

Recrea, juega y vive: Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en familias con niños y niñas de 0 a 6 años, mediante la recreación y la mediación lúdica.

Proyecto presentado en la
División de Educación Básica
Centro de Investigación y Docencia en Educación
Universidad Nacional

Para optar por el grado de Licenciatura en
Pedagogía con énfasis en Educación Preescolar y Primera Infancia

Estudiantes:

Michelle Benedit Esquivel

Ana Catalina Quesada Mora

Recrea, juega y vive: Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en familias con niños y niñas de 0 a 6 años, mediante la recreación y la mediación lúdica.

Michelle Benedit Esquivel

Ana Catalina Quesada Mora

APROBADO POR:

Tutor del TFG _____

M. Sc. Juan José Ramírez Ulloa

Lectora _____

Licda. Gloriana Hernández Mena

Lectora _____

M. Sc. Andrea María Mora Campos

Representación del Decanato _____

M. Ed. Erika Vásquez Salazar

Directora de UA _____

M. Ed. Kattia Rojas Acevedo

Dedicatorias

Dedico este trabajo final de graduación a mi padre Harry Quesada Mata quién junto a mi madre Olga Mora Monge siempre me brindaron la oportunidad de estudiar, apoyaron y aconsejaron de la mejor manera en cada paso de la vida. A mi hermano Daniel Esteban Quesada Mora quién es un ejemplo a seguir para mí con su carisma, valentía, amor y nobleza; apoyándome a seguir mis sueños sin importar los obstáculos que se presenten. Agradezco a ellos tres porque guiaron y forjaron en mí una mujer fuerte, luchadora, empática y ante todo resiliente, llena de metas, sueños y anhelos. A mi papá y mi hermano, quienes hoy no me acompañan en el plano físico, pero a través de sus valores, enseñanzas y amor viven en mí, y me acompañan en cada momento de mi vida.

A mi compañera de proyecto Michelle Benedit Esquivel quién trabajó conmigo hombro a hombro para culminar este trabajo y en los momentos más complejos a nivel personal tomó el control, orientándome y acompañándome. También, agradezco a mi amiga Gloriana Hernández Mena quién me acompañó en varios años universitarios siendo un apoyo en el área educativa y en la vida, porque su coherencia, amistad y sabiduría me guió, llegando incluso a ser parte de esta tesis como asesora. A Bryan Barrantes Vargas porque me motivó y apoyó a seguir luchando por mis metas y no desistir sea cual sea la circunstancia, llenándome de luz, confianza y alegría en cada momento.

Finalmente, y no menos importante a Dios por darme la fortaleza, sabiduría y salud para culminar este importante y significativo proyecto.

Ana Catalina Quesada Mora

Este trabajo final de graduación, lo dedico a mi mamá Marlyn Esquivel Jimenez, quién siempre ha sido mi mayor apoyo en la vida, la cuál con mucho esfuerzo y dedicación se esforzó a darme siempre lo mejor. A Ana Catalina Quesada Mora, mi compañera de proyecto, por su entrega y compromiso conmigo, mostrando lo que es ser buena amiga y a todas aquellas personas que de una forma u otra me motivaron a terminar este proyecto.

Michelle Benedit Esquivel

Agradecimiento

Este proyecto “Recrea, Juega y Vive” y las proyectistas desean agradecer a las familias participantes que se comprometieron con el proyecto con mucha emoción y consideración. Además, agradecemos a nuestro tutor Juan José Ramírez Ulloa, quién empatizó con nosotras las proyectistas y nos motivó a finalizar este proyecto, a seguir adelante creyendo en nosotras mismas y lo que nos propusimos se podía alcanzar.

Extendemos también este agradecimiento a nuestras lectoras Gloriana Hernández y Andrea Mora, que, con gran esmero, cariño y dedicación, nos orientaron y guiaron en la elaboración de este trabajo. Agradecemos a la Universidad Nacional de Costa Rica y el Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE), por habernos formado, abriendo las puertas de esta institución y ser cuna de excelentes profesionales.

Agradecemos a todas aquellas personas dentro y fuera del ámbito universitario, que hayan formado parte de nuestro camino y formación profesional, porque nos ayudaron y apoyaron en nuestros procesos de estudio a lo largo de estos años.

Resumen

Michelle Bénédict Esquivel y Ana Catalina Quesada Mora. *Recrea, juega y vive: Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en familias con niños y niñas de 0 a 6 años, mediante la recreación y la mediación lúdica.*

Este trabajo final de graduación consistió en el desarrollo de un proyecto pedagógico, bajo la metodología de investigación-acción, trabajando con una población de familias en las que niños o niñas de los cero a los seis años fueran integrantes de su núcleo. El proyecto implementó cuatro etapas metodológicas que consistían en: diagnóstico, espacio de formación por medio de talleres, asignaciones de tareas y realimentación de los participantes, en una modalidad virtual debido a la situación sanitaria por COVID-19, presentada en el país de Costa Rica en los años del dos mil veinte al dos mil veinti uno (2020/2021). La finalidad de las proyectistas era generar una propuesta innovadora, que lograra propiciar y promover espacios de recreación en los que se fortaleciera el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas, así como el vínculo afectivo de la familia-niño/niña. Por lo que se planteó como propósito general de este proyecto “Favorecer el desarrollo psicomotor y los vínculos afectivos entre familia-niño y niña, a través de oportunidades de recreación y mediación lúdica”. Los resultados constan de una sistematización de experiencias del trabajo de campo, en compañía de un análisis de las vivenciadas, desde la voz de la población participante y de las proyectistas, en las que se puede ver el proceso y la ruta de trabajo que tomó el proyecto Recrea, Juega y Vive, y la influencia que tuvo en las familias que formaron parte del mismo. Se concluyó que el proyecto fue de gran apoyo en la situación que enfrentaba el país y recomendamos como docentes la innovación ante los métodos que se utilizan para llegar a las familias y para los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Palabras claves. Recreación, desarrollo psicomotriz, vínculos afectivos, familias, mediación lúdica.

Tabla de contenido

Dedicatorias	3
Agradecimiento	4
Resumen	5
Tabla de contenido	6
Índice de tablas	7
Índice de figuras	8
Lista de abreviaturas	12
Capítulo I	1
Introducción	1
Justificación	3
Propósitos del proyecto	20
Antecedentes	21
Capítulo II	30
Plan Operativo para la ejecución	30
Desarrollo psicomotor de niños y niñas de cero a seis años	30
<i>Vínculos afectivos entre familias-hijos o hijas.</i>	36
Recreación.	41
Plan estratégico para la ejecución del proyecto.	50
Materiales y recursos humanos, que se utilizarán para la ejecución del proyecto.	71
Consideraciones éticas.	77
Capítulo III	78
Capítulo IV	117
Conclusiones y Recomendaciones	117
<i>Conclusiones</i>	117
<i>Recomendaciones</i>	122
Referencias bibliográficas	125
Apéndices	132

Índice de tablas

Tabla 1

Metaplan correspondiente a los propósitos específicos del proyecto 63

Tabla 2

Descripción de los materiales y recursos humanos que corresponden a cada propósito específico. 71

Índice de figuras

<i>Figura 1.</i> Pirámide del Desarrollo de Gallahue	7
<i>Figura 2.</i> Población de cinco años y más por uso de TIC	12
<i>Figura 3.</i> Proceso metodológico del proyecto, basados en el ciclo de Latorre (2003)	51
<i>Figura 4.</i> Ciclo de investigación-acción del momento “Recreación ¿La conozco?”, referente al ciclo de Latorre (2003)	54
<i>Figura 5.</i> Ciclo de investigación-acción del momento “Recrea, juega y vive”, referente al ciclo de Latorre (2003)	56
<i>Figura 6.</i> Ciclo de investigación-acción del momento “Juego con amor”, referente al ciclo de Latorre (2003)	58
<i>Figura 7.</i> Publicación de redes sociales	79
<i>Figura 8.</i> Publicación de redes sociales	80

<i>Figura 9.</i> Invitación al primer encuentro	81
<i>Figura 10.</i> Cuestionario sobre recreación	82
<i>Figura 11.</i> Cuestionario sobre recreación	83
<i>Figura 12.</i> Cuestionario Diagnóstico desarrollo psicomotriz - vínculos afectivos	84
<i>Figura 13.</i> Cuestionario Diagnóstico desarrollo psicomotriz - vínculos afectivos	84
<i>Figura 14.</i> Cuestionario Diagnóstico desarrollo psicomotriz - vínculos afectivos	85
<i>Figura 15.</i> Cuestionario Diagnóstico desarrollo psicomotriz - vínculos afectivos	87
<i>Figura 16.</i> Presentación de apoyo	88
<i>Figura 17.</i> Cuestionario Diagnóstico desarrollo psicomotriz - vínculos afectivos	89
<i>Figura 18.</i> Invitaciones a los talleres	90
<i>Figura 19.</i> Cuestionario: Realimentación Hora de talentos	101

	10
<i>Figura 20.</i> Cuestionario: Realimentación Hora de talentos	101
<i>Figura 21.</i> Evidencia de fotografías	102
<i>Figura 22.</i> Evidencia de fotografías	103
<i>Figura 22.</i> Secuencia de fotos, tomadas de video compartido por familias	103
<i>Figura 23.</i> Secuencia de fotos, tomadas de video compartido por familias	104
<i>Figura 24.</i> Secuencia de fotos, tomadas de video compartido por familias	105
<i>Figura 25.</i> Secuencia de fotos, tomadas de video compartido por familias	105
<i>Figura 26.</i> Cuestionario: Realimentación ¡A movernos!	106
<i>Figura 27.</i> Cuestionario: Realimentación ¡A movernos!	106
<i>Figura 28.</i> Secuencia de fotos, tomadas de video compartido por familias	107

	11
<i>Figura 29.</i> Cuestionario: Realimentación ¡Cocinemos juntos!	108
<i>Figura 30.</i> Cuestionario: Realimentación ¡Cocinemos juntos!	109
<i>Figura 31.</i> Cuestionario: Realimentación ¡Cocinemos juntos!	109
<i>Figura 32.</i> Fotografías compartidas por los participantes	110
<i>Figura 33.</i> Cuestionario Realimentación: vamos a comer juntos	111
<i>Figura 34.</i> Cuestionario Realimentación: vamos a comer juntos	112
<i>Figura 35.</i> Cuestionario: Entrevista final	113
<i>Figura 36.</i> Cuestionario: Entrevista final	114
<i>Figura 37.</i> Cuestionario: Entrevista final	116

Lista de abreviaturas

CIDE	Centro de Investigación y Docencia en Educación
ENAHO	La Encuesta Nacional de Hogares
GAM	Gran Área Metropolitana
INEC	Instituto Nacional de Estadística y Censos
INEINA	El Instituto de Estudios Interdisciplinarios de la Niñez y la Adolescencia
TFG	Trabajo Final de Graduación
TIC	Tecnologías de la Información y las Comunicaciones

Capítulo I

Introducción

El presente trabajo final de graduación se inscribe en la modalidad de proyecto pedagógico. En este proyecto participan cuatro diversas familias compuestas por niños y niñas de los cero hasta los seis años, cada grupo familiar tiene sus propias características, conformadas por madres solteras y sus hijos e hijas, padre, madre e hijos(as), entre otras. El proyecto Recrea, juega y vive: “Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en familias con niños y niñas de 0 a 6 años, mediante la recreación¹ y la mediación lúdica.²”, responde a la pregunta ¿Cómo favorecer el desarrollo psicomotor y el vínculo afectivo mediante oportunidades de recreación y mediación lúdica en familias con niños y niñas de 0 a 6 años? Se decide trabajar en conjunto con estas familias, después de un proceso de búsqueda de participantes interesados(as) en colaborar con el proyecto.

El proyecto consiste en propiciar espacios recreativos para la participación de los niños, niñas y sus familias. Tomando en cuenta que la recreación es parte fundamental del desarrollo humano, Acuña y Mauriello (2013) mencionan, “la importancia de la recreación se refleja como una de las necesidades fundamentales del individuo, lo recreativo garantiza la salud física y mental contribuyendo a su desarrollo integral y colectivo” (p.215).

Tal como se menciona en la pregunta planteada, el proyecto se desarrolla con cuatro familias diferentes, tres pertenecen a la provincia de San José y una a Alajuela. Se buscó la participación de estos integrantes por medio de volantes, llamadas y mensajes en redes sociales. En el año 2020 este proyecto inició con una población diferente, la cual era adolescentes madres y sus hijos e hijas desde los 0 a 6 años. Estas participantes se

¹ Recreación: Según Salazar (1996) “es un conjunto de actividades y experiencias placenteras que contribuyen con el desarrollo integral de la persona de la persona participante, realizadas durante tiempo libre, y cuyas selección y participación son voluntarias”(p.59).

