



## Taller

# EXPRESIÓN ARTÍSTICA Y EXTERIORIZACIÓN DE EMOCIONES



### Objetivo

Contribuir a la formación de las madres, padres, tutores y primeros cuidadores de niñas y niños que se encuentran en los primeros 1000 días de vida; proporcionándoles información y estrategias, a través de la expresión artística, para la expresión de las emociones de los pequeños.



### Al final del taller, serás capaz de:

- Identificar los beneficios del arte y la creatividad para el desarrollo físico, cognitivo y emocional de los niños pequeños.
- Reconocer indicadores de impresiones emocionales intensas, para su atención.
- Adecuar ambientes que promuevan la expresión de emociones.
- Reconocer los beneficios que aporta el canto, la música, la pintura y el baile para el desarrollo.
- Aplicar diversas actividades de expresión artística con su hija o hijo que favorezcan un sano desarrollo y fortalezcan el vínculo afectivo.



### Dirigido a:

Madres, padres, tutores y primeros cuidadores de niñas y niños que se encuentran en sus primeros 1000 días de vida.



## Variante de audiencia:

Promotores comunitarios de formación de madres y padres de familia y cuidadores principales que interactúan con niñas y niños en sus primeros 1000 días de vida.



## Duración:

El taller está diseñado para ser trabajado en un tiempo de aproximadamente 60 - 90 min.



## Recursos:

Encontrarás el vínculo a cada uno de los siguientes recursos a lo largo del desarrollo de la presente ficha, en la actividad específica.

- Hojas de reúso (a conseguir por el participante).
- Lápiz o pluma (a conseguir por el participante).
- Presentación del tema. Contiene la información más relevante para el desarrollo de todas las actividades propuestas en la ficha.
- Videos:
  - Contextual - El arte y la creatividad en el desarrollo de los niños.
  - Explicativo del tema - En voz del experto: Expresión artística y exteriorización de emociones.
- Evaluación - ¿Qué aprendí hoy? (Formulario de Google y PDF).
- Infografía - En síntesis: Expresión artística y exteriorización de emociones.



## Recursos adicionales:

Como parte de este taller, encontrarás la sugerencia de uso de los siguientes recursos que te ayudarán a profundizar más en el tema e identificar acciones concretas a realizar para ayudar a que tu bebé exprese sus emociones.

- Fichas informativas:
  - ¿Por qué es importante que los niños pequeños bailen?
  - ¿Que promueve en el niño moldear con plastilina?
  - Para saber más del tema.
- Infografía - ¿Qué expresan los dibujos de mi hijo o hija de su personalidad?
- Ficha de trabajo - Actividad de comprensión y reflexión.
- Guía por dónde empezar - Actividades sugeridas para poner en práctica.



# DESARROLLO

## Antes de empezar...

Antes de empezar, me gustaría invitarte a reflexionar y registrar en una hoja de reúso: ¿qué actividades artísticas facilitan la comunicación y la expresión de las emociones en las niñas y los niños pequeños?, ¿por qué razón?

## Comencemos

1. Durante los primeros mil días de vida, que abarcan desde la concepción hasta los dos años, el proceso de desarrollo de una persona se vive de una manera acelerada. El cerebro del bebé es sumamente adaptable y abierto a los aprendizajes, siendo común que las niñas y los niños de esta edad sean muy curiosos y espontáneos, disfrutando de explorar, jugar y aprender cosas nuevas.

Una manera de estimular su desarrollo es por medio de la expresión artística, ya que su cerebro se estimula con los sonidos, movimientos, sombras, colores, tamaños, manipulación de objetos o la mezcla de estos. Esto propicia que las conexiones neuronales aumenten, que su cerebro se ejercite y se fortalezca; y que, gracias a la integración de elementos simbólicos, pueda ejemplificar o expresar algunos aspectos del mundo y de sí mismo.

Para entender la importancia del arte en esta etapa y su relación con la “crianza perceptiva”, te invito a que observes con atención el video [El arte y la creatividad en el desarrollo de los niños](#).

