



Recrea

Educación para refundar 2040



¡Eduquemos tanto la mente, como el corazón!





Educación Inicial

Tu voz, me envuelve y me protege

Actividades durante el embarazo



¿Qué voy a aprender?

Reflexionar y reconocer acerca de la importancia de la voz de la madre para el bebé, ya que, entre muchas funciones, es la manta de protección psíquica para el embrión o feto, ya que lo envuelve, tranquiliza y lo protege durante el embarazo; a través de información y acciones sustentadas en el Programa de Educación Inicial: Un Buen comienzo.

- ✓ Actividad 1. Conversemos
- ✓ Actividad 2. Hagamos sonidos
- ✓ Actividad 3. Te contaré un cuento
- ✓ Actividad 4. Hablar con papá
- ✓ Actividad 5. “A la Rurru”
- ✓ Actividad 6. La lengua materna



¿Qué necesito?

Recomendaciones generales:

Lee con calma toda la ficha para asimilar la información. Se trata de sugerencias flexibles y adaptables, utilízalas siempre que se necesite.

Antes de realizar las actividades, elije las que consideres adecuadas, dedicando el tiempo y atención a lo que estás haciendo, permitiéndote disfrutar.

Las actividades son sencillas y fáciles de seguir, pueden realizarse en pareja, con el apoyo de los hermanos mayores, abuelitos o únicamente con la participación de la madre.

Materiales:

¡Manos a la obra!



Las investigaciones de las últimas décadas, presentan nuevos y muy variados conocimientos acerca de cómo funciona la mente infantil, y eso permite reflexionar acerca de ideas muy arraigadas acerca de la crianza. Por ejemplo, ahora sabemos que los bebés tienen una percepción muy amplia y certera de lo que ocurre a su alrededor, que el lenguaje les importa muchísimo, que los vínculos de apego seguros son básicos para su desarrollo integral, que necesitan el juego desde los primeros días de vida y que recibir cantos, caricias, una mirada compartida, versos y relatos, es un alimento imprescindible para el desarrollo psíquico; es decir, para el nacimiento de la mente, de su capacidad para imaginar, ordenar el pensamiento, hablar, crear y entrar en la comprensión del mundo.

El bebé percibe desde su mundo intrauterino, rodeado de líquido amniótico, los estímulos que aparecen a su alrededor; y cuando este bebé sale del vientre materno, en esta transición al exterior, afronta y escucha las voces que se arremolinan a su alrededor, así como los ruidos sin filtro de la casa, de la calle, o del campo. Todos estos nuevos sonidos los percibe, y comienza a reconocerlos, a comprender su significado para, poco a poco, organizar su mente; es de hacer notar que este proceso de aprendizaje tan importante, no puede hacerlo solo.

Así como los estímulos del medio son desconocidos y pueden resultar perturbadores para el bebé más pequeño, existe un elemento que siempre le devuelve la tranquilidad; se trata de *la voz de su madre*, una voz única que fue su compañera permanente desde el cuarto o quinto mes de gestación, pues se sabe que a partir de esa edad los bebés distinguen claramente la voz de su madre de todas las otras voces y sonidos. Esa *voz amorosa* será la que *más lo tranquilice* en el mundo exterior, porque la conoce desde antes de nacer, porque está asociada al ritmo cardíaco materno y por lo tanto fue parte de la música intrauterina, ya que le da la posibilidad de contar con una continuidad entre estar adentro y estar afuera. Por todo eso, la voz materna, con su melodía, dulzura y ritmo particular, es una manta de protección psíquica para el bebé. Todo lo que lo abrumba y lo desorienta desaparece cuando la mamá le habla, le canta, lo arrulla o le dice esas cosas que solo les decimos a los bebés, en un lenguaje particular, que algunos autores llaman “maternés”.

Como adultos, muchas veces creemos que los niños logran el lenguaje cuando pueden decir palabras, cuando entran en la conversación de manera convencional tal como lo hacemos nosotros. Sin embargo, el camino del lenguaje comienza mucho antes, en el fluido mundo del útero, donde el bebé escucha las primeras palabras entrelazadas con el ritmo cardíaco y los ruidos interiores del cuerpo de la mamá.

