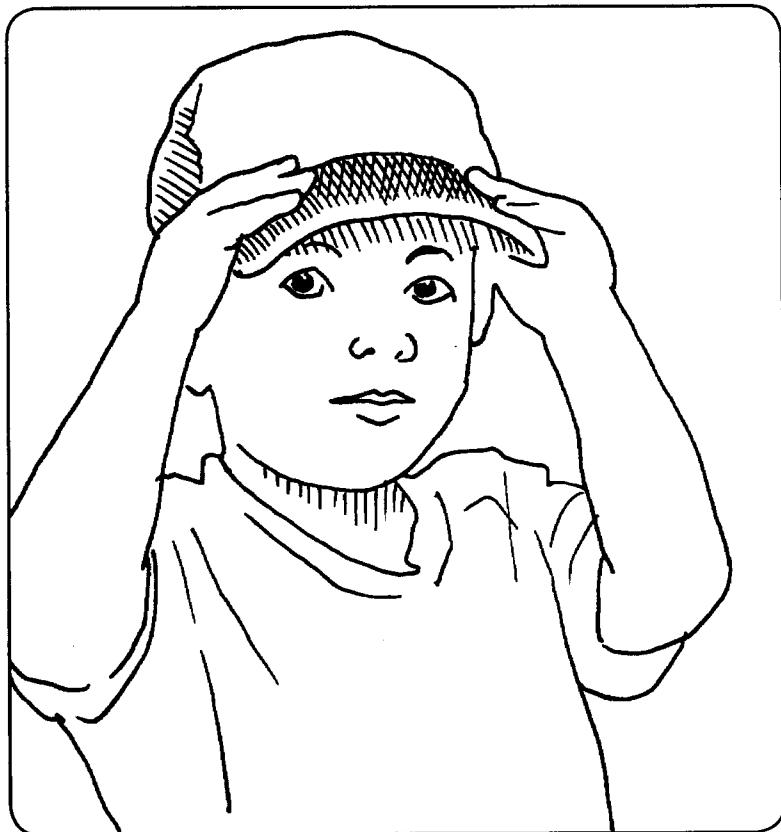
- Si tiene televisión evite que la niña o niño pase mucho tiempo viéndola y controle los programas que ve.
- Pregúntale cómo se llama para que te diga su nombre; aunque al principio no te responda, poco a poco lo hará. Dile que te señale dónde está su nariz, su boca u otra parte de su cuerpo; esto lo puedes hacer también utilizando un muñequito.
- Cuando lo saques a pasear háblale de las cosas que ven, trata de que se fije en ellas.
- Muéstrale libros de cuentos, fotos y cartillas, revistas y háblale de las cosas, animales o personas que ahí aparecen.
- Pedile que señale algunos y que imite los sonidos que hacen: pio-pio; guau-guau, tic-tac. Aprovecha estos momentos para hacerle cuentos cortitos y sencillos, pues él aún no puede mantener la atención durante mucho tiempo.

En esta edad, a la niña o niño le llaman la atención muchas cosas, le gusta tocar y manipular ob-

jetos, así va aprendiendo a conocerlos y a utilizarlos cada vez mejor. Para esto puedes hacer varias actividades.

ESTIMULACION MOTORA

- Ofrécele cajitas, ollas, vasitos o cuadros de diferentes tamaños para que los coloque uno dentro de otro. Si tienes bloquecitos de madera o plástico, enséñale a hacer una torre con ellos. Con aros de diferentes tamaños puedes, también, enseñarle a hacer pirámides.
- Si tienes cualquier caja o balde plástico dáselos para que los tape y los destape; si no puede hacerlo sólita o sólito, enséñale vos.
- Como les gusta tanto jugar con agua, llénale un recipiente pequeño y dale objetos o juguetes para que los eche y juegue; también búscale tacitas o vasitos y verás como se entretiene pasando el agua de uno a otro. Después, juega con ella o él a sacar, con un cucharón o colador, las distintas cosas que están en el agua. No importa que se moje, no le hará daño y sí le dará mucha alegría. Recorda que vos debes estar siempre presente.
- Ofrécele carritos o varias cajas unidas por un hilo o mecate para que ella o él los jale.
- Es muy importante ayudar a que los movimientos de sus dedos y de sus manos se desarrollen. Para eso:
- Prepárale una caja con una rendija, como si fuera una alcancía, y dale pedacitos de cartón para que los eché dentro. Esto le gusta y los entretiene.
- Dale crayolas y lápices de colores para que haga garabatos sobre un pedazo de papel grande; puede ser un periódico. Debes estar siempre presente, para que no se los lleve a la boca o se lastime los ojos.
- Enseñale a arrugar un pedazo de papel para hacer una “pelota” y jugar con ella. Como le encanta romper papeles, esto no te costará trabajo.



- Toda la familia está contenta porque la niña o el niño ya “es grande”, ya camina; sin embargo, su marcha puede ser más segura. Para ello:
- Pedile que ande por el centro del caminito, como si fuera por un puente. Aprovecha todas las oportunidades para que suba y camine por un murito de poca altura.

- Jugá con tu niña o niño al “corre que te alcanzo”, para que trate de caminar más rápido y vos no lo alcances.
- Enséñale a subir y bajar escaleras. Para ayudarle, colócate a su lado y tómale con cuidado por una mano.
- Enséñale a cruzar por encima de un mecate o hilo grueso. Agárrale por una mano para que no pierda el equilibrio; cuando logre hacerlo con facilidad, animale para que lo haga solita o solito. Tenés que estar pendiente de él o ella para que no se lastime.
- Juega con tu niña o niño a la pelota, pídele que la busque y te la tire. Esto le resultará más divertido si en algunas ocasiones le pones la pelota en alto para que ella o él estire la mano y trate de alcanzarla y otras veces se la pones en el piso para que tenga que agacharse a recogerla.

CUIDANDO SU SALUD Y ALIMENTACIÓN

- Ya la alimentación de tu niña o niño se parece más a la del resto de la familia; puedes darle el huevo completo y algunos alimentos fritos, pero sin usar tanto aceite. Para enseñarle a masticar bien, no muelas la carne, sino pícalas en pequeños pedacitos, ni cueles o batas los frijoles y cereales. Enséñale a comer todo tipo de alimento, preferí darle frutas, verduras, queso, pollo, pescado; evita darle de comer comida chatarra, de esa que viene en bolsas plásticas y latas.
- Los cuentos y regaños no logran que coma más, por el contrario, pueden convertir esta situación en un problema.
- Enséñale a comer solita o solito, sentalo en la silla y dale una cucharita para que trate de hacerlo, aunque se embarre. Celébrale cuando

lo haga. Al final de este año es muy probable que ya lo logre.

Cuidar su sueño

- Tu niño o niña, entre los doce y los dieciocho meses, debe dormir dos pequeñas siestas diarias.
- Tene siempre presente que para que duerma bien debe estar en un lugar tranquilo y agradable; además, evita que se altere antes de dormir, acostalo siempre a una misma hora, en su cuna, cama o tijera y acurrucalo, cantale canciones tradicionales, contale cuentos nicas; si llora, atendele hasta calmarlo, no lo lleves a tu cama.

La higiene y la limpieza siempre presente

- Mantener la higiene de tu pequeña o pequeño, la de todos los miembros de la familia y de la casa es muy importante, pues, además de proteger la salud de todas y todos, ayuda a formar en la niña o el niño buenos hábitos higiénicos.
- Recorda siempre lavarte y lavarle las manos con agua y jabón antes y después de las comidas.
- El baño resulta muy agradable a tu chiquita o chiquito, compárti con ella o él este momento jugando y cantándole. Recorda que para que disfrute más puedes cambiarle el agua y dejarlo otro ratito.
- La limpieza de los dientes es fundamental para mantenerlos sanos, cepíllaselos diariamente y permite que ella o él también tome el cepillo, así aprenderá a usarlo. Si tu niña o niño se chupa el dedo o la chupeta, debes ir eliminando este hábito que puede producirle deformaciones en su dentadura. Te sugerimos que cuando esté durmiendo, le quites el dedo o la chupeta de la boca.

Es importante que todos estos hábitos de limpieza e higiene lo practiquemos también las personas adultas, porque la mejor forma de enseñarle a las niñas y niños es con el ejemplo.

- Seguramente tú niña o niño todavía se orina y se hace pupú sin avisar, no lo regañes por esto, sino que trata de enseñarle. Te sugerimos que desde los doce meses, aproximadamente, observes el horario del día en que lo hace, para que al acercarse esa hora lo pongas en la bacinilla. También puedes guiarte por sus manifestaciones, como son apretar las piernas y dar saltitos, las cuales indican sus deseos.



Poco a poco, con paciencia y cariño, irá aprendiendo a decir pipí o pupú, aunque a veces te lo diga después de hacerlo.

Trata de que todas las noches tu niña o niño orine antes de acostarse; esto contribuirá a que duerma más tiempo sin orinarse.

- Tu hija o hijo ya es capaz de caminar por toda la casa y siente curiosidad por todo; por eso debes tomar mas medidas para evitar accidentes. A esta edad, la mayoría de los accidentes ocurren por descuidos en el hogar. No lo dejes sola o solo en escaleras, ventanas u otros lugares que ofrezcan peligro y llévale siempre de la mano cuando lo saques a la calle.

INDICADORES / FORMAS DE VER AVANCES

	Si	No	En proceso
Camina con equilibrio			
Es capaz de subir y bajar escaleras			
Lanza una pelota			
Coloca cuadros para formar una pirámide			
Tapa y destapa cajas y baldes			
Puede cumplir hasta tres cosas que le pidamos que haga			
Es capaz de expresar oraciones hasta de tres palabras			
Puede comer sola o solo			

Vigilancia del crecimiento y desarrollo de su salud

No dejes de asistir a la consulta del Puesto o Centro de Salud, y completar el esquema de vacunación. Las orientaciones del personal de salud son muy importantes.

Continúa mostrandole tu amor

Observa qué puede hacer tu niña o niño al finalizar los dos años. Si hay algo que no ha logrado o aún realiza con inseguridad, buscá ayuda en tu unidad de salud.

**CARTILLA
DE EDUCACION
TEMPRANA**

No. 6

**ORIENTACIONES
DE DOS
A TRES
AÑOS**



■ ¿Cómo es tu niña o niño de dos a tres años?

La niña o el niño de esta edad ya camina con seguridad, y en general, sus movimientos se van mejorando, sobre todo los de la mano, pues no solo puede llevarse a la boca el vasito, la cuchara y lavarse los dientes, sino incluso puede hacer garabatos y rayas con un lápiz, sobre una hoja de papel.

Desea hacer lo que hacen las personas adultas y, por eso, comienza a jugar a que es la mamá, el papá, la doctora.

Le gusta realizar las cosas por ella o él mismo y con frecuencia, se le oye decir: "yo solito", "yo sola". Pero, como no puede hacer todo lo que quisiera, a veces se pone impaciente y voluntarioso.

Se interesa por todo, tiene mucha inquietud y curiosidad, comienza a darse cuenta de que las cosas no tienen el mismo color, ni la misma forma y también aprende a diferenciar los grandes de los pequeños.

Su vocabulario aumenta y se expresa con oraciones. Comprende el significado de diferentes pala-

bras y comienza a interesarse por los pequeños cuentos que vos le contas.

Se relaciona bien con un mayor número de personas y empieza a sentirse a gusto cuando está con otras niñas o niños.