² Mediación Lúdica: “Es la utilización de recursos tangibles y no tangibles para mediar procesos pedagógicos de maneras diversas, efectivas y eficientes que generen emociones y ambientes propicios para favorecer el aprendizaje significativo” (J. Ramírez, comunicación personal, 5 de mayo de 2020).

conocieron por medio de una organización cristiana sin fines de lucro, llamada “Vidas Jóvenes”, en la cuál estas familias se reunían cada 15 días o cada mes para llevar a cabo actividades o charlas. Con esta población anterior se realizaron cinco talleres diferentes con las adolescentes madres y se enviaron cuatro actividades para que las adolescentes madres pudieran realizar con sus hijos e hijas.

A finales de noviembre del dos mil veinte (2020), se decide reorientar el proyecto debido a que no hay una respuesta de las adolescentes madres y de la asociación, luego de varios intentos de acercamiento en donde se hicieron diversas propuestas. Por lo cuál se le agradece la participación a estas familias y se les indica que el proyecto va a tomar otra dirección. Para continuar con una línea semejante, que permita continuar con lo ya planteado, se decide abrir el proyecto a familias con niños o niñas de 0 a 6 años, entendiéndose como familias, figuras parentales o encargados.

El propósito de este proyecto pedagógico es favorecer el desarrollo psicomotor en niñas y niños de desde el nacimiento a seis años, el vínculo afectivo entre familias-hijo o hija. El desarrollo psicomotor se favoreció en los niños y niñas por medio de espacios recreativos que desarrollaron con sus familias y el acompañamiento de mediación lúdica por parte de las proyectistas e invitados especiales en diversos talleres, mientras que, el vínculo afectivo se desenvolverá de forma conjunta con los niños-niñas, y sus familias, brindando herramientas, actividades, juegos, técnicas, estrategias recreativas y lúdicas que las mismas podrán aplicar en el hogar con sus hijos e hijas. unificando nuevos conocimiento e información de los talleres pedagógicos que permita adaptarse a su cotidianidad e intereses.

El proyecto se llevó a cabo en una modalidad virtual, debido a que por la situación sanitaria que se presenta a nivel mundial y país por el COVID-19, razón por la que se aplican muchas restricciones, sobre todo a nivel social donde se indica que se debe mantener únicamente interacción con el núcleo familiar. Permitiendo y esperando que este proyecto sea de gran ayuda y orientación para las familias en sus espacios de convivencia y recreación.

Justificación

Retomando la importancia que tiene la recreación y los espacios de esparcimiento en el desarrollo del ser humano, consideramos una oportunidad la puesta en marcha de este proyecto como respuesta al favorecimiento de esos momentos recreativos, que traen consigo el beneficio del desarrollo psicomotor de niños y niñas desde el nacimiento a los seis años, así como espacios de convivencia, goce y disfrute de todos y todas los participantes, facilitando además los vínculos afectivos entre las familias. Permitiendo que las familias sean protagonistas y creadoras de un espacio de recreación diverso e innovador, ya que se estaba viviendo las restricciones impuestas como medidas a la emergencia sanitaria que aquejaba el país, lo que también permite que las proyectistas desarrollen un papel de acompañamiento y guía, considerando que esto permite que los espacios sean más significativos por la interacción que se debe de dar entre los miembros de las familias y permite que los adultos traten de comprender a los niños y niñas, así como todas sus necesidades en diversos espacios. Por lo cual, para iniciar con esta justificación, se ve la importancia de incluir el área jurídica en que se apoya este proyecto.

Fundamento jurídico del proyecto.

En cuanto al área jurídica que respalda este proyecto encontramos el artículo 31 de la Convención sobre los Derechos de los Niños y las Niñas (1990), el cual destaca que el Estado reconoce el derecho que tiene el niño y la niña al descanso, esparcimiento, al juego y las actividades recreativas, las cuales deben atender las características de sus edades respectivas. Esta visión jurídico-política da sustento a la idea de desarrollar espacios de recreación. Como se menciona en la Convención sobre los Derechos de los Niños y las Niñas (1990) es necesario hacer cumplir los derechos de los niños y las niñas, aprovechando sus talentos mediante el esparcimiento, juego y actividades recreativas.

Por otra parte, en conformidad con el artículo 73 del Código de la Niñez y Adolescencia de Costa Rica (1990), que menciona el derecho a jugar y participar en actividades recreativas, rescatamos el interés por ofrecer a los niños y niñas un espacio de recreación para potenciar el desarrollo integral, así como el valor de lograr en las familias la

apropiación sobre esto, ya que son agentes influyentes de primera instancia y son parte esencial de velar por estos derechos de la niños y niñas.

Asimismo, bajo el artículo 29 del Código de la Niñez y Adolescencia de Costa Rica (1990), respaldamos la relevancia de que las madres y padres conozcan sobre la importancia del desarrollo psicomotor y los beneficios de la recreación, ya que de acuerdo con dicho artículo las madres, padres o encargados deben de velar por el desarrollo integral de las personas menores de edad. De igual forma, los vínculos afectivos entre familia e hijo e hija, que se pretenden establecer mediante estas oportunidades de recreación toman mayor importancia si los integrantes familiares logran reconocerlo como parte fundamental de su labor como agentes de transformación, responsable y de enseñanza. Esto porque son un modelo en la vida y educación de los niños y niñas.

Datos diagnósticos del proyecto.

Retomando la justificación de este proyecto pedagógico, se construyó un instrumento diagnóstico anónimo, con el objetivo de conocer el espacio y la población que participó en este proyecto pedagógico. El mismo se implementó la semana del 12 de abril del año 2021. Este instrumento contaba con nueve preguntas, las cuáles hacen referencia a los conocimientos y experiencias previas que las familias tenían sobre la recreación. Así mismo se creó un instrumento que consta de ocho preguntas referente a los conocimientos sobre el desarrollo psicomotor y los vínculos afectivos.

En estos instrumentos, podemos tomar algunos conocimientos de la población participante que para el proyecto puede ser utilizada como conocimientos previos y partir de este punto para elaborar actividades y los talleres propuestos. En el instrumento referente a la recreación los y las participantes detallan que, si conocen que es la recreación, así como ellos(as) lo pueden visualizar para sí mismos. Por ejemplo, un participante indica lo siguiente sobre qué es la recreación para él o ella: *“Crear un espacio de amor propio para mí, donde disfruto lo que haga, de recargar energía mental y física”*. Se destaca este aporte por parte del participante, ya que se ve reflejado nuestro proyecto pedagógico, esto porque la recreación desde nuestra perspectiva no es solo mover el cuerpo al realizar ejercicios, sino que también incluye el área socioemocional. Por otra parte, del instrumento referente

al desarrollo psicomotor y los vínculos afectivos en donde en las respuestas recibidas indica que consideran importante conocer sobre ambos temas.

Ahora bien, otro de los aspectos que se ve necesario resaltar sobre el instrumento donde se habla de recreación, es que, la mitad de los participantes considera que no tiene espacios para su recreación, denotan que el tiempo es una de las causas de no contar con estos momentos. Aspecto que podemos ver reflejado cada vez más en la realidad de las familias costarricenses, donde la recreación muchas veces es colocada a un lado, debido a diferentes situaciones como el tiempo y el dinero. Algunas de estas familias tiene oportunidades de recreación, las cuales suelen compartir con sus familias y amigos(as).

Asimismo, en el diagnóstico los y las participantes indican que desean conocer más sobre la recreación, se muestran interesados en aprender actividades nuevas y diferentes para realizar con sus hijos e hijas, y en cómo podrían planificar el tiempo para llevar a cabo estos momentos recreativos.

Una vez expuesta la necesidad de conocer sobre recreación y lo anteriormente dicho, reflexionamos que como docentes entendemos la importancia que representa la recreación en el desarrollo integral de los niños y niñas, esto porque abarca las áreas del desarrollo social, cognitivo y físico, por ello consideramos necesario promover dichos momentos. En el siguiente párrafo detalla datos pertinentes de la etapa diagnóstica.

Del diagnóstico realizado, nos mostró algunos datos tales como tres de cuatro familias relacionaban la recreación con esparcimiento, actividad física y bienestar mental y físico. además de las respuestas recibidas un sesenta y seis punto siete por ciento (66.7%) dice tener espacios de recreación, compartidos con familia, hijos e hijas y amigos. Además, el cien por ciento (100%) indicó que deseaba conocer distintas formas de recreación, siendo algunas de las respuestas cómo el manejo del tiempo debido a la realidad del teletrabajo, actividades para realizar con los menores, nutrición y espacios para compartir.

Por otra parte, en cuanto al diagnóstico que refería a desarrollo psicomotor solo una familia decía no conocer el concepto de desarrollo psicomotriz, mientras que el setenta y cinco por ciento (75%), definían este término como motora gruesa y fina, habilidades

físicas y mentales y el desarrollo físico del ser humano. Mientras que el cien por ciento (100%) indicó que es importante conocer sobre la psicomotricidad.

Respecto a los vínculos afectivos, solo un cincuenta por ciento (50%) decía comprenderlo, al darles una definición sobre este el cien por ciento (100%) mencionó tener espacios para fortalecer los vínculos. Mientras que al preguntar la existencia de algún delimitante para potenciar la relación afectiva se dividía en porcentajes de veinticinco por ciento (25%) siendo respuestas tales como: tiempo, tareas del hogar, trabajo y ausencia del esposo en casa y sobre cargo de tareas por dicha situación. Finalmente un cien por ciento (100%) dijo deseaba conocer cómo reforzar los vínculos afectivos con los niños y niñas.

Pertinencia pedagógica del proyecto.

A partir del diagnóstico realizado, encontramos que una oportunidad para favorecer el desarrollo integral de niños, niñas y sus familias es al re-pensar los espacios de recreación, los cuales se ven necesarios para la construcción de vínculos, red de seguridad, la apropiación del espacio de vivienda para la recreación y el desenvolvimiento como ser humano. Este aspecto lo relacionamos con lo que el autor Acevedo (2020) indica, refiriéndose a la recreación como un fenómeno en la apropiación del espacio.

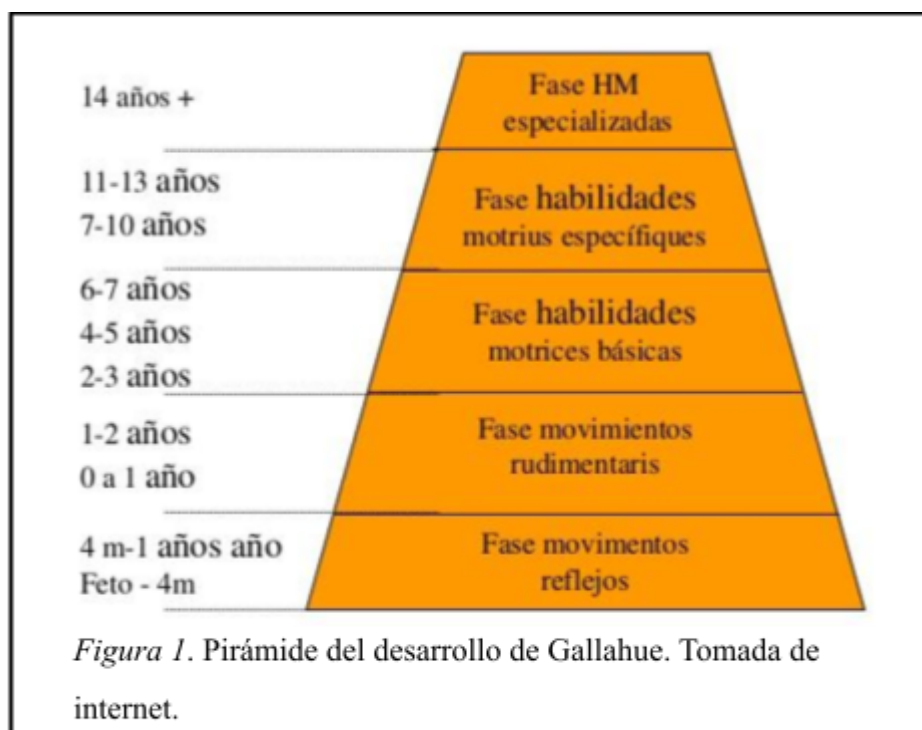
Se considera la recreación un ámbito ligado al deporte y la actividad física por su bienestar que le da al cuerpo de manera directa, además de que le permite al sujeto unos espacios de interacción con los demás, de esparcimiento de su diario vivir y de explotar sus capacidades físicas y mentales de la manera más saludable posible (p.28).

Entendemos entonces, a partir de lo mencionado por el autor citados, que cuando un ser humano se apropia del espacio en el que se desenvuelve, va a generar aspectos intrínsecos para su desarrollo (por ejemplo: ambiente afectivo, seguro, solidario y autónomo), esto se puede favorecer por medio de encuentros recreativos y de mediación lúdica, los cuales queremos fortalecer en esta población por medio del proyecto.

Consideramos que ante lo expuesto, el trabajo que se desarrolla con este proyecto, es de pertinencia por sus implicaciones prácticas. Responde a una oportunidad de contribuir

en el desarrollo integral de las personas menores de edad, tomando en cuenta las necesidades expresadas y observadas durante el diagnóstico realizado, el cuál se ahondó en el apartado de datos diagnósticos del proyecto. Considerando que la recreación potencia el desarrollo psicomotor en los niños y niñas, generando igualmente espacios de convivencia, disfrute, así como el fortalecimiento de vínculos afectivos, entre familias e hijo o hija.