Actividad 1. Conversemos

- ✓ Nos comunicamos con el bebé de diferentes maneras, y aunque es pequeño, él percibe si es aceptado o rechazado.
- ✓ Escoge una frase tierna que exprese el amor que sientes por tu bebé, piénsala o dila en voz alta y repítela con frecuencia, de modo que forme parte de la charla cotidiana que entables con tu hijo.
- ✓ Las afirmaciones pueden usarse en cualquier momento o cuando desees comunicarte verbal o mentalmente con tu bebé.
- ✓ Es recomendable que los padres hablen todos los días con su bebé, aunque sea unos minutos, con un lenguaje tierno y afectuoso.
- ✓ Habla con tu bebé sobre el trabajo, necesidades, deseos, lo mucho que los esperan y lo felices que se sienten de que esté con ustedes.



Actividad 2. Hagamos sonidos

- El bebé vive en el vientre de la madre, inmerso en un mundo de sonidos. Está acostumbrado al ruido como parte de su hábitat. Los sonidos que escucha son un elemento estimulador de su atención y curiosidad, sobre todo cuando se salen de lo que para él es habitual y se convierten en una experiencia de juego.
- Platícale a tu bebé que van a jugar con él “haciendo ruidos”. Preséntale los sonidos uno por uno, y si así lo deseas, indícale de que clase son:
 - ❑ Sonidos del habla y de la boca; se acompañan de ritmo, entonación y melodía, son también onomatopéyicos, que se producen al imitar los sonidos de animales o de la naturaleza.
 - ❑ Sonidos corporales; son los que se originan con movimientos del cuerpo.
 - ❑ Sonidos del organismo. Son los que se producen durante los procesos digestivos, respiratorios o cardíacos.
- Sean creativos y dinámicos. Recuerden que se trata de jugar con el bebé y sobre todo ríanse mucho. Pongan mucha atención en las reacciones del bebé, tal vez haya sonidos que le gusten más que otros y ustedes podrán notarlo en sus respuestas.

Actividad 3. Te contaré un cuento

- ✓ Es común preguntarse si el bebé entenderá algo del cuento que se le va a leer. Pues bien, aunque es muy pequeño para comprender el lenguaje verbal, no lo es para *interpretar el afecto y el cariño que se expresa con el tono y la seguridad de la voz*. Además, la lectura repetitiva de un cuento sensibiliza su sistema nervioso para las pautas lingüísticas.
- ✓ El bebé oye claramente en el útero desde el sexto mes, y adapta su ritmo corporal al habla de su madre. El habla es un tipo de aprendizaje que se inicia en el útero con patrones individuales, y estos se originan de la imitación del habla o lengua materna.
- ✓ Elige un poema o cuento infantil alegre y divertido. Pueden involucrarse la mamá, el papá o los hermanos, ya sea por la tarde o por la noche. Procuren modular el tono de su voz a la situación del cuento.
- ✓ Léanle varias veces el mismo cuento o verso, procura distinguir si las palabras o frases producen alguna respuesta del bebé, ya sea movimiento, calma o pataleo. Identifica si se relaciona con el tono de voz y con la situación que narras.
- ✓ Esta reacción demostrará que el bebé interactúa con ustedes y reacciona de forma particular a diferentes cuentos o ante distintos narradores.
- ✓ Continúen contándole cuentos o versos. La clave es la repetición y la calidad de la narración.

Actividad 4. Hablar con papá

La presencia del padre es importante pero si está lejos, la madre puede solicitar apoyo de otras personas, o bien grabar su voz para que el bebé lo escuche.

En esta actividad el padre hablará al bebé y lo acariciará a través del vientre de la madre.

Observen la reacción del bebé y sientan como aprueba su presencia.

Si es inquieto, es muy probable que se tranquilice; en cambio, si es tranquilo quizá demuestre su agrado por las caricias con movimientos.

Pueden contarle lo que les sucedió en el día, o simplemente reforzar el gran cariño que sienten por él.

Esta actividad ayudará para que el bebé advierta que es una persona diferente de su madre antes del nacimiento, y se sienta deseado y amado.



Actividad 5. “A la Rurru”

- ✓ A la hora de dormir regálale canciones de cuna. A veces no es fácil encontrar el repertorio oportuno porque lo hemos olvidado con los años o porque no hemos tenido esas vivencias en la propia infancia pero, mientras vamos buscando esas canciones, una simple melodía improvisada o un par de palabras, que recuperan algo de lo que hicieron juntos en el día, pueden convertirse en una canción de cuna. Las canciones de Francisco Gabilondo Soler “Cri cri”, son excelentes historias que incentivan la imaginación del niño y su estructura musical propicia la estimulación, conexión y sensibilidad neuronal.
- ✓ Las canciones de cuna son materiales muy valiosos para volver a encontrar la calma, relajarse antes de dormir y funcionan como experiencias que le otorgan integridad y seguridad el bebé.
- ✓ Arrullen al bebé con una canción de cuna, que también podrán entonar cuando nazca.
- ✓ La canción tendrá un maravilloso efecto sobre el bebé después de que nazca. Si es posible cántensela todos los días. No importa si no disponen de una voz melodiosa; lo primordial es demostrar que están presentes y que lo aman.