■ ¿Qué debes hacer para que tu niña o niño crezca y se desarrolle sano y feliz?

ESTIMULACIÓN AFECTIVA: DALE CARIÑO Y AMOR

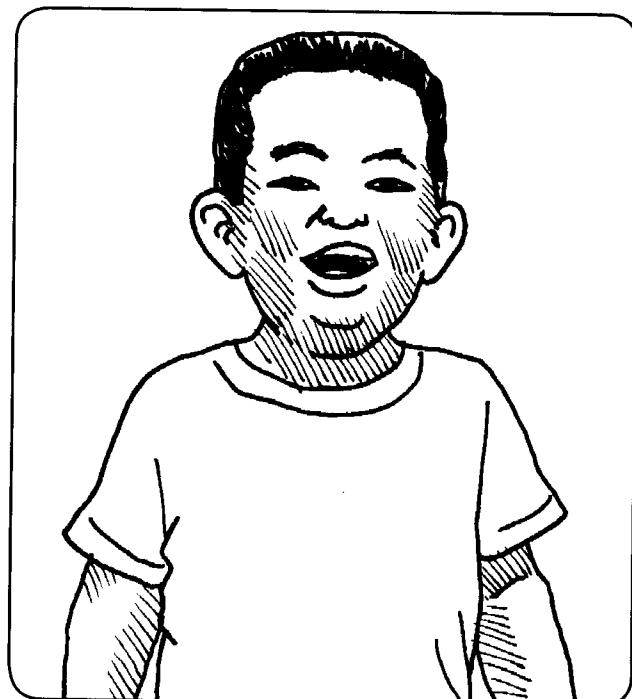
Todos necesitamos dar y recibir amor. Tu hija o hijo, aunque ya no es una tierna o tierno, sigue necesitando tu ternura, tus demostraciones de cariño, le hace sentirse feliz, le da seguridad. Para eso:

- Acarícialo y cárgale consolalo siempre que sea necesario y siempre llamarlo por su nombre y no ponerle apodo.
- Sonreile y aprueba con un gesto, una mirada, un beso, su buen comportamiento.
- Dejale que juegue con vos, así le proporcionas alegría y se desarrolla mejor. Preparale un lugar de juego para que tu niña o niño haga lo que es capaz de hacer; préstale ayuda únicamente cuando la necesite. No dejes de vigilarlo.
- Dejale que se relacione con otras niñas y niños así aprenderá a jugar con ellos y ellas y a compartir sus juguetes.
- Enseñale a saludar, a despedirse, a dar las gracias, a decir fue sin querer, por ejemplo, cuando tropieza con otras personas.
- Respetale su modo de ser, sus sentimientos. Aunque ella o él es una niña o niño que se parece a otros, es distinto a todos. Aceptale

como es, no trates de que sea una "niña o niño modelo".

Es importante enseñar a la niña o niño a amar la madre tierra. Para ello:

- Hablale de las plantas y los animales que están a su alrededor, para que admire su belleza, su utilidad y conozca la necesidad de cuidarlos. Enseñale a conocer y amar lo que le rodea. Decile que somos parte de la naturaleza, que si la destruimos nos estamos destruyendo a nosotros mismos.
- Recordá que la mejor forma de enseñar es con el ejemplo que ella o él te vea amando a la madre tierra. Mostrale cómo se siembra y se cuida una planta. Permitile que te ayude a cuidarla.
- A tu niña o niño le encanta correr, saltar, tirar la pelota, treparse; todo esto contribuye a que crezca sano y fuerte. Pero aún sus movimientos pueden ser más coordinados.



Bríndale posibilidades llevándolo al parque, a la playa, al río, al campo, aunque también en tu casa puedes lograrlo. Para ello:

- Jugá con tu niña o niño a que corra como los caballitos; tomalo por una mano y pídele que corra alrededor tuyo.

ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA Y EL CUERPO, PARA ELLO REALIZA LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES:

- Si tiene televisión evite que la niña o niño pase mucho tiempo viéndola y controle los programas que ve.
- Pedile que corra y pase saltando por encima de tus piernas: sentate en el piso con las piernas bien abiertas y tómale por una mano para que le resulte más fácil; puedes también invitarle a que haga el mismo recorrido, pero esta vez gateando como si prepara por tus piernas.
- A tu niña o niño le gusta mucho jugar a la pelota. Pedile que la tire para que bote un juguete grande o para que caiga en una caja o balde colocado en el piso. Aunque al principio no lo logre, celebra, ya verás que pronto lo hará.

Para ayudar a que tu niña o niño pueda hacer con sus manos cosas que requieran cada vez más seguridad y precisión:

- Dale papel y lápiz o crayola para que haga todos los garabatos que quiera; también puedes dibujar en la acera con tizas o piedras, y en la tierra, con un palito.
- Enseñale a hacer tortitas, galletitas, bolitas, si tienes un pedacito de plastilina, barro, o arcilla; también puedes hacerlo con arena húmeda.
- Ofrecele pedazos de papel, de periódicos o revistas, para que los arrugue y haga con ellos una gran pelota.

- Ya tú niña o niño se expresa bastante bien; te sorprende que cada día diga una nueva palabra. Pero vos podés ayudarle a que hable mejor.
- Pone dentro de un saquito, una fundita o una caja, varios juguetes o cosas sencillas; pedile que saque uno y diga ¿qué es?, ¿cómo es?, ¿para qué sirve y cómo hace?.

Repetilo varias veces, utilizando distintas cosas. Podés hacer lo mismo enseñándole láminas o fotos sencillas de objetos y animales, por ejemplo, un avión, un tren, un reloj, un gato, un caballo, un conejo, verás cómo le gusta y mucho más si después juegas con ella o él a que imite los movimientos y sonidos de los objetos y animales que miró.

- Un juego que le resultará también divertido y que podés hacer con facilidad es “al juguete que se perdió”. Consiste en colocar tres o cuatro cosas ante su vista para que los toque, los mire bien y diga qué son; después le pedís que cierre sus ojitos, quitas una cosa y debe decirte cuál falta. Puedes repetir el juego cambiando las cosas.
- Un títere despierta en las niñas y niños alegría y deseos de hablar. Haz que este se mueva y pregúntale, como si fuera el muñeco quien le hablara, su nombre, el de su papá, el de su mamá, qué hacen, dónde están y otras cosas por el estilo.
- Continua enseñándole canciones para niñas y niños, versos y rimas sencillas para que la niña o niño las aprenda y las repita. Hacelé también pequeños cuentos y pregúntale quiénes eran y cómo eran los personajes principales del cuento. Esto, además de proporcionarle alegría, le ayuda a que aprenda más palabras y las utilice.
- A la niña o niño le encanta hacer globitos y burbujas de jabón. Esto es fácil de realizar, solo necesitas un vasito plástico con agua y jabón y un arito de alambre fino. Al soplar, se

harán globitos o burbujas y ella o él jugará con ellos. Esto le permite realizar movimientos con su boca y su lengua, que le ayudan también a desarrollar su lenguaje. Debes tener cuidado que no tome el agua con jabón.

Como habrás observado, ya tú niña o niño es capaz de hacer cosas bastante difíciles, como tapar y desatar frascos, llenar cajas o baldes con palas, “pescar” cosas que flotan..., estas además de alegrarte, contribuyen a desarrollar su inteligencia, por eso:

- Preparale un balde, una pana, una olla o cualquier otro traste con agua en el que floten cosas pequeñas de madera, o plástico, para que ella o él los “pesque” con un colador o un cucharón. Con el cuidado de un adulto.



Si es posible, búscale un poco de arena, o algo parecido, para que llene baldecitos utilizando una pala o cuchara grande. Si tenes un martillo de juguete o que pese poco, o algo similar, dáselo, contigo presente, para que aprenda a martillar.

- Aprovecha cuando se te caiga una cosa debajo de un mueble para que ella o él te ayude a recogerlo; si no puede hacerlo directamente con su mano, pídele que busque algo o dale vos un palo u otra cosa y que ella o él escoja lo que mejor le sirve para alcanzarlo.

ESTIMULANDO SU INTELIGENCIA:

Hacer “construcciones” y armar rompecabezas, son cosas que gustan mucho a tu niña o niño y le ayudan a desarrollar su pensamiento y su imaginación. Para ello:

- Ofrecele cajitas o cuadros de madera o plástico, otros cosas de armar y pedile que construya torres, puentes, caminitos, casitas.
- Dividele una lámina sencilla en dos o tres partes a modo de un rompecabezas y decile que lo arme; al principio tendrás que ayudarle un poco o enseñarle directamente.

Ya en estos momentos es importante que tu niña o niño empiece a aprender que las cosas tienen forma, color, tamaño. Vos podes enseñarle con actividades como estas:

- Juega a que entre varias cosas busque uno que sea de igual color al que vos le enseñaste. Para eso, podes utilizar diferentes juguetes, fichitas plásticas, florecitas, hojitas y otras cosas que vos tengas o puedas encontrar.
- Enseñale una cosa o juguete y pedile que te busque uno que sea de igual forma (no importa el color). Mucho mejor sería si usas para esto figuras como círculos, cuadrados, triángulos, rectángulos y rombos. La niña o niño aprenderá con más facilidad. Esto lo puedes hacer con cartón, cartulina o portadas de revistas.

- No le pidas que te diga el nombre de los colores y mucho menos el de las formas, esto todavía no es necesario, solamente que te busque el que es igual.
- Podes jugar también a que te diga cuál es el más grande, cuál es el más pequeño y cuál va en medio. Para esto le mostras, por ejemplo, tres pelotas, tres muñecos, tres lápices, tres piedras. Despues podes pedirle que las ponga en orden: de mayor a menor y al revés.

ESTIMULANDO SUS SENTIDOS:

- Sigue siendo importante que tu hija o hijo se oriente y pueda, sin ver, saber de dónde viene un sonido; esto ayuda a desarrollar su oído. Por eso:
- Juga con ella o él a “las escondidas”, esto le encanta; escóndete, sin que te vea, y llámale para que te busque. Podes hacer lo mismo escondiendo una cosa que suene o que vos haces sonar, para que ella o él lo encuentre. Siempre debe ser en lugares cercanos y que no ofrezcan peligro.

CUIDANDO SU SALUD Y ALIMENTACIÓN:

- Tu niña o niño ya puede comer todo tipo de alimento, aunque debes evitar el exceso de condimentos, de sal y picantes, y no abusar de las comidas fritas. Recordá no darle comida chatarra de esa que viene en bolsas plásticas y en latas. El niño o niña debe tener su plato, cuchara y vaso.

Ofrecele los vegetales preferiblemente crudos y las frutas en estado natural, porque así se aprovechan sus vitaminas y minerales. Es importante que no hables delante de la niña o niño de los alimentos que no te gustan, bríndaselos todos con agrado.

- Ya tú niña o niño come solo, celébralos cuando lo haga bien.
- Recordá llevarlo a la unidad de salud para vigilar su crecimiento y desarrollo, completar su esquema de vacunas.
- Enséñale a masticar despacio y con la boca cerrada.

Cuidando su sueño:

- A esta edad la niña o niño debe dormir una siestas durante el día. Recuerda todo lo que debes hacer para favorecer que su sueño sea tranquilo.