Por otra parte, algunas de los aportes que pretendemos alcanzar a nivel pedagógico con este proyecto son, propiciar y desarrollar espacios provechosos para un desarrollo psicomotor enriquecido y estimulante, esto porque las edades que presentan los niños y niñas (desde el nacimiento a 6 años), son edades críticas para su desarrollo, en el cual amplían sus habilidades psicomotoras. Es importante comprender que el desarrollo psicomotor es la relación de un ser integral, es decir cómo se da la construcción de un individuo relacionando sus interacciones sociales, emocionales, cognitivas y motoras a nivel individual como con su entorno. Por lo que consideramos, destacar el área motora que va desde los cero (dentro del vientre materno) a los seis años los niños y niñas pasan por distintas fases, donde exploran el control de nuevos movimientos y capacidades corporales, tal como lo muestra la pirámide de desarrollo de Gallehue (1982) de la figura 1.



Ahora bien, cuando se logra un desarrollo motor que potencie y permita el reconocimiento nuestro propio cuerpo, capacidades, habilidades, destrezas, fortalezas motoras, facilita el desarrollo con más seguridad y apropiación a otras áreas del desarrollo humano, esto porque es necesario recordar que somos seres integrales, tal como mencionan Cabezuelo y Frontera (2016), “el desarrollo de las funciones psíquicas y motoras del bebé se realiza de manera simultánea al crecimiento físico y junto al desarrollo emocional. Es un proceso armónico y asociado al conjunto de crecimiento del niño en todas sus facetas” (p.10). Por lo que, una de las finalidades pedagógicas que se pretende alcanzar con este proyecto es que a través de la recreación los niños y niñas puedan conocer, explorar, comprender su propio cuerpo, retomando lo que se dijo anteriormente, las personas menores de edad experimentan las diversas habilidades y destrezas motoras acorde a sus edades, por lo cual requieren ser conscientes de su propio cuerpo y apoderarse del uso y manejo de éste.

Al permitirle a los niños y niñas, estas experiencias de recreación posibilitan el desarrollo psicomotor, por tanto, es posible que ellos creen y fortalezcan el proceso de creación de imagen propia, trabajando de manera paralela aspectos como autoestima y autoconcepto, recordando que como menciona Papalia (2009), el autoconcepto es, “sentido del yo; imagen mental descriptiva y valorativa de las propias capacidades y rasgos” (p. 255). Mientras que la autoestima es “la parte evaluativa del autoconcepto, el juicio que hacen los niños acerca de su propia valía” (Papalia, 2009, p. 327), esto se propicia al participar en los espacios de recreación, donde se favorece el desarrollo psicomotriz, ya que a través del mismo los niños y niñas desenvuelven su noción de esquema corporal. Como bien se ha visto, es de gran relevancia rescatar que por medio de estos espacios de recreación y las herramientas que se les brinden a las familias, queremos llegar a que los niños y niñas puedan por medio de la realización de talleres, fortalecer y promover la autorregulación. Comprendiendo autorregulación, según Caffarena y Rojas (2019),

La autorregulación ha sido definida como una habilidad que se logra cuando las personas desarrollan capacidades cognitivas de mayor complejidad, y funcionan como un sistema de control y de regulación. Entre estas habilidades, podemos

distinguir principalmente la atención, la memoria de trabajo, el control inhibitorio, la flexibilidad cognitiva, la planificación y la resolución de problemas (p.1).

De igual forma, se alude que la autorregulación permite el dominio físico, social, cognitivo y emocional, debido a que como indica Papalia (2009), la autorregulación es la base de la interacción social a través del dominio de todas estas áreas. Por tanto, parte de esta regulación que se desea promover es que los infantes comprendan que hay espacios que se pueden compartir, en este caso con la mamá o con la familia, y otros momentos que deben ser individuales, entendiendo que cada uno tiene diferentes responsabilidades y por esto en algunas ocasiones los niños y niñas pueden jugar de forma conjunta con su familia, o tener formas de entretenimiento individual. Esto abre paso a la auto concienciación (la cual se desarrolla entre los quince y veinticuatro meses), donde los niños y niñas, como menciona Papalia (2009) logran entender que no son el centro de atención y reconocer los otros “yo”.

Asimismo, otro aspecto, de la autorregulación es el poder conocer sus sentimientos y emociones, además de cómo abordarlos, esto se logra a través de la estimulación de funciones ejecutivas como la atención, de modo que Caffarena y Rojas (2019), mencionan que “El grado de atención parece relacionarse con la memoria y la regulación emocional en edades posteriores” (p.13), permitiendo que al tener una regulación emocional se de un manejo de la frustración que pueda darse en actividades de recreación.

Otra de las finalidades pedagógicas que se desea potenciar con este proyecto, es que las familias brinden una mayor importancia a los espacios de recreación para su propia vida y como estos favorecen el vínculo con sus hijos e hijas. Tal como menciona Cobos (2010) en el siguiente texto.

Los niños son activos y curiosos, muy pronto necesitan explorar el entorno físico y social, para ello necesitamos ofrecerles ambientes ricos y variados, así como apoyo afectivo y social. Hay una necesidad de comprender la realidad física y social. Los adultos deben ser mediadores de esa comprensión, el significado de lo que los niños construyen depende de esa mediación. Los padres deben escuchar y responder de forma contingente y ajustada a las necesidades del niño. (p. 5)

Es por esto mismo, que deseábamos conocer el valor que le otorgan las familias, a la recreación de sus hijos e hijas y a las de ellos mismos, debido a que se esperaba orientar, los espacios recreativos entendiendo sus propias necesidades y deseos, por ello como proyectistas se brindó espacios recreativos y momentos de mediación lúdica de forma grupal e individual. Como última finalidad pedagógica, veíamos la importancia de incluir la convivencia para su promoción y mejora, esto porque como hemos desarrollado previamente, este aspecto impacta el desarrollo psicomotor de los niños y niñas. Los humanos somos seres sociales, nuestra interacción con los demás influye en la forma que experimentamos la vida. Como hemos señalado se denota la trascendencia que tiene estos espacios en los niños-niñas y sus madres- padres, por lo cual consideramos necesario promover la mejora y el impulso de la convivencia entre madre/padre-hijo o hija.

Ahora bien, la temática de recreación se ha explorado e investigado en distintos niveles, ya sea nacional o internacional, pero desde el área que nosotras deseamos desarrollarlo, recreación como un medio para el fomento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo entre madres e hijos o hijas, el abordaje ha sido menor, esto lo podemos visualizar en los momentos de investigación previos a la aplicación del proyecto, donde se pueden encontrar investigaciones, libros, tesis, artículos, entre otros, sobre los temas de recreación (por ejemplo: Ibarra, 2018., Batallas, Cevallos y Angulo, 2017., Ceballos et al. 2016., Chaves et al. 2016., Acuña y Mauriello, 2013., Rojas, 2002), la mediación lúdica en estos espacios, el desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, pero son escasas las ocasiones en las que encontramos estos temas unidos, tal como lo realizaremos nosotras.

Por otra parte, respecto a la realidad que vivimos, vemos como la recreación como un espacio de disfrute y de convivencia es afectado debido al distanciamiento social, esto por la crisis sanitaria por el COVID-19 y el poco conocimiento de oportunidades de juegos recreativos o tradicionales, que se pueden implementar en espacios familiares, los cuales no requieren de un lugar en específico como un parque, sino que pueden realizarse en cualquier lugar con el espacio suficiente, igualmente estos no requieren de gastos monetarios para ser efectivos y gratificantes. Montalvan (2019), menciona que se ha dado una pérdida de juegos tradicionales como respuesta a una globalización, lo que fundamenta de la siguiente manera,

Los juegos tradicionales pierden vigencia cuando la sociedad ingresa en un proceso de aceptación de valores culturales ajenos, lo que puede conducir a su desaparición. Esto se debe principalmente a los cambios sociales y los nuevos juguetes industrializados cada vez más sofisticados, que hacen de los juegos tradicionales prácticas secundarias o marginales (p.28).

Es por esto que consideramos que este proyecto será de provecho para esta población, porque en nuestra actualidad los niños y niñas en su mayoría, están en constante contacto con las tecnologías (uso de celulares, televisión, entre otros), siendo esto un efecto global, por lo cual se podría evidenciar incluso desde nuestra realidad de país, y la forma que emplean los costarricenses las tecnologías. Es decir, el uso de las tecnologías ha llegado a ser parte esencial del día a día de los niños y niñas y con ellos sus familiares y cuidadores, debido a que utilizan los aparatos tecnológicos con el propósito de entretenerlos o evitar berrinches o un conflicto con las personas menores de edad, lo que ha reducido los espacios de comunicación familiar y los momentos de juego al aire libre, juegos tradicionales (saltar cuerda, rayuela, escondido, la anda, entre otros), asimismo los autores ecuatorianos Jaramillo et al. (2017) en su artículo “Niños y adolescentes. Su dependencia de la tecnología móvil.”, exponen que

Según el INEC en su último censo realizado en el año 2010, el 32% de los niños de 5 y 12 años ya usan una computadora, el 20% sabe lo que es navegar en Internet y el 17% manipulan un teléfono celular. Es justamente por esa razón que se ven parques vacíos, sin niños que jueguen en los columpios, resbaladeras, andando en bicicleta, volando cometas, jugando rayuela, saltando soga y muchos otros juegos infantiles tradicionales que vivieron hace ya muchos años, hoy convertidos en PlayStation y dispositivos móviles (tabletas, celulares, portátiles) con juegos on line que es lo que está acaparando la atención de los niños. (p. 60)

En lo relativo al contexto del país, en la Encuesta Nacional de Hogares (ENAHOG) del año 2016, se nota que hay una gran cantidad de la población contabilizada desde los 5 años de edad que hace uso de las tecnologías de información y comunicación, expuesto de siguiente manera en figura 2.

Cuadro 1				
Costa Rica: Porcentaje de la población de 5 años y más que utiliza dispositivos tecnológicos e internet, según zona, sexo, grupo de edad y nivel de instrucción, octubre-diciembre 2016				
Zona, sexo, grupo de edad y nivel de instrucción	Total de personas	Dispositivos tecnológicos e internet		
		Celular	Internet	Computadora
Costa Rica	4 538 580	90.1	70.5	43.2
Zona				
Urbana	3 313 178	91.2	76.1	49.0
Rural	1 225 402	87.2	55.2	27.3

Figura 2. Población de 5 años y más por uso de TIC. ENAHO 2016.

De igual manera es importante mencionar que debido a la realidad país (emergencia sanitaria por el COVID-19 que inició en el 2020), el desarrollo de este proyecto se llevó a cabo con presencia remota, utilizando herramientas tecnológicas, por lo cual no queremos desprestigiar su uso, sino más bien aclarar que este es necesario dentro de nuestra actualidad, pero este debe promoverse con un uso adecuado, donde se vigile su empleo, se propicien materiales correspondientes a la edad del usuario y lleve de la mano la promoción del movimiento del cuerpo.

Haciendo referencia a la realidad educativa, podemos destacar la recreación como un aspecto relevante que debe de ir de la mano con la educación para que esta sea significativa, si lo observamos desde la educación preescolar, la recreación abre espacios de juego, lo que permite llegar a interiorizar conceptos, aprendizajes, prácticas, entre otros. Esto, argumentado en lo que expone el Instituto de Estudios Interdisciplinarios de la Niñez y la Adolescencia (INEINA) (2007), “el juego es una herramienta que permite al niño y a la niña desarrollar habilidades relacionadas con la inteligencia. Tres funciones muy importantes que el juego fortalece son: la memoria, la atención y percepción” (p.4).

Podría decirse entonces que visualizar este proyecto en otros contextos es tangible, ya que su naturalidad es flexible, esto porque nace de la necesidad de un contexto no formal, por ende, este proyecto sería viable de llevar a cabo en distintos espacios y contextos. Esto porque las herramientas que se proponen como la implementación de

talleres, estaban adaptados a los espacios, edades, basándose en información recolectada mediante entrevistas u observaciones.

De igual forma como docentes, reconocemos la importancia de la recreación como una experiencia vital y necesaria para los niños y niñas en su desarrollo. Paralelamente, a través del mismo se enfrentan a experiencias únicas, como la exploración de su cuerpo, su contexto, por medio de este enfrentan conflictos y asimismo cómo solucionarlos. Por ejemplo: al jugar congelado los niños y niñas deben tener en consideración su propio cuerpo, el lugar y los demás niños y niñas, deben descubrir/resolver cómo se movilizan por el espacio sin que los toquen e intentar ayudar a los demás, a través de estos momentos también se desarrollan capacidades sociales, emocionales (enfrentar pérdidas y ganancias, valorar el proceso), conocimiento de las realidades que viven (uso de roles), entre otros. De modo que a través de la recreación podemos conocer mucho acerca de los niños y niñas con quienes trabajamos, generamos oportunidades de confianza, seguridad y apertura de forma implícita para los niños y las niñas

En lo relativo con las familias, se espera una trascendencia del espacio de donde se desarrolle, esto porque se desea visualizar qué efecto tiene dentro de las realidades personales de cada uno de los miembros de familia, ya que estaríamos abriendo las puertas al favorecimiento de la recreación y, a raíz de esta misma, se verá beneficiado el vínculo adulto-niño o niña. Cobos (2010) sugiere que “el juego es una vía excelente para que el niño pueda expresar y realizar sus deseos e interactuar con el medio externo y el familiar” (p.20).