Al concluir el video, y como estrategia para asegurar que tienes claridad en la trascendencia del tema, anota en una hoja de reúso la respuesta que darías a cada una de las siguientes preguntas:

- a. ¿Con qué frecuencia promueves en tu hija o hijo pequeño actividades artísticas que estimulen su creatividad?
  - b. ¿Cómo haces presente en tu familia el canto, el baile, la música o la pintura?
2. El arte es toda aquella actividad en la que el hombre recrea, con una finalidad estética, un aspecto de la realidad o un sentimiento en formas bellas, valiéndose de la materia, la imagen o el sonido. Antes de continuar aprendiendo de sus beneficios durante los primeros mil días de vida, reflexiona: ¿cómo es el ambiente en el que se desenvuelve tu hija o hijo

pequeño?, ¿hay abrazos, rutinas sanas, libertad para expresarse y explorar, y compañías que le dan atención y cariño?

Recuerda algún momento agradable de tu primera infancia en el que hayas estado en contacto con la música, el baile, el canto, la pintura o alguna otra forma de expresión artística. ¿Cómo participaron o qué rol tuvieron tus padres?

3. El arte y la exteriorización de emociones son importantes y, por tanto, es esencial que no únicamente aprendas conceptos sobre ellas, sino que también puedas identificar algunas acciones concretas para realizar con tu bebé. Para esto, escribe al menos una actividad que acostumbras hacer con tu hija o hijo pequeño para estimular su creatividad y su expresión artística.
4. Con la finalidad de seguir profundizando en el tema y conocer algunos datos importantes al respecto, observa con atención el video [En voz del experto: Expresión artística y exteriorización de emociones](#) o, si prefieres, lee la [Presentación del tema](#) y reflexiona sobre las siguientes preguntas:
  - a. ¿Qué barreras identificas en ti o el ambiente que impiden estimular la expresión de emociones de tu hija o hijo por medio de la expresión artística?
  - b. ¿Qué acciones diferentes a las que ya realizas podrías aplicar con tu hija o hijo pequeño para desarrollar su creatividad o facilitar la comunicación y expresión de emociones?

### ¿Te interesa profundizar un poco más?

El arte y la expresión de emociones son, como hemos visto hasta el momento, aspectos de suma importancia para el desarrollo del bebé. Por ello, te invito a conocer algunos detalles extra en los contenidos que encuentras a continuación.

Te sugiero que conforme los revisas, vayas tomando notas de las recomendaciones y actividades que te pueden ayudar a transformar e incluir actividades que realizas con tu bebé y que promuevan una crianza perceptiva desde la integración del arte para la exteriorización de emociones:

- Fichas informativas
  - [¿Por qué es importante que los niños pequeños bailen?](#)
  - [¿Que promueve en el niño moldear con plastilina?](#)
  - [Para saber más del tema.](#)
- Infografía - [¿Qué expresan los dibujos de mi hijo o hija de su personalidad?](#)

Una vez que los hayas leído, resuelve la ficha de trabajo [Actividad de comprensión y reflexión](#) para asegurarte tener la información más importante de manera clara.

5. Con el fin de afianzar el conocimiento adquirido, te invitamos a que respondas el cuestionario ¿Qué aprendí hoy? ([Formulario de Google](#) o [PDE](#)).

### Identifica tus próximos pasos

Para ayudarte a dar los primeros pasos para mejorar la manera en que integras el arte para favorecer la expresión de emociones de tu hija o hijo, lee con atención la guía [Por dónde empezar](#) e identifica alguna actividad que puedas vivir con tu bebé hoy mismo o a más tardar mañana.

6. Para terminar, revisa la infografía [En síntesis](#), que contiene la información más importante de este taller e identifica qué puedes compartir con alguien de tu familia u otra persona cercana. Puede ser algo que te haya parecido interesante, como el impacto del arte en el desarrollo de una persona, o qué actividades vas a realizar con tu bebé para tener una crianza más perceptiva y que favorezca la exteriorización de sus emociones.