Cuidando su limpieza e higiene:

- Trata de que la niña o niño participe activamente en su limpieza y en su baño. Enséñale a lavarse las manos con agua y jabón, y la cara solita o solito, a secárselas con su toalla. La limpieza de los dientes es fundamental para mantenerlos sanos, cepíllaselos diariamente y permite que ella o él también tome el cepillo, logrando que esto se vuelva un hábito.

No olvides las recomendaciones que te hemos dado para evitar accidentes, ya que a medida que la niña o niño crece se hace más in-

dependiente y aumenta el peligro, tanto en el hogar como fuera de este.

Continúa mostrándole todo tu amor

Observa qué puede hacer tu niña o niño al acercarse a los tres años, si hay algo que no ha logrado o aún realiza con inseguridad, busque ayuda en su unidad de salud.

INDICADORES / FORMAS DE VER AVANCES			
	Si	No	En proceso
Comprende lo que se le dice y se expresa utilizando un mayor número de palabras			
Imita acciones sencillas que realizan los adultos			
Corre con seguridad			
Puede saltar con los dos pies al mismo tiempo o con uno primero y el otro después			
Selecciona un objeto igual a otro, por su color o por su forma			
Construye una torre, un caminito o un puente, con más de tres bloques o cajitas			
Hace rayitas o garabatos sobre una hoja de papel			
Sostiene el vaso y la cucharita con firmeza			
Avisa cuando quiere orinar y hacer pupú			
Dice adiós para despedirse			
Acepta la relación con otras personas aunque sean desconocidas, en compañía de padres y tutores			

**CARTILLA
DE EDUCACION
TEMPRANA**

No. 7

**ORIENTACIONES
DE TRES
A CUATRO
AÑOS**

■ **¿Cómo es tu niña o niño de tres a cuatro años?**

La pequeña o pequeño a esta edad ya se va haciendo grandecita o grandecito, quiere moverse constantemente y realizar acciones heroicas.

Ya puede correr con seguridad hacia diferentes lados, puede dar saltos y hasta trepar. Intenta vestirse y abotonar su ropa. Puede comer utilizando el tenedor o la cuchara y lavarse las manos e "ir al baño" solo, sola.

El color, la forma y el tamaño de las cosas le llaman mucho la atención, empieza a diferenciarlos y, con frecuencia, aunque se equivoque, se refiere al nombre de los colores. Puede reconocer las cosas por sus sonidos y le gusta imitarlos; en sus pláticas incluye hechos inventados por ella o él.

Repite algunas rimas y canciones sencillas.

Muestra curiosidad por todo lo que le rodea y muchas veces, pregunta el por qué de las cosas. Siempre está diciendo ¿porque? Por ejemplo ¿papá porque sos mas grande que yo?, el papá responde y le dice, porque tengo mas años que vos, el niño o niña le vuelve a preguntar y ¿porque tenes mas años que yo?, el papá responde porque naci antes que vos, el niño y niña vuelve a preguntar y ¿Por qué naciste antes que yo? Y así hasta el cansancio, pero no debemos cansarnos, debemos procurar responderle siempre con paciencia.

Quiere conocerlo todo, saber su nombre y para qué sirve.

En sus juegos hace como si fuera el papá, la mamá la doctora, el enfermero y para ello utiliza un palito como si fuera el termómetro o un vasito como si fuera el depósito de la vacuna.

Ella o él trata de complacer a las personas mayores y cumplir las cosas que ellos dicen y empieza a formarse una idea de lo "bueno" y de lo "malo". En ocasiones puede culpar a otros de lo que ella o él mismo hizo. Comienza a compartir sus juguetes con otras niñas y niños, mostrándose a ratos cooperativos y a ratos "egoísta". Hay que profundizar las enseñanzas para que se convierta en una persona solidaria, cooperadora y socializada.



■ **¿Qué debes hacer para que tu niña o niño crezca y se desarrolle sano y feliz?**

**ESTIMULACIÓN AFECTIVA:
DALE CARIÑO Y AMOR**

A la niña o niño de esta edad, como a toda persona, le gusta que le quieran y se lo demuestren. Cariño es también comprensión, paciencia. Ayudale a sentirse alegre, feliz.

- Hacéle entender con tus palabras, sin gritos, lo que puede y lo que no puede hacer, explicándole el porqué. No le permitas un día lo que en otro momento le has prohibido. Aunque es pequeño, o pequeña acostúmbrate a hablar y razonar con ella o él, pues poco a poco va entendiendo.
- Alabale cuando hace algo bien, por sencillo que sea, y préstale ayuda sólo cuando la necesite. No te impacientes cuando cometa errores, ella o él está aprendiendo.
- Enseñale con cariño a respetar lo ajeno. Ella o él debe aprender que algunas cosas le pertenecen y otras no.
- La niña o niño de esta edad, cuando se cansa, tiene sueño, hambre o quiere algo, a veces, manifiesta su malestar con “pataletas”, (llora, se tira al suelo, grita, patea). No pierdas la calma; sin gritos, pero con firmeza trata de hacerle entender.
- Si no reacciona, no insistas en explicarle en ese momento, pues no te entenderá, pero tampoco accedas, por la presión de sus lágrimas, a darle lo que te pide y no puede ser. No permitas que esto se convierta en su forma de obtener lo que desea.
- Dale “tareas” a tu niño o niña para que sienta que coopera en las labores del hogar. Pedile que lleve los platos, vasos, cucharas para la mesa, que doble sus ropitas, por ejemplo; así, ayudas a desarrollar en ella o él sentimientos positivos de ayuda en la casa. Celébralo cuando lo haga.
- Continua enseñándole formas de comportarse que lo ayuden a relacionarse mejor con sus amiguitos y amiguitas y con las personas adultas que le rodean. Recordale que salude, se despida, que dé las gracias al recibir algo o utilice “por favor” para pedir lo que quiere.
- Tú niña o niño imita todo lo que hacen y dicen las personas próximas a ella o él, de ahí que los miembros de la familia deben cuidar de no hablar en voz alta, no expresarse con palabras y gestos inapropiados y evitar las discusiones y las malas palabras.
- Estimulalo a que intente vestirse “solita” o “solito”, que trate de abotonarse la camisa, la bata, ponerse el pantalón y comenza a enseñarle a atarse el cordón de sus zapatos. Felicitale cuando trate de hacerlo.
- El juego es la actividad que más atrae a la niña o niño y es muy importante para su crecimiento o desarrollo. Si dedicas algunos momentos del día para jugar con ella o él, lo harás muy feliz. Pueden jugar juntos “al trencito” o a “los escondidos”; si le haces un barquito de papel para que lo ponga a navegar en la corriente de la lluvia.
- Ya sabes cuánto le gusta imitar a las personas mayores: taconeá con los zapatos de mamá, se pone sus collares o la gorra de papá y hace como si manejara la moto; jugando, hace “de mentiras” lo que aún no puede hacer de verdad.
- La niña o niño necesita jugar. En la casa hay cosas que ella o él puede utilizar como juguete. Por ejemplo, un lapicero puede servir de termómetro para saber si la muñeca “tiene calentura” y también puede servir como jeringa para inyectar o de cuchara para darle la medicina; en el juego todo esto es posible. Por eso búscale distintas cosas, como pedacitos de tela, vasos vacíos y proponele que los use cuando juegue. Esto, además, ayuda al desarrollo de su imaginación y de su pensamiento.
- Recorda que a tu niña o niño le encanta jugar con otras niñas y niños, aunque no sean de su misma edad ni de su mismo sexo. Enseñale cómo compartir sus juguetes.

- Trata de encontrar un espacio en la casa que esté limpio y libre de peligros, donde tu hija o hijo pueda jugar. Búscale también un lugar donde pueda tener sus juguetes y todo lo que le sirva para jugar, y pedile que los recoja cada vez que termine, así lo acostumbras a ser ordenada u ordenado.
- No olvides que los juguetes son para jugar y no para adornar la casa; no le impidas que los use, pero acostúmbralos a que los cuide, porque si los rompe no podrá jugar con ellos otra vez.
- Si colocás láminas con dibujos y figuras dejálas a la altura de tu hijo o hija.

ENSÉÑALE A AMAR LA MADRE TIERRA

- El amor por la naturaleza es algo que debes continuar desarrollando en tu hija o hijo. Haz que tu niña o niño observe los animales y las plantas. Que te diga cómo son, que aprecie sus diferencias. Hablale, por ejemplo, de que las flores son bonitas y nos alegran con su belleza, que los árboles nos dan protección del sol, con su sombra, y que hay otros que además nos dan sus frutos.

ENSÉÑALE A APRECIAR LA COMUNIDAD

- Mostrale a la niña o niño diferentes servicios de la comunidad donde vive: la farmacia, el puesto o centro de salud, el correo y explícale lo importante que es para todas las personas lo que ellos hacen.

ENSÉÑALE A AMAR LOS SÍMBOLOS PATRIOS

- Ya la niña o el niño conoce su bandera. Enséñale a mostrar respeto y

amor hacia ella y al escuchar el Himno Nacional.

- Recordá siempre enseñarle con el ejemplo, con tus acciones muestra vos que amas a la madre tierra, la comunidad y los símbolos patrios.

ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA Y DEL CUERPO, PARA ELLA DESARROLLA LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES:

¡Cuánta alegría te dará ver cómo tu hija o hijo habla y expresa sus ideas! Tu niña o niño se ha convertido en una verdadera "lorita". Con la diferencia que ella o él entiende lo que dice. Escúchale pacientemente y estimúlale. Para eso:

- Si tiene televisión evite que la niña o niño pase mucho tiempo viéndola y controle los programas que ve.
- Enséñale ilustraciones de libros, revistas, fotos, cartillas invitale para que te hable sobre



ellas. Pregúntale: ¿qué es?, ¿cómo es? ¿te gusta?, ¿por qué?

- Decile cuentos sencillos que te contaron tu papá, mamá, abuela o abuelo o que has leído o creados por vos, con la ayuda de algunas láminas o de dibujos que vos hagas, serán más atractivos y podrá comprenderlos mejor. Pregúntale como se llamaban los personajes y qué fue lo que pasó, así te darás cuenta si tu niña o niño entendió.
- Estimulale para que te diga rimas, adivinanzas, poesías y trabalenguas sencillos. Cántale canciones infantiles y pídele que las repita. Invítale a acompañarte con palmadas, con el sonido de las vainas de malinche, con dos palitos como si fueran las claves.

Le va a resultar divertido realizar juegos como los que a continuación te sugerimos. Estos, o los que se te puedan ocurrir, ayudarán a que tu niña o niño hable cada vez mejor.

- Decile el nombre de un animalito para que ella o él te diga el de otro; vos le dices "gato" y él te dice "perro". Podes jugar, también a decir nombres de personas o de parte de la ropa, zapatos, pantalón, etc.
- Invítale a decir "secretitos", vos le dices uno y luego ella o él te dice otro.
- Enseñale un títere o un muñeco, cambia tu voz y háblale como si fuera el muñeco quien hablara, dile cosas que le interesen para que ella o él las responda. Despues dale el títere y dile que ese es su amiguito, que converse con ella o él.