Lo cual genera una relación simbiótica entre todos los elementos del proyecto, debido a que, el juego como parte esencial de la recreación beneficia el vínculo entre los niños, niñas y sus madres/padres e igualmente el desarrollo psicomotor de los niños y niñas, deseando que el vínculo transforme los espacios de recreación en familia fuera de la organización. Supuesto que, al crear apertura a un momento de júbilo para los actores de este, se convierta en una práctica diaria y constante, considerando que a través del vínculo hay mayor y mejor comunicación, afecto, apego y deseo de convivencia, obteniendo los lapsos de recreación como una zona de compartir en familia.

Una vez expuesta la pertinencia pedagógica que encontramos con nuestro proyecto, es necesario explicar la forma en que deseamos desarrollar el mismo, elementos que tiene, los momentos en los que se va a dividir, los principios pedagógicos que lo respaldan y las áreas en las cuales se comprende. Todo esto se podrá encontrar en el siguiente apartado de este trabajo.

¿Cómo se organiza el proyecto?

Para entender la organización de nuestro proyecto iniciamos con una descripción de los momentos que corresponden a este. El primer momento se llama, “Recreación: ¿la conozco?”, Es un momento que responde a donde podrán explorar sus conceptos de recreación en los espacios recreativos y momentos de mediación lúdica como talleres que nosotras como proyectistas compartiremos con las familias participantes. El segundo momento consiste en “Recrea, Juega y Vive” donde se plantea con la intención de que las personas menores de edad se puedan recrear, espacio donde los niños y niñas con ayuda de sus familias podrán explorar aspectos de su desarrollo psicomotor por medio de la recreación y mediación lúdica, todo esto con el apoyo de herramientas tecnológicas como videollamadas y vídeos, dicho momento se lleva también de la mano con “Juego con amor”.

Este también tendrá espacios que favorezcan la recreación, pero en este fueron las familias las que lo guiaron, compartiendo sus experiencias con las demás participantes y con las proyectistas, generando así espacios de conversación e intercambio de ideas. Todos estos momentos se llevó a cabo a distancia, utilizando las herramientas electrónicas a las cuales se pueda acceder (videollamadas, llamadas, videos, audios, panfletos, entre otros), igualmente los materiales que se utilicen se les entregaron a los(las) participantes antes de iniciar los talleres de manera personal por las proyectistas.

Con el propósito de comprender mejor el sustento pedagógico del proyecto hacemos referencia a los principios pedagógicos dentro del Trabajo Final de Graduación (TFG), los cuales nos conceden pautas al momento de planificar, elaborar e implementar nuestros tres momentos planteados (“recrea, juega y vive”, “recreación ¿la conozco?” y “juego con amor”). Por esto hemos decidido basarnos en los aportes brindados por los autores Flórez y Vivas (2007).

- Enseñanza lúdica: Este principio es una guía y orientación para nosotras como proyectistas, debido a que nos señala la función que tiene la recreación y mediación lúdica en nuestro proyecto y nuestro quehacer, rescatando lo que mencionan Flórez y Vivas (2007),

La actividad lúdica como actividad formativa: El juego como principio pedagógico no es sólo un recurso didáctico para la enseñanza y el aprendizaje, sino una experiencia original que forma a los jóvenes sin las consecuencias de seriedad y responsabilidad propias de los adultos. (p. 171).

- Afecto: Los autores citados Flórez y Vivas (2007) definen este principio como “integrar lo cognitivo con lo afectivo. Este principio propone no sólo que el afecto es una necesidad del ser humano, sino que el “calor humano”, en el aula, facilita y propicia el aprendizaje y la formación de los estudiantes” (p.168). Este principio para nosotras es de suma importancia, como hemos desarrollado en párrafos anteriores, deseamos favorecer los vínculos afectivos entre las familias (madre-padre-hijo-hija-abuelo-abuela, entre otros), ya que como se alega en ocasiones previas, un buen vínculo afectivo da seguridad, confianza al niño o niña, lo que es de beneficio a lo largo de su vida en diversos aspectos, tales como generar buenas interacciones con otras personas, seguridad y confianza en sí mismo, enfrentar con mayor éxito distintas situaciones.
- Actividad: El proyecto y nosotras como facilitadoras deseamos que los participantes se apropien y que ellos y ellas sean quienes puedan observar su propio progreso y beneficios, siempre de nuestra mano, guía y mediación por lo que como indican Flórez y Vivas (2007), “Este principio significa que la mejor formación se gana no recibiendo pasivamente conocimientos y valores, sino actuando reflexivamente sobre la propia vida, sobre los propios conocimientos y valores a que tiene acceso” (p. 170).

Este proyecto desea favorecer tres grandes áreas que influyen en el desarrollo integral como seres humanos y en la vida cotidiana, las cuales abordaremos de forma individual seguidamente.

- a. Fortalecimiento del desarrollo psicomotor en niños y niñas desde el nacimiento a los 6 años: en esta se espera como lo hemos relatado, propiciar espacios de recreación donde los niños y niñas puedan desarrollar, fortalecer y potenciar sus habilidades psicomotrices, lo que observaremos con el paso de los talleres donde se implementaron diversas actividades, estrategias y momentos que involucren la recreación y la mediación lúdica desde nuestro papel como investigadoras. Comprendiendo, también, todo aquello que beneficia el desarrollo psicomotor, dicho de otra manera, es a través del favorecimiento de este que se despliega la promoción de aspectos como autoimagen, el conocimiento de emociones, la autorregulación, entre otros, brindando entonces un espacio para la experimentación y a la exploración de sí mismos. Esta área la podemos relacionar con los principios pedagógicos de enseñanza lúdica, esto porque desde nuestro quehacer se generó una experiencia diferente y original, el otro principio que podemos visualizar es el de actividad, en el cual los participantes podrán apropiarse de los conocimientos desde la inserción en esta.

- b. Propiciar disfrute en espacios de recreación con las familias y brindar herramientas: a través de espacios o momentos con las familias se planea realizar actividades y estrategias de recreación, donde cada integrante de la familia pueda hacer uso de su tiempo propio siendo este una oportunidad de des-estrés, goce y disfrute, ya que debemos recordar que ante todo cada adulto, adolescente, niños o niñas necesitan de estos espacios. De igual forma será más efectivo que comprendan el valor e importancia del tiempo de recreación en los niños y niñas, si los y las integrantes de la familia lo experimentan, dado que no estuvieron recibiendo información pasivamente, sino que los y las integrantes actuaron reflexivamente, tal como nos menciona el principio pedagógico de actividad. Es importante rescatar que estuvimos abiertas a escuchar a las familias sobre qué experimentan en estos momentos y cómo les beneficiaba en su contexto familiar u otras áreas, Por otra parte, se espera propiciar herramientas para fortalecer el desarrollo psicomotor, por eso se desea mediante talleres o de forma virtual (esto

porque dependerá de la situación del país sobre la pandemia que se experimenta actualmente (COVID-19), aportar información a las familias acerca de actividades que pueden realizar con los niños y niñas desde casa, un parque, un área verde, etc., que involucren la recreación y por medio de este explicarles de qué forma favorecen el desarrollo psicomotor de los y las menores, así como espacios de convivencia, disfrute, esparcimiento para ambos o individual (niños y niñas). Esta información se facilitaría por medio de imágenes, vídeos, mensajes, audios, entre otros, vía whatsapp, instagram y canal de youtube.

- c. Potenciar el vínculo afectivo desde la recreación: a través de la información que se brinda a los(as) participantes rescatar y resaltar la importancia del vínculo afectivo madre-hijo e hija y como este se puede promocionar mediante momentos de recreación, ya que como mencionamos anteriormente son espacios de disfrute y convivencia. Se pretende conocer cómo se favorece el vínculo dentro de los hogares, por medio de un compartir de experiencias que nos aporten las familias, este podría darse en varios momentos de los talleres, respondiendo al momento de “juego con amor” planteado previamente. En esta área se refleja el principio de afecto, donde se entiende que este impacta la manera en la que se aprende o se adquieren aprendizajes, recalcando que nuestro objetivo es favorecer ese vínculo como un beneficio a lo largo de la vida.

Una vez que hemos aclarado las tres grandes áreas que se desarrollaron se puede comprender que además del trabajo con los niños y niñas en el favorecimiento del desarrollo psicomotor, a través de experiencias de recreación y mediación lúdica, se desea conocer la visión de las familias desde los espacios de recreación y cómo estos pueden mejorar su vida cotidiana, al experimentar oportunidades de disfrute, de conocimiento de sí mismas, y de descubrimiento para los miembros de la familia y los niños y niñas. Sumado a esto la relación y el vínculo afectivo que fortalecen.

El proyecto llega a tener implicaciones tanto para los niños y niñas, como para el resto de la familia, creando espacios que son poco frecuentes dentro de su cotidianidad,

como se explicó en el diagnóstico, los cuales son necesarios para conocerse a sí mismos y entre otros, convivir, desestresarse. Es un espacio enriquecedor, que les permite distraerse del contexto que experimentan, el cual se ve ha visto afectado debido al COVID-19. Una de nuestras intenciones, es enamorar a los niños, niñas y su familia de una recreación en la que utilicen el cuerpo, espacios amplios, juegos, contacto unos con los otros, para esto es importante que ambos puedan experimentar sus beneficios como personas y en conjunto como familias.

Generando a partir de estas vivencias, que los(las) participantes relacionen la recreación individual y grupal, no como un privilegio sino como una necesidad, que deben intentar incorporar para el bienestar de ellos(as) y de sus hijos e hijas. Esta intención la queremos alcanzar por medio de nuestras intervenciones con ellos y ellas, mediante los talleres, estrategias y actividades. Las cuales no solo buscan que crezca el vínculo afectivo entre miembros de la familia y los niños y niñas, sino que, también permite crear diversas interacciones (entre pares, proyectistas con los niños y niñas, proyectistas con las familias) en una población heterogénea, generando así confianza, la cual denotamos necesaria para que este proyecto sea exitoso, debido a que es necesario una apertura para abordar temas en relación a la afectividad.

Se pretende que fomentar la recreación en donde se favorece el desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, también se pueda a partir de este proyecto, implementar una nueva visión sobre cómo en el papel de familia se puede propiciar vivencias significativas (afecto, de favorecimiento al desarrollo) a un niño y niña, sin necesidad de recurrir a una herramienta tecnológica, y mientras que esto sucede también pueda ser un espacio de disfrute para ambos. Para intentar que esto sea posible, recurriremos a talleres, estrategias y actividades, donde los materiales sean lo más básicos (que no requieran de una gran inversión y se puedan encontrar fácilmente sin un costo elevado), siendo el cuerpo humano nuestra principal herramienta durante este proyecto. Para entonces evidenciar que acceder a la recreación no se requiere de una gran inversión económica, espacios específicos como áreas grandes, entre otros aspectos a los que no se tienen facilidad de adquirir. Ahora que se ha comprendido lo que el proyecto pretende, sus recursos materiales y humanos, ahondaremos en la viabilidad del proyecto, de modo que quien desee tomar esta experiencia

de base puedan orientarse y conocer las posibilidades que posee para aplicar un trabajo similar.

Viabilidad del proyecto.

Como proyectistas consideramos que lo que deseamos desarrollar es totalmente viable dentro de los contextos sociales y educativos, porque se cuenta con la anuencia de los(las) participantes. Esto porque la recreación es un aspecto necesario en el desarrollo físico, social, psicológico, entre otros, para el enriquecimiento humano y, por tanto, es algo esencial en la vida. Algunos de los aspectos que vamos a desarrollar para garantizar que el proyecto sea viable dentro de estos contextos son, propiciar espacios de recreación y mediación lúdica, para fortalecer el vínculo afectivo y valorar la percepción que se tiene de recreación, tanto con los niños y niñas, así como con sus encargados. La propuesta en el Manual de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL) (2016) indica lo siguiente que relacionamos con lo que significa tener un proyecto viable,

El Proyecto Factible comprende las siguientes etapas generales: diagnóstico, planteamiento y fundamentación teórica de la propuesta; procedimiento metodológico, actividades y recursos necesarios para su ejecución; análisis y conclusiones sobre la viabilidad y realización del Proyecto; y en caso de su desarrollo, la ejecución de la propuesta y la evaluación tanto del proceso como de sus resultados. (p. 21).