Actividad 6. La lengua materna

- La lengua materna es muy importante para el bebé, porque es el idioma sonoro y táctil “a través del contacto” que se usa para comunicarse con él.
- La lengua materna es la transmisión de la forma individual y cultural de percibir, interpretar y expresar el tiempo y el espacio; es la representación sonora de lo que es nuestra familia, y el grupo social y cultural al que pertenecemos.
- La lengua materna es tan importante, porque es la que le da elementos de identidad individual, familiar y social al bebé, con el grupo social y cultural al que pertenece. Por lo que te invitamos a realizar la siguiente actividad para rescatar, los cuentos, pequeñas historias y canciones para divertir, jugar y arrullar a tu bebe.
- Pregúntale a abuelitos, abuelitas y a tus padres, que historias y arrullos se usaban antes, cuales te cantaban o, hasta cuales eran las que sus propios padres utilizaban con ellos. De esta forma tendrás narraciones de abuelitas o abuelitos, pequeñas historias y arrullos tradicionales de su pueblo o ciudad, en su lengua materna.

Ya con este repertorio, conversa, cuenta sucesos de pequeñas historias y canta a tu bebé, en la lengua materna de tus abuelos, padres y en la tuya.

Esta actividad depende de la lengua de la madre, la cual puede ser en español, náhuatl, mixteco u otro.



¿Qué aprendí?



Para consolidar lo aprendido...

- ¿Reflexiono sobre la importancia de hablarle al bebé cuando está en el vientre?
- ¿He favorecido actividades para realizar con mi hijo mientras esta en mi vientre?
- ¿Reconozco la importancia de interactuar con él mientras esta en mi vientre?
- ¿Busco espacios para favorecer la comunicación con mi bebé?
- ¿Involucro a otros miembros de la familia en estas actividades?

**Para aprender
más...**



- ✓ Revisamos algunas técnicas de estimulación y de relajación aplicadas por padres, madres o cuidadores durante la gestación, con el objetivo de favorecer el desarrollo del sistema nervioso, la comunicación y los vínculos afectivos con la madre, padre o ambos. De este modo, se considera al bebé como un ser con características propias y únicas, capaz de actuar y reaccionar en el vientre de su madre.

- ✓ Puedes seguir aprendiendo y profundizando con los siguientes materiales de la Secretaría de Educación Pública. (2019).
 - Guía para madres y padres, *La importancia de una crianza amorosa: alimento para toda la vida*, Educación Inicial,; Un buen comienzo, SEP 2019.
 - Mientras espero a mi bebé. Actividades de estimulación durante el embarazo. SEP, CONAFE 2009.
 - Aprendizajes clave para la Educación Integral: Educación Inicial: Un Buen Comienzo. Programa para la educación de las niñas y los niños de 0 a 3 años. Disponible en:

- ✓ https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/inicial/1Educacion-Inicial_Digital.pdf

El sistema nervioso es indispensable para adaptarnos a muchas circunstancias, para vivir, sobrevivir y contribuye al desarrollo del lenguaje. Este no se basa únicamente en mensajes explícitos o expresiones directas, sino también en mensajes implícitos del movimiento corporal, el tono de voz, el ritmo y la melodía del habla. Así, es posible expresar amor por medio de manifestaciones verbales, corporales, gestuales, etc.

El bebé es muy activo en el vientre, y combina sus etapas de actividad con sueño y descanso, pero hay momentos en los que está mucho más activo y sus movimientos constituyen una forma de diálogo con la madre.

Es recomendable que los padres hablen todos los días con su bebé, aunque sea unos minutos, con un lenguaje tierno y afectuoso.

DIRECTORIO

Enrique Alfaro Ramírez

Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco

Juan Carlos Flores Miramontes

Secretario de Educación del Gobierno del Estado de Jalisco

Pedro Diaz Arias

Subsecretario de Educación Básica

Juan Chávez Ocegueda

Director de Formación Integral

Responsable de contenido

Laura Yolanda Oropeza Martínez y Renata Jiménez Laborie

Diseño gráfico

Laura Yolanda Oropeza Martínez y Renata Jiménez Laborie