Seguí enseñándole a imitar sonidos, pero ahora poneselos un poco más difíciles; esto le gusta y lo divierte. ¿Cómo hace el trencito? CH, CH, CH,



pero cuando arranca hace AAAA-CHCHCH; luego, cuando avanza, CHCHCHAAA, y cuando va muy rápido hace AAACHCHCHAAACHCHCHA-AA. Puedes repetir este juego con otros sonidos. El mundo de las cosas se abre ante tu niña o niño como algo maravilloso. Cada día descubre algo nuevo, cada vez distingue mejor las diferencias de forma, color, tamaño, y textura que hay entre ellos. En todos estos descubrimientos tu participación es decisiva. Para eso:

- Jugá con la niña o niño a "encontrar los iguales", le resultará divertido e irá aprendiendo a diferenciar los colores y las distintas formas. Enséñale algo de un color y pídele que busque otra cosa de ese mismo color, repite el juego con los diferentes colores, cuando ella o él logre hacerlo solo pedile que ponga juntas las cosas del mismo color. Así, por ejemplo, podrá agrupar un lápiz, un peine o cualquier otra cosa, que sean todos azules.

Para ayudarle a reconocer las formas, te recomendamos jugar a "qué hay en el saquito maravi-

llosos”, donde previamente hayas colocado figuras de triángulos, círculos, cuadrados, rectángulos, de diferente color y tamaño. Pídele al niño o niña que meta la mano en el saquito, las toque, las saque y vaya juntando todas las que tienen la misma forma. Recorda que vos podes crear las figuras con cartón, cartulina, portadas de revistas o periódicos.

- Pedile que ordene por tamaño diferentes cosas: muñecas, pelotas, carritos, tacitas, etc. También le resultará entretenido hacer esto con piedras, naranjas, papas, cajitas, lo importante es que logre colocarlas de mayor a menor y de menor a mayor.
- También podes darle una caja con varios botones y pedirle que saque todos los grandes; de esta forma, ella o él establece una diferencia entre lo grande y lo pequeño. Si le resultara difícil enséñale a compararlos colocando uno al lado del otro.
- Presentale varios objetos (cinco o seis), deja que los mire bien, y que te diga qué es cada cosa. El juego consiste en que ella o él cierre los ojos, momento que vos aprovechas para quitar uno y ella o él tiene que decirte cuál falta. Con este juego contribuís a ir desarrollando su memoria.

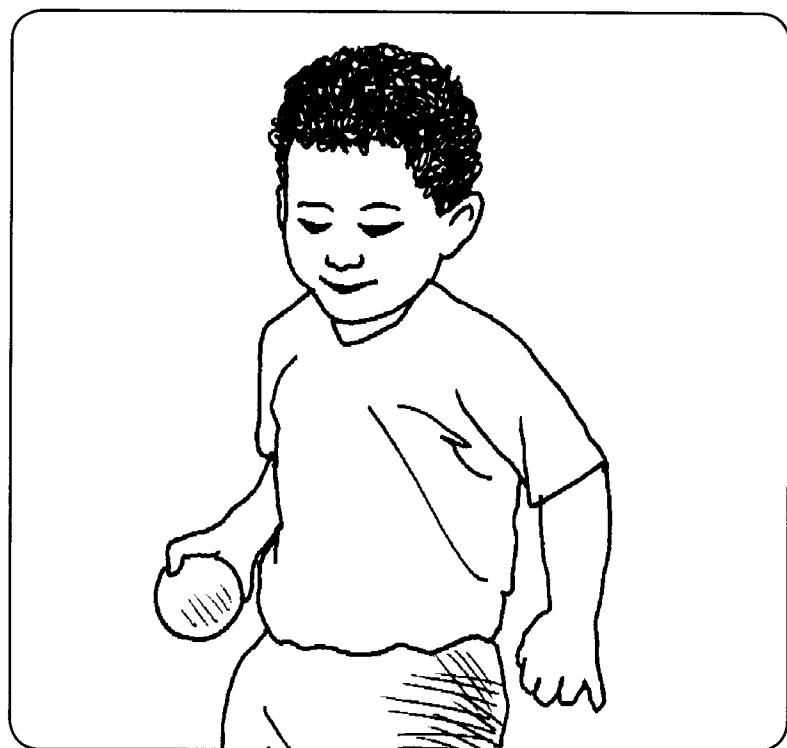
El pensamiento y la imaginación también se desarrollan con actividades como estas:

- Entregale piezas de madera de diferentes formas, cajitas, etc., para que continúe realizando las construcciones que desee; este juego es de su preferencia.
- Continuá haciéndole rompecabezas para que ella o él los arme. Toma láminas de colores vivos y figuras bien definidas, con cosas que

ella o él reconozca y hacele tres o cuatro cortes, para que quede dividida en piezas. Recorda que es posible que en un inicio necesite tu ayuda, aunque muy rápidamente será capaz de armarlo solo.

Al hacer estas y otras actividades, la niña o el niño puede utilizar su mano izquierda, no te preocupes, no se lo prohíbas, eso no le hace daño.

- Dejá que corra libremente, que salte, se tire de muritos, etc. Todos estos juegos hacen que sea más fuerte, más saludable y tenga buena disposición para realizar otros juegos “más reposados”.



La pelota sigue siendo uno de los juguetes preferidos de tu niña o niño, cuando juegues con ella o él propícale que la tire con una mano y luego con la otra.

- Jugá a caminar por una línea, píntasela con ceniza o márcasela con un mecate o hilo grueso para que ella o él camine sobre ella como en la “cuerda floja”. Puedes sugerirle este juego cuando vas de paseo, utilizando las rayas de las aceras.

Le resultará divertido pasar por debajo de vos “gateando” de un lado a otro.

- El “cochecito” es un juego que le encantará. Colócate una cuerda o mecate en la cintura, dale las puntitas como si fueran las riendas, vos corres suavemente y ella o él va detrás de vos; luego pueden cambiar, ella o él será el caballito y las riendas las llevas vos.
- Estimulale a que pase por encima de cuerdas o mecates amarrados a muebles o mesas como si fuera un perrito.
- Sus manos cada día se mueven más rápidas y se hacen más ágiles. Por eso:
- Ofrecele lápices o crayolas para que dibuje libremente. No lo presiones para que te diga de antemano qué va a dibujar, déjale, después te dirá en qué consiste su “obra”; no importa que su dibujo no sea preciso o exacto, es posible que vos no veas lo que para ella o él está claro.
- Enseñale a “recortar con la mano”, es decir, a que rasgue pedacitos de papel; le gustará mucho adornar un dibujo con esos pedacitos o guardarlos en una cajita como “confites” para la piñata de su cumpleaños.
- Pedile que con el dedo pulgar (el dedo gordo) toque todos los restantes dedos de sus manos, primero con una mano y luego con la otra.

ESTIMULACIÓN DE LOS SENTIDOS: OÍDO, VISTA, OLFATO.

A tu niño o niña se le va desarrollando, cada vez más, el oído, el olfato y el gusto. Por eso:

- Ponele a escuchar y luego imitar el sonido de juguetes y objetos conocidos: pitoreta, teléfono, carros que chocan, lata que se cae. También podes colocarte detrás de una puerta o cortina y producir con tu boca o alguna cosa, alguno de los sonidos de los objetos mencionados para que ella o él te diga, qué suena así.
- Jugá a “adivina, adivinador” con el olor y el sabor de diferentes alimentos; pedile que cierre los ojos, pruebe o huele alguna fruta, verdura o dulce y te diga qué es. Si se equivoca no importa, verás como poco a poco los irá reconociendo y disfrutará muchísimo.

Cuidando su salud

La limpieza de los dientes después de cada comida y el lavado de las manos antes de comer cualquier alimento, así como después de orinar o hacer pupú, son buenas costumbres que contribuyen a mantener la salud de tu hija o hijo. Insiste con cariño y paciencia hasta que ella o él lo haga por sí mismo en todas estas ocasiones.

- Recordá enseñarle con el ejemplo que ella o él te vea haciendo lo mismo.
- Tu hija o hijo a esta edad debe dormir al menos una siesta al día.
- Recordá que no debe ver programas o películas que no pueda comprender, o que, le puedan ocasionar inquietud; miedo e insomnio.

La hora de la comida debe ser un momento agradable para tu hija o hijo. No le grites, no lo obligues, no se la relaciones con el juego, ni le hagas cuentos para que coma. No le presentes los alimentos mezclados, ya ella o él puede aprender a usar el tenedor o la cuchara, déjale que lo haga

por sí misma o por sí mismo y sólo mostrale cómo hacerlo, si fuera necesario.

- Recorda que es importante agarrarle bien por la mano al cruzar la calle o el camino y que ya podes comenzar a enseñarle los cuidados que debe tener en estos momentos: mirar bien a ambos lados, para ver si viene algún carro, bicicleta, caballo, carretón y nunca cruzar la calle o el camino corriendo.
- Cuida siempre que el lugar donde juega tu niña o niño esté libre de cosas peligrosas y que en la casa los vasos de vidrio, los medicamentos y las sustancias tóxicas o venenosas estén fuera de su alcance.

Siempre hay que llevar a la niña o al niño al centro o puesto de salud para vigilen su crecimiento y desarrollo y complete su esquema de vacuna.

Continúa mostrandole todo tu amor

Observa qué puede hacer tu niña o niño al cumplir cuatro años. Si hay algo que no ha logrado o aún

INDICADORES / FORMAS DE VER AVANCES			
	Si	No	En proceso
Mantiene pláticas sencillas			
Juega con sus amiguitos y amiguitas en forma amistosa			
Se relaciona bien con adultos, niños y niñas conocidas			
Corre libremente con seguridad			
Salta con más seguridad			
Ordena tres objetos por su tamaño			
Arma rompecabezas sencillos de dos a cuatro piezas			
Juega utilizando algunas cosas como si fueran otros (palito por peine, hojitas por dinero)			
Se viste y desviste por sí solo aunque a veces necesita ayuda			
Puede amarrar los cordones de sus zapatos y abrochar botones medianos			
Se expresa bien con frases cortas; puede decir lo que vio en sus paseos			
Repite cuentos y poesías cortas			

realiza con inseguridad, busque ayuda en su unidad de salud.

A esta edad tu niño o niña puede ingresar a su nivel de pre-escolar.

**CARTILLA
DE EDUCACION
TEMPRANA**

No. 8

**ORIENTACIONES
DE
CUATRO
A CINCO
AÑOS**

■ ¿Cómo es tu niña o niño de cuatro a cinco años?

La niña o niño de esta edad ya coordina mucho mejor los movimientos de su cuerpo, corre, salta, tira y recibe la pelota con más seguridad.

Cada vez es más independiente y puede hacer por ella o él mismo muchas cosas que antes requerían de tu ayuda; se viste y desviste y hasta puede bañarse solo o sola.

Ya decide a qué va a jugar y busca los juguetes y cosas que utilizará; se pone de acuerdo con otras niñas y niños para hacerlo y comparte los juguetes con ellas y ellos. Muestra gran interés por los juegos de personajes imaginarios o inventados.

Conoce mucho mejor las cosas, puede compararlas y diferenciarlas por su forma, color y tamaño, e incluso, puede decir el lugar que ocupan en el espacio: si están arriba, abajo, cerca o lejos.

Pregunta con insistencia por la causa de algunos hechos; ¿por qué?, ¿cómo?, ¿para qué?, son preguntas que continuamente hace. Cada vez que las haga debemos responderle con paciencia, de forma clara, sencilla y a cada cosa con su nombre.

Expresa con claridad sus ideas, relata pequeños cuentos, se sabe canciones, rimas, poesías y le gusta decirlas.

Le agrada ayudar a las personas que conoce y cumple con gusto algunos encargos sencillos que le pidan en el hogar. Disfruta con la compañía de otras niñas o niños y aprovecha todos los momentos para jugar con ellas y ellos.