Nosotras orientaremos una propuesta alternativa a los niños, niñas y sus madres, donde ellos y ellas son los que van a ir guiando el camino por seguir, esto por medio de las evaluaciones: (cuestionarios, entrevistas, grabaciones de vídeos, fotografías), que se llevaron a cabo indirectamente a través de actividades, talleres, conversatorios, entre otros, las cuales permiten que se alejen de la visión habitual de evaluación como “exámenes”, sino que estuvieron enfocadas para que los participantes realicen un aprendizaje natural. Gutiérrez y Prieto (1993), indican lo siguiente que relacionamos con lo que significa tener una propuesta alternativa, “una propuesta alternativa se basa fundamentalmente en una

evaluación distinta. Más aún, esta última es la piedra de toque del sistema, ya que permite el seguimiento del autoaprendizaje” (p.148).

Propósitos del proyecto

Desde la propuesta pedagógica de favorecer la necesidad que se presenta en la realidad del país, planteamos un propósito general y cuatro propósitos específicos, en los que se pretenden atender las habilidades, destrezas, potencialidades del desarrollo psicomotor de los niños y niñas desde el nacimiento a seis años. Así como un espacio de goce, disfrute, expresión y convivencia tanto de los niños y niñas, como de las familias y finalmente se desea cumplir con el favorecimiento de vínculos afectivos entre familias-hijo e hija.

Propósito general.

Favorecer el desarrollo psicomotor y los vínculos afectivos entre familia-niño y niña, a través de oportunidades de recreación y mediación lúdica.

Propósitos específicos.

- Conocer la visión de recreación que poseen las familias y sus espacios recreativos, para partir de sus conocimientos previos y oportunidades para recrearse.
- Propiciar espacios para que las personas participantes reconozcan la importancia de vivenciar la recreación como beneficio en su vida cotidiana, mediante momentos de esparcimiento y disfrute para los niños y niñas, y sus familias.
- Fortalecer el vínculo afectivo entre las familias, niños y niñas mediante la vivencia de forma conjunta del momento “juego con amor”, donde se brinden formas de recreación y mediación lúdica.
- Valorar la percepción final de las familias acerca de la recreación y su influencia en los vínculos con sus hijos e hijas.

Antecedentes

A continuación, se expondrán algunos de los estudios que anteceden a la presente investigación, tanto en el ámbito nacional como internacional. La finalidad de dicho apartado radica en evidenciar las líneas investigativas que se han desarrollado hasta la actualidad, en torno a la temática: **“Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en familias con niños y niñas de 0 a 6 años, mediante la recreación y la mediación lúdica”**.

Estudios internacionales.

En cuanto a los estudios internacionales, hacemos referencia al proyecto de graduación para el grado de licenciatura “Propuesta de un programa de estimulación del vínculo afectivo entre madres e hijos de 0 a 2 años, a través del juego corporal”, de la ecuatoriana Cobos (2010). En el que propone el “programa de estimulación del vínculo afectivo a través del juego corporal”, mismo donde Cobos (2010) define tres funcionalidades del programa, las cuales son; “disfrutar del hecho de ser padres, aprendiendo junto a sus hijos, acompañar al niño en el descubrimiento de sus potencialidades y prevenir cualquier tipo de dificultad que pueda afectar su normal desarrollo (problemas de lenguaje, comportamiento, etc.)” (p. 23).

Para la ejecución de este programa, Cobos (2010) lo divide en dos etapas, en la primera, la técnica de un grupo focal, siendo este grupo de padres de familia en el cual investiga necesidades y expectativas sobre los ritmos de aprendizajes en edades tempranas, sin embargo, no la pudo realizar, por lo que la sustituyó por visitas al centro infantil donde logra hacer contacto con algunas madres y averigua sobre la relación madre-hijo y su vínculo afectivo. La segunda etapa consiste en el desarrollo de talleres para las familias, en los cuales orientaba a los padres sobre actividades cotidianas que permitieran estimular el vínculo afectivo a través del juego corporal.

Finalmente, Cobos (2010), expone entre sus conclusiones aspectos como que los vínculos afectivos se establecen a lo largo de la vida, mediante el constante intercambio comunicativo entre padres e hijos. También, resalta que hay un lazo afectivo especial entre

la madre y su bebé, y esta unión beneficia el bebé a lo largo de su vida; además menciona que es necesario entender el papel que desempeña cada persona cercana al niño, para reconocer su influencia en el impacto del desarrollo socioemocional. Por último, destaca la importancia del juego con relación al vínculo afectivo, diciendo que “al jugar los padres con los hijos de corta edad se crean lazos de unión más fuertes, una comunicación verbal y, sobre todo, no verbal muy íntima” (p. 52).

Para nuestro proyecto es de gran aporte atender estas conclusiones de Cobos (2010), porque nos permite tener en cuenta, a la hora de planear y desarrollar momentos como “juego con amor”, aspectos relacionados al vínculo afectivo entre padre, madre e hijo o hija, que se desea favorecer, como la importancia del intercambio comunicativo como un aspecto predominante en dichos vínculos. Otro punto, es el lazo afectivo especial que menciona Cobos (2010), ya que esto es algo que debemos reforzar en las familias para que puedan sacar mayor provecho.

Por otra parte, la investigación realizada por la ecuatoriana Cobeña (2011), titulada “Los juegos recreativos y sus incidencias en el desarrollo psicomotriz y el aprendizaje de los niños/as del nivel pre escolar y escolar del centro educativo “mis pequeños traviesos” de la ciudad de Portoviejo en el año lectivo 2010-2011”. En la cual su objetivo planteado era, “Determinar la incidencia de los juegos recreativos en el desarrollo psicomotriz y en el aprendizaje de los niños y niñas del nivel pre escolar y escolar del centro educativo mis pequeños traviesos” (p. 4).

La investigación realizada por Cobeña (2011) fue tipo no experimental basada en la observación, realizó la aplicación de técnicas como encuestas a estudiantes, padres de familia y docentes, estadísticas para demostrar resultados de dichas encuestas y recopilación de información bibliográfica. Cobeña (2011) obtiene varias conclusiones de su investigación, dentro de ellas, menciona que los y las docentes requieren mayor especialización respecto a la formación lúdica y pueden presentar un desconocimiento de esta materia. También evidencia la influencia del entorno familiar para complementar la enseñanza lúdica que realizan los y las docentes, así como la falta de participación, entre otras conclusiones, respecto a la preparación del centro educativo y personal, como contar con el espacio, materiales y preparación.

Cobeña (2011), finalmente hace algunas recomendaciones que consideramos interesantes para pensar en cuanto a la implementación del trabajo de campo del TFG o desde nuestro quehacer de proyectistas a la hora de planificar y crear, tales como, implementar una ludoteca que contenga herramientas necesarias para llevar a cabo una eficiente enseñanza lúdica, generar las condiciones necesarias para involucrar a las familias de forma activa y que participen en la planificación y aplicación de programas. Establecer lineamientos necesarios para la aplicación de la lúdica y realizar diagnósticos del contexto o situación para adaptar las estrategias lúdicas que se desean desarrollar.

Otra investigación que consideramos de importancia se presenta en el año 2016 en el cual sus autores Ceballos, Lozano, Murúa, Salazar, Sánchez y Vargas, denotan que los programas sociales que ha provisto el gobierno no son suficientes para abastecer las necesidades de un grupo de niños y niñas y jóvenes que sufren de violencia social en su vida diaria. Estos niños y niñas, y jóvenes pertenecen al distrito de Juárez en México, el cual es descrito por los autores como un espacio en el que predominan las pandillas, el vandalismo, violencia, drogadicción y narcotráfico. Esta investigación se lleva a cabo en el año 2014, y busca atender la problemática encontrada por medio de los deportes y de las actividades recreativas.

Los autores inician con un análisis de los conceptos de tiempo libre y recreación, en el cual nos indican que el tiempo libre tiene un significado diferente para cada persona (Ceballos et al. 2016, p. 359), y que en el caso de los niños, niñas y jóvenes está condicionado totalmente por el espacio en el que se desenvuelven, en el cual influyen los recursos socioeconómicos, las familias, la cultura, entre otros. Lo anterior, porque los autores ven la necesidad de desarrollar estos temas con los niños, niñas y jóvenes que atienden el Campamento de Verano promovido por el gobierno del distrito, para que así conozcan los distintos beneficios que tienen las actividades recreativas y como estas generan espacios de aprendizaje cognitivo, social y de desarrollo físico motor.

Esta investigación se llevó a cabo en el transcurso de cinco semanas, del año 2014, pero se publicó el año 2016, donde se evaluó a los 46 participantes la última semana de ejecución para que así tuvieran el tiempo suficiente de adquirir nuevas habilidades deportivas. En la evaluación se les pidió a los participantes que hicieran mención a palabras

que asocian con las experiencias en cada deporte practicado, para determinar cuáles de estos deportes consideraban los niños, niñas y jóvenes que tenían mayor impacto en las habilidades para la vida. A partir de esto los autores citados confirman que los espacios de aprendizaje alternativo como el Campamento de Verano favorecen el fortalecimiento de las habilidades para la vida, el cual tiene una repercusión en el desarrollo social y personal de los participantes.

Denotamos entonces el valor que posee esta investigación para nuestro proyecto, esto porque se comparte la característica de utilizar la recreación como un medio para favorecer los aprendizajes y habilidades. Dentro de este TFG la recreación y mediación lúdica conducirá el progreso de este, en cada uno de los momentos.

Otra investigación que deseamos incorporar a nuestros antecedentes es la investigación realizada por las ecuatorianas Batallas et al. (2017) quienes publicaron su artículo “Juegos recreativos y su incidencia en el desarrollo psicomotriz” en la Revista Atlante. No obstante, el título de la investigación corresponde a, “Los Juegos Recreativos en el Desarrollo psicomotriz en los niños 4- 5 años de la Unidad Educativa "Río Teaone" del sector Tiwinza Las 50 casas, perteneciente a la parroquia Vuelta Larga de la ciudad de Esmeraldas” (p.15). Su objetivo general era “determinar las causas de la escasa utilización de estrategias didácticas para aplicar los juegos recreativos y creativos en el proceso del desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de 4-5 años de la Unidad Educativa ‘Río Teaone’” (p.1).

Esta investigación es tipo descriptiva, en la cual Batallas et al. (2017), realizan un análisis de las estrategias que utilizan las docentes con los niños y niñas. Aplicaron encuestas a doce docentes, para obtener datos previos, así como una aplicación para valorar las habilidades motrices a treinta niños (quince niñas y quince niños). Vincularon su investigación con las habilidades psicomotrices finas y gruesas, como habilidades previas al proceso de lecto-escritura. Las investigadoras concluyen que, hay escasa actualización y aplicación de adecuados juegos recreativos por parte de las y los docentes, debido a que los pocos que utilizan, se enfocan en el equilibrio, disociación de movimientos y coordinación, además, Batallas et al. (2017), describen que hay limitado uso de material didáctico eficiente, que permita generar una clase dinámica.

Por otra parte, las autoras de dicha investigación rescatan en sus conclusiones que el uso de recursos y materiales didácticos en conjunto a la motivación, estimulación y relajación permite a los niños y niñas adaptarse progresivamente. También destacan que hay docentes que no se encuentran capacitadas para el desarrollo de estrategias motrices, resaltando la importancia de estas exponiendo que,

Las habilidades y destrezas motoras para que fortalezca la coordinación dinámica global, equilibrio y eficiencia motriz para emprender favorablemente al desarrollo integral, reflejando resultados positivos del tono muscular, postural y de los miembros, la prensión y de la dominancia lateral, para afianzar la creación de rasgos, bocetos o escrituras dominando el espacio, tiempo y ritmo para su concreción. (Batallas et al. 2017, p.15).

Para concluir, Batallas et al. (2017), mencionan que la falta de actualización y conocimientos sobre estrategias motrices básicas ha repercutido negativamente en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas, generando también un ambiente monótono, poco crítico, enriquecedor, y que no fomenta la autonomía, lo que además genera desinterés y afecta el desarrollo de habilidades y destrezas motoras. Es por esta razón, que dicha investigación aporta a nuestro proyecto, debido a que demuestra la importancia de los espacios de recreación en la vida cotidiana, así como su beneficio en las rutinas y la parte motora de los niños y niñas.

Asimismo, la investigación realizada por Ibarra (2018), la cual se denomina “Los juegos recreativos en el desarrollo socioafectivo de los niños y niñas de 3 a 4 años” y que tiene como objetivo “Determinar la importancia que tienen los juegos recreativos, mediante la investigación bibliográfica, en el desarrollo socio afectivo de los niños y niñas de 3 a 4 años” (p. 8), se propuso implementar un método en donde se enfocaron sobre todo en investigar acerca del Sistema lúdico-creativo del Dr. Raymundo Dinello y juego recreativo.