■ ¿Qué puedes hacer para que tu niña o niño crezca y se desarrolle sano y feliz?

ESTIMULACIÓN AFECTIVA: DALE CARIÑO Y AMOR

Tu niña o niño va creciendo y, poco a poco, va aprendiendo a actuar correctamente. Ten paciencia y comprensión, enseñale con amor.

Bríndale afecto, enseñale a comportarse bien, a jugar

- Háblale en un tono de voz suave, mostrale tu cariño. Cuando quiera algo que no podas dárle o hace algo mal, no le grites ni lo castigues, ni le pegues, eso le altera y le causa inseguridad, temor. Expícale por qué no puede hacer lo que él desea.
- No lo engañes prometiéndole algo que sabes que después no podrás cumplir, esto lo defrauda, lo pone triste.
- Tu niña o niño desea jugar con sus amiguitas, amiguitos; ayudale a lograr que esta sea una experiencia agradable para ella o él. Enseñale



a prestar sus juguetes y a compartir con otras niñas y niños. Así, irá aprendiendo que las cosas no pueden ser sólo para ella o él y también a relacionarse con otras niñas y niños de su edad.

- Ya tu pequeña o pequeño puede hacer muchas cosas de forma independiente. Déjale que las haga aunque se equivoque; ayúdale si es necesario.
- Enseñale formas positivas de comportarse, como son: ayudar a los demás; tener buenas relaciones con las personas; recoger algo que se ha caído; acariciar a una niñita o niñito que llora; lavar y guardar los platos y vasos después de la comida, con ayuda. Saludar, dar las gracias. Apláudele, bésale cada vez que lo haga; destaca que ella o él es una niña o niño buena o bueno y por eso, es más linda o lindo. Esto contribuye a que en otro momento vuelva a hacer lo mismo para recibir tu reconocimiento y el de la familia.
- Tú niña o niño tiene gran afán por conocer. Le llama la atención su propio cuerpo, es posible que, en ocasiones, toque o juegue con su pene o vulva o con el de otra niña o niño. No lo regañes, ni le digas que es malo; distrae su atención, invítale a jugar o a que haga algo que le guste mucho.
- Ya sabes que jugar es muy importante para tu niña o niño, no solo por la alegría que le produce, sino porque jugando aprende, crece y se desarrolla más.
- Aunque conoce varios juegos, vos podés enseñarle otros como: El gato y el ratón y La gallinita ciega. La pájara pinta y Doña Ana, son rondas infantiles que los hacen disfrutar mucho y, a la vez, compartir con otras niñas y niños.
- Jugar a lo que hacen las personas adultas sigue siendo una de las preferencias de la niña



o niño. Vos podés jugar con ella o él “a la doctora”, “al vaquero”, “a la escuelita”, “al albañil”.

Pregúntale siempre ¿a qué vamos a jugar? Déjale que ella o él decida. Con algo de imaginación y muy pocas cosas ella o él puede ser “la doctora” y vos, el enfermo. En sus manos un pedacito de papel se convierte en el dinero y unas hojitas secas, en los frijoles que te vende.

Cuando participes en sus juegos, además de darle satisfacción, le estimulas a buscar ideas nuevas, a tener iniciativas, y así, sus juegos serán cada vez mejores.

- Además de estos juegos, te recomendamos otros con bloques, cajas, pelotas, mecanes y otros materiales. Estas actividades ayudarán a tu niña o niño a crecer y desarrollarse.
- Trata de buscar en la casa un lugar para que juegue y otro para guardar sus juguetes. Insistí en la costumbre de recogerlos cuando termine.
- Recordá que los juguetes son para jugar y no para servir de adornos, pero enséñale a que los cuide.

ENSÉÑALE A AMAR LA MADRE TIERRA

La naturaleza, fuente infinita de riquezas, de vida y belleza, es, además, fuente de desarrollo del pensamiento y los sentimientos de tu hija o hijo.

- Comenta con ella o él cómo son las plantas y los animales que le rodean, dónde viven y, algo muy importante, háblale de la necesidad de atenderlos, cuidarlos y tratarlos bien.
- Crea las condiciones para que ella o él tenga un lugar donde pueda sembrar y cuidar sus propias plantitas.
- Cada día, tu niña o niño querrá saber algo nuevo: ¿por qué llueve?, ¿de dónde sale el agua del mar?, ¿por qué se seca la plantita? Tu respuesta debe ser clara y sencilla, para que pueda comprenderle. No desatiendas su curiosidad.



- Haz que tu niña o niño se recree ante la belleza de una puesta de sol, de los colores del arco iris. Invítale a que se fije en el movimiento de las hojas y de las flores. Así, irá aprendiendo a amar el lugar donde vive.

ENSEÑARLE A AMAR LOS SÍMBOLOS PATRIOS

- Continúa desarrollando en tu niña o niño el amor y el respeto por la bandera y el Himno Nacional. Tu ejemplo es muy importante.

ENSEÑARLE A AMAR LA COMUNIDAD

- Cuando pasees con ella o él, aprovecha para comentarle el trabajo que realizan las personas que vean: el médico, la enfermera, el que recoge la basura, el que siembra, el farmacéutico, la maestra. Destaca el valor que tienen estos trabajadores y trabajadoras, y cómo todos necesitamos de su trabajo, por lo que debemos respetarles.

Recordá siempre enseñarle con el ejemplo que ella o él te vea amando todo lo que te rodea, a tu comunidad y a tu patria.

ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA Y DEL CUERPO, REALIZA ACTIVIDADES COMO:

Ya tú niña o niño habla bien, por eso es importante ahora que le des muchas oportunidades de que exprese sus ideas. Para ello:

- Estimulale a que diga todo lo que desea y escúchale siempre con atención; así, aprenderá también a escuchar. Trata de que diga todo lo

que hace, que cuente a sus familiares lo que ve en sus paseos.

- Hacéle cuentos cortos y sencillos que pueda comprender y pedile, a su vez, que te diga cuentos; pueden estar basados en dibujos o láminas, o totalmente inventados por ella o él; deja que dé rienda suelta a su imaginación.
- Continúa enseñándole poesías, rimas, trabelenguas y adivinanzas sencillas, ya sabes cómo favorecen el desarrollo de su habla o lenguaje.
- Cuando le cantes, aprovecha para acompañarte con palmadas, con vainas de malinche, con porras, vasos o algún instrumento musical que esté a tu alcance. Pedile que ella o él también lo haga.
- Decirle que imite algunos sonidos con su voz; los que produce el agua al pasar de un vaso a otro, al cepillar los zapatos, al hojear las páginas de un libro, y otros que se te ocurran.
- Jugá con tu niña o niño a la entrevista. Utiliza cualquier cosa como si fuera un micrófono y hazle preguntas para que te responda, como en un programa de televisión o radio. Luego, proponerle que sea ella o él quien te pregunte a vos.

Continua utilizando títeres o muñecos para estimular que platicue.

Conocer y diferenciar con precisión el color, la forma, el tamaño de los objetos, los sonidos que estos hacen y su textura, ayudan a la niña o niño a guiarse en el mundo que lo rodea. Para eso:



- Pedile a tu niña o niño que de un grupo de juguetes y cosas diferentes, ponga juntos todos los que sean de un mismo color y luego preguntable, de qué color son. Cuando ya sepa agrupar cosas por su color, dirige su atención a que unos son más claros y otros más oscuros.

Enseñale a que compare, por ejemplo, las hojitas y que ponga a un lado todas las que son verde oscuro y al otro, las verde claro. Puedes hacer lo mismo con florecitas, carretes de hilo, lápices de colores, pedacitos de papeles de colores, y otros. Vas a ver como le gusta esta actividad.

- Ya tú pequeña o pequeño sabe agrupar cosas y juguetes que tienen una forma igual. Ahora, ya podes mostrarle un círculo, por ejemplo, y pedirle que busque a su alrededor cosas que tengan una forma parecida: un reloj, una pelota, un plato. Haz lo mismo con el cuadrado, el rectángulo, el rombo y el triángulo. Así, apren-

de mejor a conocer la variedad de formas que hay en el mundo que lo rodea.

- Jugá con ella o él a colocar, por tamaño, los palitos, piedritas, hojitas, florecitas que hayan recogido en los paseos que dan juntos. Pedile que los ordene de mayor a menor y de menor a mayor. Si no puede hacerlo a simple vista, enséñale a que los compare colocándolas uno al lado del otro.
- Invitale también a que ponga en fila, por orden de tamaño, cuatro muñecas, carritos, o pelotas (pueden ser de papel); cuando lo haya hecho, ofrecele una más pequeñita o una más grande para que la coloque al final, o al principio, según corresponda. Si no sabe hacerlo, enséñale a compararlos y a determinar su lugar.
- Enseñale a diferenciar por el tacto las cosas que son arrugadas, lisas, duras y suaves. Pídele que cierre sus ojitos y dale para que toque un pedacito de madera; preguntale, ¿cómo es, duro o suave? Luego haz lo mismo con un pedacito de plastilina o de pan, y dile: y ahora, ¿es duro? no, verdad, es suavecito. De esta misma forma realiza actividades para enseñarle a que diferencie lo áspero de lo suave y lo liso de lo arrugado.

Cuando lo haya aprendido, podes jugar al “saquito maravilloso”. La niña o el niño mete su manito, toca lo que está dentro y sin verlo, dice si es suave o duro, si es liso o arrugado.

- Jugá también a ¿qué sonó? Mostrale juguetes u objetos que suenen: una guitarra, un tambor, una pitoreta, un muñeco, una pelota, una lata con piedritas, unas llaves, un vaso u otras cosas parecidas y pedile que los toque para que oiga como suenan. Después escóndete detrás de una puerta, por ejemplo, tiras la pelota y le preguntas, ¿qué sonó? Verás lo divertido que estará.



- Enséñale las posiciones que ocupan las cosas en el espacio. Esto también es muy importante para que aprenda a guiarse. Jugá con tu niña o niño ahhh ¿y ahora dónde está? Coloca un muñequito o cualquier otro juguete delante, detrás o a un lado de ella o él y pedile que te diga dónde está. Luego, decile que cierre los ojos, le das una vuelta y preguntale: ¿y ahora dónde está? Verá que el muñequito cambió de lugar con respecto a ella o él; esto le resulta muy divertido.

También pedile que te alcance el camioncito que está debajo de la mesa, la pelota, que está detrás del mueble; o preguntale ¿quién está más cerca de la cocina, vos o yo?

- Construir, dibujar, armar rompecabezas son actividades que, además de ayudar a fijar los movimientos de las manos, contribuyen a desarrollar la inteligencia de la niña el niño. Por eso:

Continua ofreciéndole a tu hija o hijo bloques de madera o de plástico, cajitas, fichas y otros materiales para que construya lo que desee; sugerile que haga casas, puentes, barquitos de diferentes alturas. Así, aprende a relacionar el tamaño de los objetos.

Estimulá para que dibuje lo que quiera, pero pedile que antes te diga lo que va a dibujar; también puedes proponerle que dibuje algo que vos le pidas.

- Enseñale a armar rompecabezas, pero esta vez de cinco o seis piezas. Usa una lámina que tenga más de una cosa, además, un paisaje y recórtale no sólo de forma recta, sino de diferentes formas. Será un rompecabezas bonito.
- Correr, saltar, treparse y tirar la pelota siguen siendo excelentes ejercicios para la salud de la niña o niño, pues ayudan a ser más agiles y dominan mejor su cuerpo.
- Por eso: Pedile a tu pequeña o pequeño que tire, con una mano, la pelota hacia delante a cosas que tiene en frente, también por entre las piernas hacia atrás y hacia arriba. Vas a ver cómo, poco a poco, va a poder recibir y agarrar en el aire una pelota.
- Jugá a rodar una pelota, un vaso plástico, un cono u otra cosa, empujándolo con un pie primero y con el otro después.
- Organizá pequeñas competencias de carreras con tu niña o niño y sus amiguitos o amiguitas. Pueden ser pasando alrededor de juguetes, muebles, árboles, o sobre líneas pintadas en el piso. Vas a ver como disfrutan.
- También le resultará divertido que pongas en el piso un periódico, un cartón, un cojín u otra cosa, para saltar sobre ellos.

Su mano se está preparando, poco a poco, para dentro de unos años aprender a escribir, a pintar

y a crear y a realizar cosas más difíciles. Por eso, debes propiciar que tu niña o niño:

- Corte papeles y los coloque o los pegue sobre un periódico, formando un bonito adorno.
- Recorte con tijeras figuras sencillas de línea recta.
- Haga con plastilina, barro o masa, bolitas, galletas, un muñequito o un animalito sencillo.
- Ensarte o enhebre en una cuerda collares.

Si cuando hace estas cosas tu niña o niño usa la mano izquierda déjale, no se lo impidas, eso no le hace daño.

CUIDA SU SALUD

- Enseñale que cada cosa tiene su lugar. Estimulale a mantener el orden y la limpieza, destacando la importancia que esta tiene para la salud de todas las personas.
- Recordá que no debe ver programas o películas que no pueda comprender, o que, le puedan ocasionar inquietud, miedo e insomnio.
- Continua enseñándole a comer todo tipo de alimento y a que mantenga buenas costumbres en la mesa. Felicitale cuando coma con la boca cerrada, sin derramar los alimentos y cuando use correctamente la cuchara y el tenedor. Recordale también lavarse las manos con agua y jabón antes de comer.

Recordá que los mejores alimentos son las frutas y las verduras y que no debemos consumir comida chatarra que viene empacada en bolsas y latas.

Aunque ya está más grande, el aseo continúa siendo muy importante para mantener la salud de

tu niña o niño. Enseñale que sentirse limpio es una necesidad para ella o él. Decile lo lindo que se ve cuando está bañado, peinado, sus uñas estén cortas y limpias, al igual que sus ropas y sus zapatos. Es importante que insistas en el cepillado de los dientes después de las comidas. Expícale por qué es necesario hacerlo.

- Cuida que tu niña o niño duerma las horas que necesita, por la noche y una siesta diaria (dormida en la tarde). De su descanso depende mucho que se mantenga con energía, disposición y alegre.
- La curiosidad de tu niña o niño por todo lo que le rodea va en aumento; por eso, todas las personas en la casa deben tomar medidas de seguridad para evitar accidentes.
- Continuar enseñándole los cuidados que hay que tener para cruzar los caminos, la calle, el respeto por las señales de tránsito (en donde hay) y el cruzar siempre de la mano con personas adultas. Donde no hay semáforos siempre hay que ver de un lado a otro antes de cruzarse la calle o camino.
- Recorda lo importante que es para la vida de la niña o niño, visitar los puestos y centros de salud. Hazlo todas las veces que sean necesarias. Para la vigilancia de su crecimiento y

INDICADORES / FORMAS DE VER AVANCES			
	Si	No	En proceso
Se viste y desviste y hasta puede bañarse sólito o sólita			
Se alegra cuando juega con otros niños o niñas			
Cumple tareas hogareñas sencillas que le proponen			
Arma rompecabezas hasta de seis piezas			
Compara y agrupa cosas iguales por su forma o por su color			
Puede colocar cuatro cosas ordenándolos por su tamaño			
Corre, salta y trepa con seguridad			
Conversa y se expresa con claridad			
Puede contar bastante bien aquello que le interesa en pasado y presente			
Conoce el lugar que las cosas ocupan en el espacio (arriba, abajo, delante, detrás...)			

desarrollo y completar su esquema de vacunas.

A esta edad tu niño o niña puede ingresar o continuar a su nivel de pre-escolar.

Se constante en mostrarle tu amor

Observa que puede hacer tu niña o niño al cumplir los cinco años. Si hay algo que no ha logrado o aún realiza con inseguridad, busca ayuda en la unidad de salud.

**CARTILLA
DE EDUCACION
TEMPRANA**

No. 9

ORIENTACIONES

**DE
CINCO
A SEIS
AÑOS**

■ ¿Cómo es tu niño de cinco a seis años?

Cuánto ha crecido tu niña o niño y cuántas cosas ha aprendido! Ya está grande y quiere volar libre como un pájaro, pero aún necesita de cuidados y amor.

Sus movimientos son mejores, más firmes, se mueve con elegancia y flexibilidad, que demuestra no sólo al caminar, al correr, sino también cuando dibuja, recorta, rasga.

Ya ella o él lo habla todo, le interesa mucho platicar, decir lo que piensa, conocer por qué sucede una u otra cosa, por eso es que hace tantas preguntas. Habla bastante con vos, con los demás miembros de la familia y con la gente vecina. Ya entiende que hay cosas que puede y debe hacer, y cosas que no puede y no debe hacer.

Se siente útil cuando te ayuda en el hogar; le interesa la opinión de los que le rodean y quedar bien con ellas y ellos.

Se emociona y disfruta con el canto de los pajarracos, con el ruido del río, cuando percibe la belleza de una puesta de sol, los colores de las flores, el olor a tierra mojada.

Es capaz de apreciar las variaciones de la forma, el color, el tamaño de las cosas, así como los cambios de la naturaleza, en las hojas de los árboles, en los pétalos de las flores, en los animales.

Ya presta atención a las actividades sociales que organizan los Gabinetes, Consejos del Poder Ciudadano y Promotoría Social Solidaria, se interesa por participar en las asociaciones de niñas y niños.

Expresa sus deseos de ir a la escuela, de aprender a leer y escribir.

Como tu niña o niño ya pronto va a entrar en la escuela, te damos sugerencias que ayudarán en su crecimiento y desarrollo general y también le preparará para aprender muchas cosas en la vida.



■ ¿Qué debes hacer para que tu niña o niño crezca y se desarrolle sano y feliz?

ESTIMULACIÓN AFECTIVA: DALE CARIÑO Y AMOR

Tu niña o niño ha crecido, pero necesita igual de tu ternura. Cuando lo besas, le sonrías o celebras, estás haciendo que se sienta feliz, alegre, con seguridad.

- La niña o niño debe disfrutar en el hogar de relaciones familiares basadas en el respeto y la comprensión. Ella o él aprende más de lo que ve, que de lo que le dicen.

- La niña o niño puede tener pequeños problemas que para ella o él son grandes. Trata de saber qué le entristece o molesta.
- Si mamá permite lo que papá prohíbe, o al revés, la niña o niño se confunde, ¡pónganse de acuerdo!
- Decile los errores que cometa en el momento que actuó mal, con amor nunca con gritos, fajazos o trompones.
- Estimúlale, felicitale cuando hace las cosas bien.
- Ya tu niña o niño puede hacer las cosas por ella o él mismo, pero tú puedes contribuir a que aún se valga más por si misma o por si mismo, a que resuelva sus propios "problemas".
- Estimulale a que se vista y desvista solo o sola, que se lave los dientes, las manos y se peine. Celébrale por lo bien que lo hace y por lo lindo que se ve. Permitele también que se bañe sola o solo, bien puede hacerlo, pero debes estar presente para ayudarle si lo necesita o recordarle cómo lo tiene que hacer.
- Recordale que debe continuar perfeccionando el manejo de la cuchara y el tenedor, y que ya puedes enseñarle a usar el cuchillo para picar los alimentos. Con cariño y paciencia, repelite en que no hable con la boca llena.
- Promové en tu niña y niño que ayude en labores sencillas como sacudir los muebles, barrer, mantener en orden sus cosas y, ¿por qué no?, pintar las paredes con papá, cuidar a sus hermanitos más pequeños, recoger leña y cuidar y alimentar los animales.



- Es muy importante para tu niña o niño que le atiendas, que le escuches, pero acostúmbrale a esperar su turno para ser atendido, a que no te interrumpa cuando hablas con otras personas.
- Es necesaria la convivencia en paz con otras personas: familiares, vecinos, amiguitos y amiguitas.
- Estimulale que ayude a otras niñas o niños para hacer algo en común, cargar algo pesado, ordenar los juguetes cuando juega; así, se siembran las raíces de la cooperación y la solidaridad.
- Estimulale a compartir sus cosas con los demás, su juguete preferido, un sabroso caramelo. Tu ejemplo es súper importante.
- Recordale saludar, despedirse, dar las gracias.

A tu niña o niño le gusta mucho jugar. El juego es tan importante para ella o él que casi siempre

quiere estar jugando; no olvides que cuando juega aprende y se desarrolla. Por ello:

- Estimulale para que realice juegos en los que corra, salte y cante, como El ratón y el gato, Corre que te alcanzo, Doña Ana, Naranja dulce y Los pollos de mi cazuela.
- Invitale también a cantar y a bailar acompañándose con instrumentos musicales que vos podes hacer; maracas con jícara o latas con piedrecitas, vainas de malinche, flautas hechas de caña de bambú.

Como ya quiere ser grande y hacer lo que hacen los mayores, pero aún no puede, los imita en sus juegos. Ella o él se imagina que es un policía, una maestra en la escuela, un alcalde, una pintora, un tractorista y trata de hacer lo que ellos hacen.

- Cuando tu niña o niño esté jugando, no te límites a mirarlo; juega con ella o él, pero dejalo que tome iniciativas y decisiones. Para jugar con ella o él, vos también debes convertirte en otro personaje. Doctora —le preguntas— ¿qué puedo tomar para el dolor de estómago? Acepta su receta y dale las gracias.

Es probable que en algún momento te le encuentres conversando sola o solo como si fuera el maestro con sus alumnos o la enfermera con sus pacientes. No te burles, recuerda que está jugando y se está desarrollando.

Dale un rinconcito de la casa para que la niña o niño tenga sus juguetes y las diversas cosas que le has dado para jugar: zapatos, fajas, collares, gorra, pedacitos de tela, envases vacíos. Insístele para que los recoja y los mantenga ordenados.

Además del hogar, la niña o niño debe aprender a conocer la naturaleza que le rodea, a cuidarla y a apreciar sus bellezas.

ENSEÑALE A AMAR LA MADRE TIERRA

- Estimulale para que siembre sus propias plantitas, que observe todo lo que pasa cuando las cuida. Que ame los animales, las plantas, los ríos, los bosques, que entienda que es parte de toda la naturaleza.
- Enseñale a cuidar los patios, los jardines o el parque que visitas. Así lo enseñas a respetar la naturaleza, a conservar su belleza.

Enseñale a amar y respetar todo lo que le rodea: la comunidad

La niña o niño está rodeado también de un medio social que empieza por la propia familia. Enseñale a convivir, a conocerle, a amar y a respetar el hogar y las personas que viven allí.



Platicale cómo está formada su familia, que sepa lo que cada uno hace en el hogar y en el trabajo.