A través de las investigaciones bibliográficas realizadas por Ibarra (2018) se logra concluir algunos aspectos como: la importancia de dirigir los juegos recreativos a los niños y niñas y no a la actividad física como tal, como otro punto la necesidad de brindar a los padres y madres de familia información sobre las responsabilidades educativas y sociales

de las personas menores de edad, de modo que con esta información puedan propiciar apoyo y recursos para la apertura de realización de actividades recreativas, logrando los propósitos que se propongan en cada ejercicio.

Finalmente, una de las conclusiones que consideramos relevante para nosotras como proyectistas al querer trabajar el vínculo afectivo entre madre o padre-hijo o hija mediante la oportunidad de espacios recreativos, es la conclusión que Ibarra (2018) expone, acerca de utilizar las actividades recreativas como un medio para identificar cómo es el desarrollo socioafectivo de los y las infantes, así de este modo poder intervenir en sus necesidades de una forma progresiva. Esta investigación tiene una influencia en nuestro proyecto debido a que muestra como la recreación puede no solo tener aportes importantes en el desarrollo psicomotriz, sino en los vínculos afectivos con relación a los padres, madres o personas que propicien este tipo de experiencias, permitiendo observar y trabajar el área socio-afectivo, llevando entonces a la práctica las posturas propias sobre el desarrollo integral y que como seres humanos estamos compuestos por diversos ámbitos que interactúan.

Estudios en el ámbito nacional.

En lo que respecta, a estudios elaborados en Costa Rica, el artículo “Beneficios de las actividades recreativas y su relación con el desempeño motor: revisión de literatura” por Chaves, Jiménez, Morera y Román (2016), profesoras de la Universidad de Costa Rica y la Universidad Nacional, realiza un recuento de los principales beneficios de la recreación y como este tiene una relación con el desarrollo motor. Dentro del artículo Chaves et al. (2016), mencionan lo siguiente: “los beneficios personales que se perciben de las actividades recreativas son a nivel físico, socio psicológico, cognitivo y espiritual, mientras que, en la sociedad, los beneficios se obtienen para la familia” (p.11), esto lo relacionamos con nuestro proyecto, porque a través de la recreación y mediación lúdica deseamos favorecer los aspectos de desarrollo motor y vínculo afectivo.

Las autoras brindan diferentes definiciones de la recreación a través de los años y cómo este concepto ha ido evolucionando, por ejemplo, se encuentran dentro de ella escuchar música, ver televisión, jugar videojuegos, entre otros, pero lo enfocan actualmente en cómo la recreación al aire libre favorece a la niñez que sufre de obesidad y sobrepeso,

esto porque va a generar cambios sin que sea algo desagradable, sino que más bien genera placer en el momento de recrearse. Observamos una similitud con esta afirmación y nuestra realidad, esto porque buscamos transformar el concepto que los niños- niñas y familias tienen sobre lo que es la recreación y lo que es el recrearse.

Chaves et al. (2016), organizan su artículo desde las actividades recreativas al aire libre y salud, desempeño motor y actividad física y la participación de la recreación con el desarrollo motor. Relación que nosotras como proyectistas también desenvolvemos dentro de este trabajo, por lo cual podemos evidenciar varios de nuestros hallazgos como “diferentes estudios han establecido que las actividades recreativas al aire libre benefician las destrezas motrices básicas” (p.17), esta situación expuesta por las autoras la hemos podido evidenciar desde nuestra experiencia e investigación desde nuestros años de experiencia como docentes.

Este artículo brinda innumerables insumos sobre la recreación y cómo esta puede transformar un espacio, tal como nosotras proyectistas deseamos favorecer el desarrollo psicomotor y el vínculo afectivo por medio de estos momentos recreativos. Por lo cual es necesario conocer y entender su trasfondo desde lo teórico y no solo práctico, esto porque servirá de respaldo, para llevar a cabo el proyecto deseado.

Otro de los estudios realizados a nivel nacional es el expuesto por las autoras Salazar y Juniu (2019), este corresponde a “Documentación de vivencias recreativas de un grupo de mujeres de Los Cuadros mediante Fotovoz”, esta toma en cuenta cuatro comunidades con vulnerabilidad social, las autoras recopilaron las distintas actividades recreativas que suceden dentro de estos contextos. Por medio de un compendio de experiencias de las mujeres que residen en dicha colectividad, esto con la ayuda de herramientas como fotografías y expresiones narrativas.

Estas expresiones narrativas, facilitaron que las mujeres realizaran una identificación de los tipos distintos de recreación a los cuales podían acceder, dentro de sus espacios de vivienda y alrededores. Asimismo, gracias a las herramientas utilizadas para reunir información, las participantes identificaron situaciones y problemas que sus comunidades pudieran estar experimentando. Salazar y Juniu (2019), citando a Briand et al

mencionan lo siguiente, “muchas de las problemáticas comunales pueden reducirse por medio de actividades recreativas o educativas auspiciadas por entidades y personas profesionales relacionadas con la recreación” (p. 3), esta atención a las problemáticas encontradas fue una situación emergente con la cuál, las autoras lidiaron durante el transcurso de este estudio.

Las investigadoras concluyen que el darles voz a las participantes, tuvo un gran impacto dentro las comunidades, esto porque ellas “contribuyeron para que la comunidad fuera un lugar bonito en el cual vivir” (Salazar y Juniu., 2019., p.28), e igualmente indican que a lo largo de la investigación, las mujeres aprendieron sobre diversos temas, en especial sobre la recreación, infiriendo que es necesario mejorar los espacios recreativos y los programas destinados al beneficio de la comunidad.

Este estudio lo podemos relacionar en una parte importante dentro de nuestro proyecto, en el momento de “Recreación: ¿La conozco?, donde buscamos que las familias relacionen la recreación como un aspecto intrínseco de la vida, tal como lo hicieron las mujeres participantes del estudio. Asimismo, destacamos el papel que las investigadoras le brindaron a ellas, generando conocimientos y experiencias enriquecedoras para todos, así como deseamos que suceda con el proyecto.

Este primer capítulo permitió un abordaje previo que lleva a conocer el contexto y realidades de los participantes del proyecto, la pertinencia pedagógica de este, además de la visión que poseemos como proyectistas y junto con ello la forma en que se desarrolló el mismo. Asimismo, se presentaron una serie de antecedentes que nos orientan sobre algunas líneas para el trabajo de la recreación, mediación lúdica, desarrollo psicomotor y el vínculo afectivo. Una vez descrito lo anterior, se desarrolla el capítulo dos de la investigación que hace referencia a la construcción teórico conceptual de la misma.

Los antecedentes expuestos previamente nos brindaron una guía y orientación respecto a diversos temas a tratar en nuestro proyecto, tales como el uso de juegos en pro de los vínculos afectivos, la recreación y su influencia en el desarrollo psicomotriz y el aprendizajes los niños y niñas, además, cómo las experiencias recreativas permiten potenciar las relaciones interpersonales. Tomando en cuenta que todos estos aportes de las

investigaciones analizadas rescatan para nuestro TFG el ser integral, desde la potenciación de un espacio de esparcimiento, disfrute y goce, de modo que los momentos de juego y recreación daban como resultados aspectos positivos al contexto en el que se desarrollaba el trabajo de campo.

Capítulo II

Plan Operativo para la ejecución

En este capítulo se fundamenta el proyecto “Recrea, juega y vive: Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en familias con niños y niñas de 0 a 6 años, mediante la recreación y la mediación lúdica”, en el cual se pretendía propiciar espacios de recreación y mediación lúdica a una población infantil y sus familias. Como se menciona en el título del proyecto, a través de estos momentos se pretendía favorecer el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas desde el nacimiento hasta los seis años y, por otra parte, el vínculo afectivo desde los cero a los seis años, ambos aspectos estaban mediados por las familias, debido a la modalidad virtual en la que se aplicó el proyecto.

Desarrollo psicomotor de niños y niñas de cero a seis años

En esta categoría se expone el concepto de desarrollo psicomotor, comprendiendo que este desarrollo se favorece, entre otros aspectos, por medio de las actividades recreativas y lúdicas. Además, se desarrollarían aspectos como: etapas del desarrollo psicomotor, su papel en el desarrollo integral del ser humano y el conocimiento de sí mismo, a través de este desenvolvimiento psicomotriz. En este sentido, contemplamos que es necesario iniciar con el concepto de desarrollo psicomotor. Los autores García y Martínez (2016), lo definen como el

Proceso continuo que va de la concepción a la madurez, con una secuencia similar en todos los niños, pero con un ritmo variable. Mediante este proceso el niño adquiere habilidades en distintas áreas: lenguaje, motora, manipulativa y social, que le permiten una progresiva independencia y adaptación al medio. El DPM depende de la maduración correcta del sistema nervioso central (SNC), de los órganos, de los sentidos y de un entorno psicoafectivo adecuado y estable. (p. 81)

Partiendo de lo anterior, reconocemos que el desarrollo psicomotor va de la mano con un proceso de madurez, sin embargo, se entiende que cada persona tiene un ritmo de desarrollo diferente, el cual se adapta a las circunstancias, factores de vida y/o contexto.

Además, el desarrollo psicomotor, está influenciado por componentes (tales como maduración, alimentación, herencia, medio ambiente, entre otros), los cuales integran influyen el desenvolvimiento de las destrezas que el niño o niña desarrollan a lo largo de las etapas de su vida. Por ello, destacamos lo que plantean Cabezuelo y Frontera (2016), quienes exponen que el desarrollo psicomotriz depende de tres factores: la genética, la cual se hereda de los progenitores; las características ambientales, estas impactan directamente el clima en el que se desenvuelven, la alimentación, los aspectos de higiene y seguridad, entre otras; y, finalmente, el tercer factor sería la afectividad por parte de los padres, madres o cuidadores, resaltando la necesidad de este, desde bebés hasta la adolescencia, ya que esto proporciona un clima positivo para el desarrollo.

Después de haber descrito que es el desarrollo psicomotor, y los factores que lo constituyen, destacamos la importancia que tiene conocer los distintos componentes que lo integran. Cabezuelo y Frontera (2016), indican que el desarrollo psicomotor no se puede ver como un proceso individual, sino, que por el contrario está integrado por dos tipos de desarrollo, siendo estos el desarrollo motor y el desarrollo psíquico-afectivo. Los autores antes citados los definen de la siguiente manera:

1. *El desarrollo motor*, de las habilidades ligadas al sistema formado sobre todo por huesos y músculos, capaz de efectuar movimientos cada vez más complejos y precisos. La actividad muscular está siempre ordenada y coordinada por el sistema nervioso (cerebro, médula espinal y nervios periféricos).
2. *El desarrollo psíquico y afectivo*, ligado sobre todo a la actividad cerebral, de la que dependen funciones como el lenguaje, las manifestaciones afectivas y la relación social. Aunque su base es orgánica, tiene una interacción constante con el medio ambiente inmediato. Lo condiciona y estimula sobre todo el clima de afecto y los cuidados continuos de los padres, su amor en definitiva. (p.6)

Se entiende a raíz de esto, que el desarrollo psicomotor reúne distintos componentes, como lo son, el esquema corporal, lateralidad, organización del espacio

temporal, coordinación, equilibrio, control respiratorio, tono muscular, independencia motriz, percepción (visual, táctil, auditiva), lenguaje. Estos componentes influyen el uno en el otro, siendo necesario la adquisición de uno para acceder al otro.

Componentes del desarrollo psicomotor.

Para realizar la descripción de los componentes del desarrollo psicomotor, nos apoyaremos en los aportes de los autores Cruz y Maganto (2004), los cuales brindan contenido valioso para esta categoría.

Entre los 2 y 5 años los niños y niñas van mejorando la imagen de su cuerpo y los elementos que lo integran, van perfeccionando movimientos, estabilizando su lateralización y conquistando el espacio, relacionándose y actuando en él. Aunque entre 5 y 6 años el esquema corporal es bastante bueno en cuanto a la calidad de los movimientos y a la representación que se tiene del mismo, todavía se deben dominar conceptos espacio-temporales que permitan situarse adecuadamente en el espacio, en el tiempo y con relación a los objetos. De 6 a 12 años se sigue perfeccionando el esquema corporal, el movimiento se hace más reflexivo, permitiendo el favorecimiento de la representación mental del cuerpo y del movimiento en función del tiempo y el espacio (Cruz y Maganto, 2004).

La lateralidad por su parte se puede visualizar en un niño o niña en el rango de edades de 3 a 6 años. Esta se puede definir como “preferencia de utilización de una de las partes simétricas del cuerpo humano, mano, ojo, oído y pie” (Cruz y Maganto, 2004, p. 10). El proceso de lateralización va a definir si la persona utiliza la dominancia hemisférica derecha, la cual controla la lateralidad izquierda y a la inversa. Cuando un niño o niña utiliza un lado predeterminado constantemente, quiere decir que homogéneamente está lateralizado (Cruz y Maganto, 2004).

Por otra parte, las nociones espaciales izquierda-derecha no se encuentran en los componentes de lateralidad, estas nociones espaciales, más bien se desarrollan dentro de la estructuración espacio-temporal. Dentro de la cual se conciben elementos como conservación, distancia, reversión, entre otros, estos se van desplegando de los más sencillo

a lo más complejo. Por ejemplo, un niño o niña inicia reconociendo arriba o abajo, lo cual ayuda después a identificar la izquierda y derecha. Estas adquisiciones progresan entre los 2 a los 12 años (Cruz y Maganto, 2004).