Poco a poco, puede ir conociendo dónde vive, los lugares más importantes. Haz que se sienta parte de su comunidad, bien puede ayudar a hacer pequeños trabajos, preparar adornos para las fiestas populares y hasta recitar y cantar en ellas.

Llama su atención sobre los distintos trabajos que realizan las personas más cercanas a ella o él: el panadero, el carpintero, la doctora, la policía, la enfermera, el que cultiva la granja, el maestro. Destaca la labor de estos y el respeto que merecen todas estas personas.

ENSEÑALE A AMAR LOS SÍMBOLOS PATRIOS

El amor y el respeto a la bandera, al himno son sentimientos que debes formar en tu niña o niño. Haz que conozca destacadas figuras de nuestra historia como Rubén Darío, Sandino, Carlos Fonseca, Rigoberto López Pérez y otros héroes de su comunidad. Puede recordarlos brindándoles una flor.

RESPONDE A SUS INQUIETUDES

- Responde a sus preguntas ¿Por qué el Sol se esconde y sale la Luna? ¿De dónde sale el agua del pozo?, ¿por qué la bomba hace que suba? ¿De dónde viene mi hermanito? Estas y muchas otras preguntas se hace la niña o niño en esta edad. Explicale de forma muy sencilla, pero nunca le des respuestas falsas. Si no sabes, averigualo. Lo más importante es que no dejes sus preguntas sin respuesta.
- Desde chiquitas o chiquitos puede hacer algunos "experimentos" ¿Qué pasa cuando se encierra una plantita y no le da aire, sol, ni luz?



Pone una semillita en un algodón húmedo. Obsérvala varios días con la niña o niño para que ella o él diga lo que pasa.

¿Por qué la ropa se seca cuando el Sol calienta?

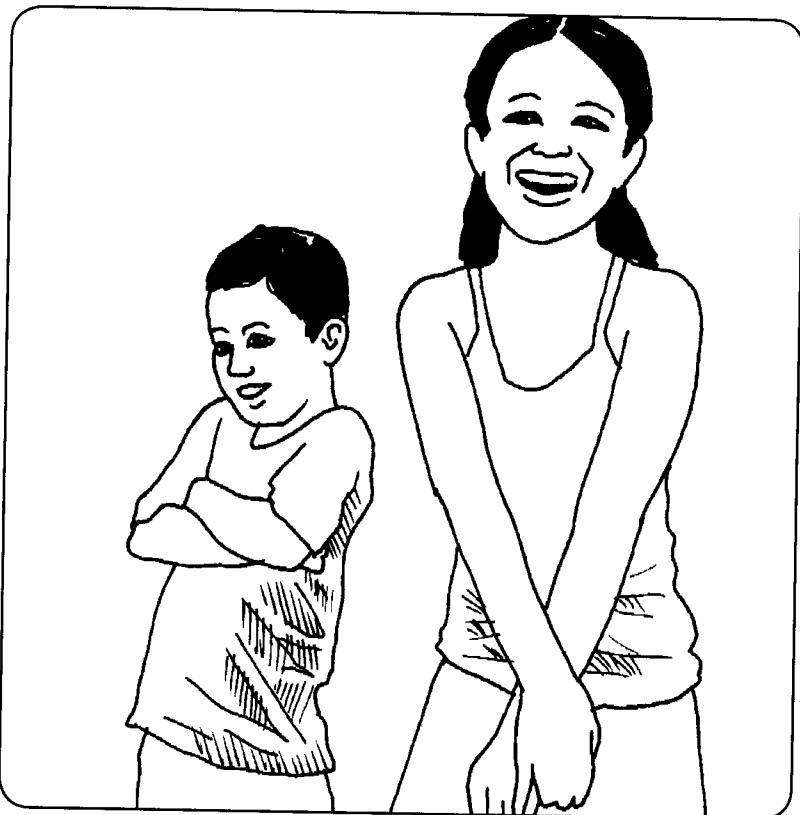
ESTIMULACIÓN DE LA INTELIGENCIA Y DEL CUERPO, REALIZA LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES:

- Ya tú niña o niño conoce la forma, el color, el tamaño de los objetos. Este conocimiento puede servirle para resolver muchas tareas.
- Construye con su ayuda juegos como la chalupa o bingo, de animales, utilizando la forma y el color. Jueguen juntos, esto le gusta mucho.
- Ordenar objetos por el tamaño o por el color, es también una acción que desarrolla su pensamiento.

- Las flores pueden ser todas de un mismo color, pero puede unir las claras y las oscuras para formar un ramo.
- Las cajitas donde guarda semillas, caracoles o piedras, ordenadas por tamaños, quedan más bonitas.
- Cuando ordena los hechos que ocurren en el tiempo los comprende mejor.
- La construcción, el dibujo, armar rompecabezas, recortar y pegar, utilizar semillas, arena, pedacitos de cascas de arboles, hojas secas para hacer adornos, son cosas que toda niña o niño ama. Así, se desarrollan sus manos, su inteligencia y se le ayuda a crear y amar lo bello.

Con bloques de madera o plástico, tablitas, cajitas, fichas y otros materiales, tu niña o niño podrá hacer casitas, edificios, camiones, puentes, trenes, barcos y otras cosas. Resulta una sorpresa lo que pueden hacer cuando se les da un lápiz y papel para dibujar primero lo que va a construir y después, se guían por su dibujo, para hacer la construcción.

- Estimulale para que dibuje lo que ella o él quiere, pedile que te cuente sobre lo que dibujó.
- Con plastilina, barro, arcilla o arena húmeda, puede hacer muchas cosas; deja que de rienda suelta a su imaginación.
- Permitele también que recorte figuras de revistas y periódicos, que juegue con ellas o que las pegue para hacer adornos.
- Puede utilizar hilos, cordones o pedazos de plantas para tejer un bonito adorno.



- A tu hija o hijo le agrada y entretiene armar rompecabezas; ya pueden tener más de seis piezas. Para hacerlos puedes utilizar una lamination y recortarla con líneas rectas y curvas.

El dominio del espacio es algo importante que tu niña o niño pueda lograr. Se trata del espacio real: la zona en que vive, su casa, el patio, la cocina, una hoja de papel.

Todas las relaciones de los objetos en el espacio se las puedes mostrar en la vida diaria, decile:

- Busca el librito que está debajo de la mesa.
- Agarra la camisita que está en la gaveta derecha.
- Dentro del jarrón grande te guardé unos caramelos, búscalos.

Moviéndose en el espacio la niña o niño lo va conociendo. Al caminar entre objetos puede darse cuenta de que un callejón sin salidas lo lleva hacia

adelante, hacia la izquierda, vuelve a bajar, y así una y otra vez.

- Escondele un juguete en el patio o en la sala, y ella o él lo buscará hasta encontrarlo. ¿Cómo lo ayudas? Dibújale un “plano” del lugar.

Un juego que le gustará mucho a tu niña o niño y que le permitirá ejercitarse la relación izquierda derecha con su propio cuerpo es:

Mando, mando que:

- Levantes la mano derecha.
- Levantes tu pierna izquierda.
- Toques tu ojo derecho.
- Toques tu rodilla izquierda con la mano derecha.

Las órdenes pueden variar cada vez que jueguen. Ella o él pueden llegar a dar las órdenes que vos debes cumplir.

Todo lo que la niña o niño ve, hace, piensa y siente puede ahora expresarlo de muchas formas a través de las palabras. Vos debes estimularle. Ya tu niño puede platicar de muchas cosas con vos.

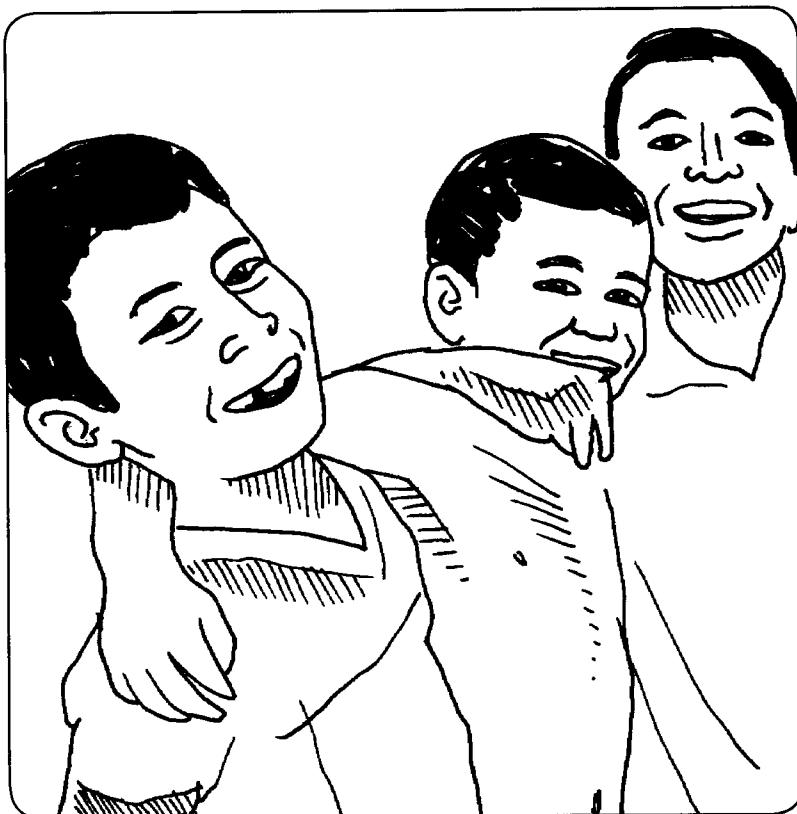
- Preguntale sobre las cosas que hace. Utiliza la pregunta para que te cuente qué ha hecho, qué le gusta o qué quisiera hacer. Estimulale a hablar no sólo en presente (lo que hace), sino también en pasado (lo que hizo ayer) y en futuro (qué hará mañana, el domingo).

La descripción es una forma de desarrollar el lenguaje de tu niña o niño. Muestra un juguete, un animal, una planta y pedile que te diga ¿cómo es?, ¿para qué sirve?, ¿qué le gusta más? También

podes utilizar un dibujo sencillo de un libro para que la observe, te diga qué ve y te la describa.

- Continua haciéndole cuentos y adivinanzas. Enseñale nuevas poesías y canciones nicaragüenses que ella o él podrá cantar o recitar en las fiestecitas, para demostrar todo lo que ya sabe hacer.
- Sugerile ideas. Había una vez una niña o niño que quería volar y... Estimulale a contar qué sigue....
- Tapale los ojos, coloca ante ella o él una piña y dile: es gordita, tiene muchas espinitas chiquitas y una coronita de hojas verdes, además es dulce y acida. Adivina, ¿qué es? Después ella o él puede taparte los ojos, toma un objeto y crear una adivinanza.

Las palabras pueden utilizarse para crear y pensar. Juega con tu niña o niño a formar familia de palabras.