En cuanto a la coordinación, es descrita por las autoras Cruz y Maganto (2004) como “la utilización de forma conjunta de distintos grupos musculares para la ejecución de una tarea compleja” (p. 11). La coordinación tiene una labor importante en la percepción y precisión de nuestras sensaciones, esta va a progresar por medio del entrenamiento y la madurez neuromotriz que se tenga (Cruz y Maganto., 2004). Otro elemento que suele relacionarse con la coordinación es el equilibrio, pero este se puede advertir como un elemento diferente, el cual es esencial para la realización de actividades coordinadas y premeditadas, podemos decir además que este “reúne un conjunto de aptitudes estáticas y dinámicas incluyendo el control de la postura y el desarrollo de la locomoción” (Cruz y Maganto, 2004, p. 11).

El control respiratorio, es otro de los componentes que contiene el desarrollo psicomotor. Este se logra relacionar con la percepción que se tenga del propio cuerpo y el dominio inconsciente del tono muscular que la persona posea. Se depende de un control voluntario e involuntario para manejarla, y algunos de los rasgos esenciales para el control respiratorio son el ritmo, adaptación, profundidad y conciencia (Cruz y Maganto, 2004). Como se pudo apreciar anteriormente se menciona el tono muscular, donde los músculos pueden relajarse o tensarse. Este control va a estar dictado por las circunstancias, esto porque va a depender de lo que se esté exigiendo al cuerpo en ese momento, por ejemplo, patear una bola o sentarse. Este componente se puede relacionar con las emociones, control y la atención (Cruz y Maganto, 2004).

Después de haber destacado los componentes expuestos por Cruz y Maganto (2004), vemos necesario retomar un aspecto que influye en el desarrollo de estos componentes, este siendo el ambiente. Los seres humanos adquieren aprendizajes, experiencias, habilidades de todos los ámbitos en los que se desenvuelven y están en contacto. Por ello es fundamental resaltar que los niños y niñas en su primera infancia adquieren o incorporan información a su proceso de psicomotricidad, de diversos

ambientes, tal como el contexto familiar. Alarcón, Coronel, Benjumea y Rodríguez (2016), aluden que

El ambiente al que esté sujeto el infante interviene de forma directa en los cambios mentales propios del desarrollo psicomotor, como es el desarrollo sensorial, que sólo se genera por la interacción entre la sociedad que rodea al infante y este. Del desarrollo sensorial depende el pilar para funciones básicas como la ubicación, orientación, distancia, medida, ejes de referencia, entre otros. Es importante la intervención del padre de familia, promoviendo actividades que mejoren la percepción, la curiosidad, la experimentación, la motricidad, la inducción y la deducción; y de igual forma estar atentos a qué aspectos del desarrollo están fallando y qué se debe hacer para perfeccionarlos o corregirlos, dado que las habilidades motrices se adquieren por el interés del niño en la interacción con los objetos o con las personas que están a su alrededor e interaccionan con él. (p.74)

Se infiere que, un ambiente enriquecedor, en cual se brinde acceso a experiencias diferentes, tendrá un efecto al momento de la construcción de componentes como lateralidad, tono muscular, lenguaje, entre otros, resaltando como todos los componentes y elementos del desarrollo psicomotor, tienen la capacidad de influir el uno en el otro. Una vez descrito el desarrollo psicomotor, así como los componentes y momentos que experimentan los niños y niñas en el mismo, se hace visible que este es parte esencial del desenvolvimiento íntegro del ser humano, por lo que lo describiremos como el siguiente subtema importante en esta categoría y en el proyecto.

Desarrollo psicomotor parte esencial de un desarrollo integral

Para iniciar este apartado, como proyectistas interpretamos que el desarrollo integral es un proceso complejo y constante, el cual involucra componentes motrices, sociales, cognitivos, psicológicos, emocionales, lingüísticos, afectivos, morales, físicos y nutricionales. En el cual hay influencia del contexto sociocultural en los que se desarrollen los niños y niñas, tales como: familiar, educativo (formal o no formal), comunidad, entre otros.

Por tanto, como se describió en la categoría anterior, dentro el desarrollo psicomotor se encuentran varios elementos que influyen sobre este, por ejemplo, la maduración, el progreso de habilidades o destrezas físicas, así como las habilidades cognitivas y emocionales, generando entonces un enlace entre cuerpo y mente, lo que conlleva al desarrollo integral. Al respecto, Sánchez y Samada (2020), aluden que uno de los factores que van a determinar el desarrollo integral de los niños y niñas es el desarrollo psicomotor, porque de él “depende en gran medida el progreso de las capacidades físicas, cognitivas y sociales desde infancia hasta su adultez” (p. 122), se resalta entonces como el desarrollo psicomotor es un aspecto necesario para alcanzar el desarrollo integral al que se está haciendo referencia dentro de este proyecto. Los autores citados, fundamentan en su investigación que,

La psicomotricidad junto a las áreas que lo integran ocupan un área importante en el desarrollo integral del niño ya que está totalmente relacionada con el desarrollo intelectual, cognoscitivo y afectivo; siendo esta la etapa más significativa en la formación del individuo, pues en ella se forman los cimientos para la personalidad integral (p.137).

De forma general se puede comprender que existe una relación entre los dos (desarrollo integral y desarrollo psicomotor). Este concepto lo apoyamos con lo mencionado por Sánchez y Samada (2020), donde visualizan esta relación como un aspecto global el cual tendrá un efecto en la educación de los niños y niñas, al igual que en las habilidades sociales. Una de estas habilidades sociales es la autoimagen y autoconcepto, las cuales explicaremos en el siguiente subtema.

Conocimiento de sí mismos: autoimagen y autoconcepto del niño y niña desde el nacimiento a los seis años.

Tal como se ha mencionado en categorías previas, a través del desarrollo psicomotor se beneficia el esquema corporal, en donde los niños y niñas adquieren una percepción de su cuerpo, favoreciendo su autoimagen y autoconcepto, debido a que, se hacen conscientes de sus propias dimensiones físicas, así como el manejo del mismo, capacidades de movimiento y su cuerpo respecto al espacio donde se desenvuelve.

Reconocemos también que este conocimiento de sí mismo, aun cuando se genera dentro de la psicomotricidad, se complementa con los espacios recreativos y de mediación lúdica en los cuales se involucra el juego. Pero ¿por qué el juego?, según el INEINA (2007), “jugar enseña a los niños sobre sí mismos, sobre su ambiente y sobre la forma de interactuar con las otras personas” (p.2). Es por medio del juego que los niños y niñas tienen la oportunidad de explorar lo que les rodea, al igual que las percepciones que tengan sobre sí mismos.

Además del juego, otro factor que influye en el conocimiento de sí mismo y en el autoconcepto, son las relaciones que se presentan, estas pueden guiar la percepción y visualización que tenga el niño y la niña como seres humanos. Pero para que esto suceda, es necesario que estas interacciones sean oportunas desde la primera infancia. Al respecto Borge et al. (2019), hacen referencia a que “el desarrollo de relaciones tempranas en los niños se precisa como de gran relevancia para el desarrollo posterior de relaciones sociales” (p.2).

En la mayor parte de los casos, estas primeras relaciones se desarrollan dentro de un ambiente familiar, por lo cual desde nuestra perspectiva es importante que las familias brinden apoyo constante, reconocimiento y expresión de emociones o sentimientos, aspectos que facilitaron la incorporación de nuevas relaciones sociales. Sumado a esto, un aspecto que integra las relaciones sociales es la calidad de los vínculos afectivos en los que se han desenvuelto, es por esto que se ve la necesidad de profundizar en su concepto y sus componentes. Esto se podrá visualizar en el apartado siguiente, en el cual se ahondará como este influye en las relaciones entre familias - hijos e hijas.

Vínculos afectivos entre familias-hijos o hijas.

Dentro de esta categoría ampliaremos el concepto de vínculo afectivo y sus subcategorías vinculadas a este proyecto. Identificamos el impacto que este tiene en las relaciones entre familias - hijo o hija, esto porque el vínculo afectivo familiar será el punto de partida que tendrán los niños y niñas para sus futuras relaciones sociales (Borge et al., 2019). Entendiendo su trascendencia, consideramos que es necesario esclarecer que son los vínculos afectivos. Según Jaroslavsky (2018) son:

Una unión o atadura, pero esta unión tiene como característica la de ser una correspondencia y una composición resultante de una mezcla entre sus componentes. Quisiera remarcar que todo vínculo humano: una pareja, una familia, un grupo institucional, un vínculo de amistad requiere para que se produzca, una unión o atadura entre sus miembros. (p.1)

Por otra parte, Mite y Pardo (2018), subrayan la importancia del vínculo afectivo entre madres-padres y niños o niñas de la siguiente manera: “el vínculo afectivo entre madre e hijo es esencial para el niño, que brinda seguridad y confianza, necesarios para el desarrollo y aprendizaje” (p.68). Se puede observar de nuevo lo esenciales que son las primeras relaciones sociales que tengan los niños y niñas, para su futuro, esta interpretación es apoyada por los autores Alarcón et al. (2019, citando a Jiménez et al.), sean oportunas desde la primera infancia. Al respecto Borge et al.(2019), quienes mencionan que “el establecer vínculos afectivos de calidad, sería de gran relevancia para el desarrollo socioafectivo en la infancia y su posterior inserción en el medio social” (p.4). Una vez más es evidente como la familia deja una huella en todos los seres humanos, en cada etapa de la vida.

En cuanto a nuestra construcción de la definición de vínculos afectivos, como investigadoras concluimos que estos surgen a raíz de las interacciones entre los seres humanos y tendrá una incidencia en la forma en que interactuemos con los demás, si estos vínculos afectivos son propiciados de forma positiva desde la primera infancia (inclusive desde el vientre materno), permitirán que se desarrollen personas seguras, confiadas, empáticas, con capacidad de reconocer y regular sus emociones, aspectos de los que hablaremos más adelante. Distinguimos que el hogar, con padres, madres o cuidadores es el primer lugar donde se promueven los vínculos afectivos.

Retomando lo que se dijo anteriormente, la familia es el primer agente transformador y educador de las personas, ya que es el ámbito donde experimentamos y exploramos desde el nacimiento y con quienes mantenemos una interacción luego de independizarnos (crear nuestra familia, vivir lejos, entre otros), por esto rescatamos lo planteado por Borge et al. (2019), acerca de la formación del vínculo afectivo,

El vínculo afectivo se forma con los padres o figura de apego desde el momento del nacimiento, generando una forma de relación con el mundo. El vínculo determina la forma en que se organice la personalidad del individuo, los sentimientos de afecto, confianza y seguridad, siendo así una fuente de estímulo y el medio para poner al niño en contacto adecuadamente y gesticulando la densidad de cada uno de los estímulos que recibe del mundo. (p.7)

Asimismo, Borges et al. (2019), confirman la importancia de los vínculos afectivos y el beneficio que estos generan en las familias, ya que entre mayor apoyo, seguridad y respaldo posean de otras personas como su familia, cuidadores o terceros (quienes les orientan en su proceso de crianza) así será la capacidad familiar de crear vínculos con sus hijos e hijas y fortalecer sus propios vínculos con otras personas. Es por esta razón que como proyectistas buscamos abrir espacios en los que se sientan seguros (as) y en confianza, para que puedan encontrar en nosotras una figura de apoyo y quienes brindarán una orientación en cuanto a herramientas para favorecer lazos afectivos con sus hijos e hijas.

Igualmente, para que estos vínculos afectivos tengan un sostén, deben trabajarse cotidianamente, la afectividad debe promoverse en las interacciones que se tienen, en las experiencias que como mamá o papá le pueda ofrecer a su hijo o hija, (Mito y Pardo 2019), un aspecto necesario para garantizar ese cimiento es la motivación, confianza y seguridad que se le propicie tanto a la mamá o papá como a los niños y niñas. Es importante agregar que estos vínculos afectivos son una herramienta para la vida, aspecto que se detalla posteriormente. A continuación, se describen algunas características importantes de los vínculos afectivos presentes en los niños y niñas.

Aspectos del desarrollo socioemocional que influyen en los vínculos afectivos de los niños y niñas

Sin duda alguna, es fundamental conocer las características que tienen los vínculos afectivos en la primera infancia, esto porque las necesidades de los niños y niñas son diferentes en cada una de sus etapas. De este modo, al momento de trabajar y favorecer estos vínculos con padre/madre y sus hijos e hijas, se tendrá acceso a información que

respalde las actividades recreativas propuestas para trabajar con la población. Por esta razón se abordarán los elementos de este apartado por medio de etapas, las cuales comprenderán las diferentes edades que componen la primera infancia.