- Dices una palabra y que ella o él diga todas las que se le parecen. Por ejemplo: carreta, carretón, carretilla, carretonero...
- Dicen juntos palabras que riman o que terminan parecido. Por ejemplo: rosa-hermosa-mariposa.
- Dicen palabras que pertenecen a un mismo grupo de cosas:
 - muebles: silla, mesa, ropero;
 - frutas: mango, guayaba, banano, naranja;
 - juguetes: trompo, carro, pelota, matracas, bolero;
- Dices una palabra y ella o él lo contrario: alto-bajo, grande-pequeño, frío-caliente



- Tu niña o niño de cinco años termina ya la etapa preescolar. Ahora todos los movimientos que ha aprendido los puede ejercitar.
- Las competencias de carreras le gustan mucho. Ya puede aumentar la distancia, la velocidad y hasta saltar pequeñas cosas cuando corre.
- Lanzar y tirar las pelotas le divierte. Puede jugar con sus amiguitas, amiguitos, hermanas, hermanos mayores o con papá y mamá.
- Si salta bien alternando los pies, le será muy fácil brincar la cuerda o mecate.
- Invitale a empujar cosas, a batear pelotas. Si se unen dos o tres amiguitos pueden competir.
- No detengas los intentos de tu niña o niño de subir árboles o cuerdas. A ella o él le gusta el equilibrio cuando se sube. También puedes construirle un chino.
- El equilibrio le dará armonía a sus movimientos. Puede caminar sosteniendo algo en la cabeza, con las manos hacia arriba, sobre líneas, por muritos, cruzar el río de piedra en piedra bajo tu vigilancia.

CUIDA SU SALUD

Recordá que una niña o niño sano es siempre una niña o niño feliz. Cuida la salud de tu chiquita o chiquito que ya ha crecido.

Buena y sana alimentación

- Lavale y cocinale bien los alimentos; continúa enseñándole a comer alimentos sanos y a masticar bien y despacio.
- Recordale lavarse las manos con agua y jabón, antes de las comidas, después de ir al

baño, jugar y al acostarse, y cepillarse los dientes después de comer.

- Apoyale para que duerma todas las horas que necesita y una pequeña siesta (dormida corta en el día) es suficiente.
- Recordale estar siempre alerta para evitar los accidentes; prohíbelo que meta su cabecita en una bolsa de plástico, que juegue con fósforos, con objetos que corten o que tengan punta.
- Llevale al puesto o centro de salud para la vigilancia de su crecimiento y desarrollo cada vez que lo necesite. No le des medicamentos por tu cuenta.



■ La escuela: un nuevo hogar para tu hijo

Tu niña o niño pronto empezará a asistir a la escuela. Esto significará mucho para ella o él: va a ser un estudiante, aumentan sus responsabilidades, sus deberes.

Una nueva persona surge para ella o él: su maestra o maestro. Este nuevo personaje en la escuela será como mamá o papá. Va a tener nuevas amiguitas y amiguitos, y con ellas y ellos deberá compartir, jugar, trabajar y aprender.

Para que ella o él puedan tener éxito ante estos cambios, hay que prepararle. ¿Qué puedes hacer?

- Hablale de la escuela, desde mucho antes, como un lugar bonito, donde lo van a querer y va a aprender muchas cosas.
- No le amenaces nunca ante algo mal hecho.

¿QUÉ DEBES HACER PARA QUE APRENDA A LEER CON FACILIDAD?

- Llevale desde antes a conocer la escuela, su futura maestra o maestro. Quizás puedas, junto con otras madres, padres prepararle una fiestecita en el aula de primer grado. En el primer grado tu niña o niño aprenderá a leer, a escribir y muchas cosas más. Vos podés ayudarle a tener éxito.
- Despertale interés por la lectura: ¿Qué dice aquí? Esta pregunta puede hacerse en diferentes momentos y lugares. Ella o él no sabe leer, pero aprenderá que las cosas tienen nombre y que ese nombre está allí.
- Leele cuentos a tu niña o niño, ella o él deseará aprender a leerlos.
- Enseñale a buscar los sonidos que forman una palabra. Pedile que juegue con vos a decir palabras que tienen un determinado sonido. Por ejem-

plo, el sonido de la chimbomba cuando pierde el aire, (SSSS), ayúdalos a encontrar ese sonido en las palabras: sssuelo, casssa, pelotasss. Repite el juego con otros sonidos (L, N, R).

- Pueden jugar de muchas formas con los sonidos y las palabras, mientras hacen otras cosas en la casa o cuando salen de paseo.

REALIZA ACTIVIDADES COMO LAS QUE TE SEÑALAMOS, POR EJEMPLO:

- Decile un sonido. Pedile que diga palabras que lo tengan.
- ¿Está el sonido r en tu nombre? Dime nombres de tres amiguitas o amiguitos donde lo encontramos.
- Llegó una carreta cargada de c.

El niño o niña dice varios nombres de cosas que estén en la carreta y que tengan este sonido.

Si la niña o niño aprende a “destacar” el sonido que más se oye, después podrá aprender a decir todos los sonidos que forman una palabra fácil y corta.

Cuando la niña o niño esté adelantado, pueden jugar a hacer magia con las palabras. Por ejemplo:

- Tengo la palabra Sol. Si cambio el sonido S (quito la fichita) y pongo el sonido C (pongo una nueva fichita), ¿qué pasa? Es otra cosa, es otra palabra: col
- Unas veces, el mago puede ser la niña o él niño que cambia los sonidos para formar otras palabras; otras tú.

aro - amo – ato

Rita - rota - ropa - rosa - risa.

¿CÓMO PREPARAR A TU NIÑA O NIÑO PARA QUE APRENDA A ESCRIBIR BIEN?

Al niño o niña seguramente le encantará aprender a “escribir”. Es muy importante que vos le estimules y le des los materiales necesarios. Antes de aprender a dibujar las letras, los pequeños músculos de su mano deben ejercitarse mediante actividades que llamamos de preescritura.

- Antes de “escribir” la niña o el niño debe estar tranquilo, sentarse bien, sus manos deben estar limpias. Si ha estado corriendo espera que pase un ratito antes de sentarle a hacer actividades como las siguientes:
- Que dibuje líneas para que sus ojos y sus manos se coordinen y luego pueda hacer líneas firmes, precisas y continuadas. Puedes preparar “ejercicios” para que él dibuje:
 - Entre líneas quebradas,
 - Entre líneas curvas quebradas,
 - De un punto a otro.



Para lograr que sus primeros trazos o líneas sean buenas, podés seguir estos pasos:

- La niña o niño observa bien el trazo que va a hacer.
- Puede pasar su dedito por el lugar por donde va a trazar.

Dibuja o Traza la línea

- Compara lo que hizo con el trazo modelo. Puede decirte si se equivocó y en qué.
- Cuando ya tu niña niño hace bien estos ejercicios, está preparado para hacer cosas más difíciles. Para hacer estos ejercicios puedes seguir los pasos que te explicamos anteriormente.
- ¡Algo muy importante! No canses a la niña o niño, basta un solo ejercicio por día. No pases de una actividad a otra sin haber alcanzado la primera.

¿CÓMO PODES PREPARAR A TU NIÑA O NIÑO PARA APRENDER MATEMÁTICA?

Ya tu niña o niño conoce las cualidades de las cosas, como forma, color, tamaño y los relaciona; los que son más bonitos, los más pequeños, los que están arriba y abajo. Cuando lo ayudas a que los relacione por su cantidad también lo preparas para que le sea fácil aprender matemática en la escuela.

Te sugerimos actividades como estas:

- Observa que los objetos pueden ser diferentes, pero la cantidad es la misma.

- ¿Dónde hay más?
- ¿Dónde hay menos?

Guiándote por estos mismos ejercicios, vos podés hacerle otras preguntas basadas en todas las cosas que rodean al niño o la niña.

Cuando las cantidades son pequeñas, la niña o el niño puede resolver estas tareas directamente a simple vista; otras veces necesita, por ejemplo, piedrecitas, semillas.

Ya con estos conocimientos puede jugar con su papá, mamá, hermanas o hermanos más grandes a hacer grupos de objetos de seis. Si no tienen, pueden construirlo con tarjetitas de cartón.

Aprender a medir es algo muy importante. La niña o niño debe aprender que se pueden medir muchas cosas y que los instrumentos para medir pueden ser muy variados.

Jugá a medir el largo o el ancho de una mesa, del cuarto, de los surcos sembrados. Para medirlos pueden utilizar palitos, cuerdas, mecanes u otras cosas que tengan a mano. Si lo que van a medir es largo pueden hacer marcas y poner, por ejemplo, una piedrecita por cada marca. La cantidad de piedrecitas les ayudará a hacer comparaciones:

- ¿Cuál es más larga?
- ¿Cuál es más alta?

Tu niña o niño debe saber que los líquidos también se miden. Jugá con ella o él a descubrir en qué balde hay más agua. ¿Qué medida debes utilizar? Puede ser un vaso, un jarro, un cucharón. Depende de la cantidad de líquido que midas. Si colocas una piedrita por cada jarro de agua que saques, verás qué fácil resulta este juego para tu niña o niño.

Y aquí, ¿quién recogió más café? La medida puede ser ahora una lata o balde. El propio granito de

café puede marcar el número de latas o baldes recogidos.

Aunque aún parece pequeño, ya tú niño o niña puede aprender a resolver problemas:

- Dos amiguitas están jugando a las bolas; una tiene tres y la otra también tiene tres. ¿Cuántas bolas hay?
- En el árbol hay cinco pajaritos y se van volando dos. ¿Cuántos se quedaron en el árbol?
- Papá trajo una canasta con jocotes y quiere que sus tres niños tomen la misma cantidad, ¿qué hacer?

INDICADORES / FORMAS DE VER AVANCES			
	Si	No	En proceso
Ya se vale por ella o el mismo, realiza hábitos de la vida diaria como bañarse, vestirse, comer			
Comprende lo que debe o no debe hacer y es capaz de comportarse de acuerdo con ello			
Muestra disposición por ayudar a hacer cosas en el hogar			
Colorea bien, trata de no salirse de los contornos, tu orillas que recorta bastante bien			
Le encantan los trabajos manuales y escribe líneas y círculos que luego lo ayudarán a usar bien el lápiz			
Al correr, saltar o trepar, realiza movimientos de su cuerpo con armonía y buena coordinación			
Le gusta que le pongan problemas difíciles o tareas que le hagan pensar			
Platica mucho. Puede decir lo que piensa y siente, en presente, pasado y futuro			
Hace muchas preguntas, quiere saber muchas cosas			
Expresa el deseo de ir a la escuela y de aprender a leer y a escribir			

Para las niñas o niños de esta edad los problemas deben estar dibujados. Vos podés hacerles estos sencillos dibujos. Ellos los resuelven mejor, utilizando los mismos objetos, fichitas o semillas.

Seguro que ya vos podés preparar muchas tareas y materiales para jugar con tu niño o niña. La maestra de primer grado y tu propia hija o hijo te agradecerán mucho tu dedicación.

Tu niña o niño de cinco a seis años, con toda la estimulación que le han dado en el hogar, ya debe hacer cosas como estas.

Se constante en mostrarle tu amor

Observalo y si hay algo que no ha logrado o aún realiza con inseguridad, no te preocupes, continua estimulándolo y verás sus avances.

Ser padres y madres es un gran privilegio y responsabilidad. En nuestras manos está la vida de nuestras hijas e hijos, los que tienen derecho a recibir todos los cuidados, protección, educación, atención, estimulación, amor que podamos darles y ser inscrito en el Registro Civil de las personas.



El cuidado, desarrollo y aprendizaje de las niñas y niños es una responsabilidad compartida entre las madres y los padres, nuestras hijas e hijos tienen derecho a recibir el amor y los cuidados del papá y la mamá y de las personas adultas en general, así como de las hermanas y hermanos mayores. Apoyados por las instituciones, gabinetes del Poder Ciudadano y otros actores.