Etapa 1: desde el nacimiento a los tres años. Cifuentes (2015), define la etapa desde el nacimiento a los tres años donde los niños y niñas de estas edades,

Presentan una estructura psíquica inmadura, son frágiles y su desarrollo depende de su criador. La relación entre cuidador y bebé es vital para el desarrollo cognitivo, social y emocional. La influencia que tienen los padres en la evolución de sus hijos es determinante. (p.11)

Por lo tanto, para nosotras es esencial, generar junto a las familias, una comprensión sobre lo que sus hijos e hijas necesitan de ellos(as), es decir, de su apoyo, afecto, comprensión y empatía, originando un vínculo que haga sentir al niño o niña seguro de la figura de apego que representa su madre o padre, rescatando también lo que plantea Cifuentes (2015), acerca de qué vínculo que debe ser cotidiano y a través de este abastecer la necesidad de ser respaldado emocionalmente y propiciando el interés de buscar una relación humana.

Otra característica de esta etapa es que las personas menores de edad están en el proceso de autorregular sus emociones, por lo que recibir una respuesta de contacto físico o emocional por parte de los padres, madres o cuidadoras, respecto a lo que sienten en diversas ocasiones, les ayuda conocer sus emociones, Cifuentes (2015), dice que “el contacto físico y emocional como respuesta a manifestaciones del bebé ayuda a este a identificar emociones. Por ejemplo, el acunar, hablar, abrazar, tranquilizar permite al niño establecer la calma en situaciones de necesidad e ir aprendiendo regular por sí solos sus emociones” (p.12).

Etapa 2: cuatro a seis años. Según Escobar (2018) en esta etapa los niños y niñas empiezan a imitar creencias, normas y actitudes de su ambiente familiar, es con la reproducción de estas cotidianidades que se permite vivenciar experiencias, momentos u oportunidades para poner en ejercicio su autorregulación y desenvolvimiento en su entorno.

La autora Escobar (2018), alude que los niños y niñas, logran visualizar más fácilmente la empatía y comprensión de emociones propias y ajenas, gracias a sus relaciones familiares, esta imitación tiene el objetivo de descifrar las emociones de personas que los rodean para así fortalecer sus vínculos.

Consideramos necesario agregar que en general, dentro de la primera infancia es esencial impulsar los vínculos afectivos por medio de las respuestas emocionales y el contacto físico, esto porque los niños y niñas tomarán por guía a los adultos con los que se relacionan, por medio de la imitación se desarrollarán los vínculos afectivos, que brindarán herramientas valiosas para la vida, este último aspecto se podrá encontrar en el apartado siguiente.

Vínculo afectivo: herramienta para la vida.

Como se ha dicho en reiteradas ocasiones, contemplamos que los vínculos afectivos, aportan beneficios dentro de nuestras interacciones sociales, es por esto que hacemos referencia a estos como una herramienta para la vida. Expondremos qué sucede al crear vínculos afectivos sanos y porque estos deben ser propiciados y favorecidos. Partiendo de lo anterior, denotamos esencial iniciar con lo expuesto por Marrone (2018).

Individuos con una historia de apego óptima tienen una manera efectiva y directa de regular emociones. Basado en muchas experiencias infantiles con sus figuras de apego que responden la mayoría de los casos en forma empática, sensible y eficaz a las comunicaciones de peligro o aflicción, los niños y niñas aprenden a tener confianza en la capacidad regulatoria de los otros. Tienen confianza en las figuras de apego, de manera que no les es difícil exponer su vulnerabilidad y pedir ayuda cuando la necesitan. (p.5)

Desde una figura de apego sana y de confianza, se promueve la primera herramienta, que es poder reconocer y regular emociones. Estos tendrán tal como lo expone Marrone (2018), un impacto en la inteligencia emocional (IE) de los niños y niñas, siendo la segunda herramienta que se promueve mediante los vínculos afectivos. Para nosotras IE es comprender, escuchar y comunicar, básicamente las mismas premisas de un vínculo

afectivo positivo o sano. Por lo que, gracias a la IE, las personas sin importar su edad y rango en la sociedad, poseen la posibilidad de comunicar sus sentimientos y emociones, abriendo espacio a los intercambios sociales. Mayer y Salovey, mencionados por Cejudo y López (2017), indican que el concepto en sí de la IE en el siguiente párrafo.

La capacidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la capacidad para acceder a sentimientos (o generarlos) que faciliten el pensamiento, la capacidad para comprender las emociones y el conocimiento emocional y la capacidad para regular las emociones promoviendo el crecimiento personal e intelectual. (p.30)

Por otra parte, las interacciones positivas que vivencien los niños y niñas con los demás, es el punto de partida para crear esquemas mentales sobre la interacción con otros (Cifuentes, 2015). Estos esquemas son aspectos intrínsecos para los próximos vínculos afectivos, es decir los vínculos que generen a lo largo de su vida. Asimismo los vínculos afectivos, generan y fortalecen el bienestar mental y emocional, tal como se encuentra en lo expuesto por Burutxaga et al. (2018), “es por ello que desarrollar y mantener vínculos importantes a lo largo de nuestras vidas es fundamental para nuestro bienestar psicológico y emocional a muchos niveles “(p.11).

Sumado al reconocimiento y regulación de emociones, la IE y la práctica de un buen bienestar mental, destacamos como un aspecto importante para la vida lo indicado por Cifuentes (2015), sobre autoestima, donde las interacciones y comunicaciones que tenga el niño o niñas serán internalizadas, por lo cual la persona que oriente los vínculos afectivos servirá de modelo para concebir la percepción que se tiene sobre sí mismo.

Por otra parte, Alarcón et al. (2016), indican que la creación de estas herramientas otorgadas del vínculo afectivo dependerá en gran parte de la relación entre madre o padre-hijo o hija, ellas trazarán el camino a seguir por los niños y niñas. El camino tomado definirá si se originarán inseguridades influyentes en la parte emocional, donde tal vez su percepción de la realidad y de los recuerdos sea inexacta. Pero, por el contrario, si esta guía está basada en la seguridad y empatía, es probable que se adquiera una capacidad para el lenguaje corporal y la expresión lúdica. Alarcón et al. (2016) mencionan también que las

herramientas generadas por los vínculos afectivos se pueden alcanzar por medio de un contexto familiar que se recrea y utiliza el juego. Aspecto que ampliaremos en la siguiente categoría, donde explicaremos como la recreación aporta y promueve los vínculos afectivos y el desarrollo psicomotor.

Recreación.

Comprendemos la recreación como una experiencia en la que se da el esparcimiento de las personas que la practican, propiciando y favoreciendo la convivencia, creatividad, disfrute y gozo. Chaves et al. (2016), comentan que la recreación se puede comprender como la agrupación de actividades que resultan placenteras generando con estas el gozo, las cuales se realizan en tiempos libres y fomentan el desarrollo integral. Así mismo es una oportunidad para promover el desarrollo humano de forma íntegra, ya que alberga distintos elementos como psicomotricidad, cognición, emociones, interacciones sociales, entre otros.

Por otra parte, de acuerdo con J. Ramírez, profesor de División de Educación Básica de la Universidad Nacional (comunicación personal, 5 de mayo de 2020), la recreación es “una necesidad y un derecho esencial de los seres humanos, mediante el cual realiza actividades de forma voluntaria, espontánea y de las cuales emergen el disfrute y el goce que enriquece su desarrollo y formación integral”.

Desde nuestras experiencias como docentes hemos presenciado la necesidad de fomentar la recreación en diversos ámbitos (formales, no formales, familiares, etc.), compartiendo lo que nos indican Chaves et al (2016) y J. Ramírez, acerca de la incidencia que tiene este espacio para el desarrollo integral de las personas. Tomando como referencia estos planteamientos, es fundamental observar los tipos de recreación, debido a que dicha clasificación brindó claridad acerca del tipo de recreación que se implementó en el proyecto.

Tipos de recreación.

Una vez que hemos abordado el concepto de recreación, se considera relevante mencionar los tipos de recreación, necesarios para comprender su noción de una manera

más clara. El autor colombiano, Rico (1999) clasifica o desarrolla la tipificación de siete tipos de recreación las cuales son: recreación comunitaria, recreación cultural y artística, recreación deportiva, recreación laboral, recreación pedagógica, recreación terapéutica y recreación turística-ambiental.

Para efectos de nuestro proyecto consideramos acorde definir únicamente cinco tipos de los siete presentados por Rico (1999), debido a que se adaptan a la realidad o intención del proyecto, siendo estas:

- **Recreación comunitaria:** está dirigida a la participación comunitaria, donde se busca que a través de espacios recreativos y públicos se confronten diversas situaciones y problemáticas que se viven en la cotidianidad comunitaria, brindando una oportunidad de desarrollo a la comunidad.
- **Recreación cultural y artística:** busca que los participantes tomen un rol activo en la creación o práctica artística (plásticas y escénicas) y de actividades culturales. Estas se disfrutan por medio de talleres formativos, didácticos y lúdicos permitiendo que se vivencie la creatividad, la construcción propia y reproducción o ejecución de valores y tradiciones.
- **Recreación deportiva:** procura el goce y desarrollo mediante las actividades físicas y deportivas, facilitando a sus participantes el desenvolvimiento de actividades placenteras, sociales, trabajos colaborativos y vidas saludables de forma integral, como objetivo de este tipo de recreación.
- **Recreación Pedagógica:** se integra en el proceso de enseñanza (formal y no formal), orientándose a un proceso liberador que simultáneamente educa. Esta abarca todas las edades, niveles y formas de educación, con el objetivo de dar lugar a la construcción de un proceso de concientización sobre el uso de nuestro tiempo libre, adecuada a las necesidades e intereses de cada persona.

Desde nuestro punto de vista y experiencias, podemos clasificar la recreación, en dos temas amplios los cuales son, recreación pasiva, aquella donde se utilizan en la gran mayoría herramientas tecnológicas o que no somos conscientes del enriquecimiento de ese

tiempo o actividad. Por ejemplo, hacer uso de redes sociales, observar videos o televisión, cocinar, escuchar música, caminar, entre otras actividades. Y la recreación activa, esta involucra el uso consciente de nuestro cuerpo o mente, donde se tiene lucidez del disfrute, gozo, convivencia con pares o entorno y que conlleva a un objetivo, meta o favorecimiento de diversos aspectos de nuestra vida (salud física, desarrollo humano, bienestar emocional, social, o psicológico).

De lo anterior concluimos, que en este proyecto se pretende hacer uso de una recreación activa, aportando a su valor con los cuatro tipos de recreación que se mencionaron previamente expuestos por Rico (1999), de modo que se genere un espacio enriquecedor y beneficioso para los participantes del mismo, independientemente de su modalidad virtual, debido a que no se requiere un espacio extenso para poder realizarla. Por ello hacemos conciencia de la relevancia de investigar acerca de los ambientes oportunos para la creación, que desarrollaremos seguidamente.

Ambientes oportunos para la recreación.

En este apartado ampliaremos cuales son los ambientes oportunos para que la recreación se lleve a cabo. Interpretamos los ambientes oportunos como una oportunidad en la que se propicia la motivación, participación activa, procesos de aprendizajes y conocimientos, que permita a las personas apropiarse de la exploración, acción y descubrimiento.

Chaves et al. (2016) nos mencionan que, “para que las personas se recreen es importante considerar dos aspectos: el espacio en el que se puedan desarrollar las actividades recreativas seleccionadas y el desempeño de las destrezas motrices necesarias para realizar la actividad” (p.18). Por ello consideramos que un ambiente oportuno de recreación es aquel que toma en cuenta las habilidades, destrezas y potencialidades de los participantes y con ello las particularidades de cada uno o una. Asimismo, planear e implementar actividades en las que los participantes puedan sentirse cómodos y cómodas realizándolas. La facilitadora, es la que brinda guía y motivación en los diversos momentos, entendiendo también que el rol de mediador puede ser asumido por distintas figuras.

Los espacios oportunos de recreación, desde nuestra visión son aquellos en los que se permiten los intercambios de intereses, gustos, hobbies, entre otros, esto permite que las personas puedan reflexionar lo vivenciado, poner en práctica valores como el respeto y la tolerancia, así como el compartir social. Las razones anteriores se complementan con lo que plantean Barón et al. (2017), acerca de los intercambios sociales, debido a que a través de una atmósfera de uso colectivo y el partir de atracciones, gustos, etc., permite que se creen o se estrechen los vínculos socio afectivos que se dan como respuesta de las diversas acciones compartidas. Para estos ambientes oportunos de recreación son importantes los papeles que poseen el juego y la lúdica, esto porque tal como plantean Gómez et al. (2017) “una escenografía de lúdica y pedagogía se convierte en una estrategia favorable en el reto de adquirir e interiorizar normas no solo en el juego sino en todas las actividades de intercambio social y comunitario” (p. 46).

Desde nuestra visión como proyectistas un ambiente oportuno para la recreación es aquel que cumpla con características como: seguridad, confianza, motivador, respetuoso, flexible, empático y asertivo, de modo que el espacio físico no influye en estos, ya que las actividades recreativas se pueden adaptar a cada realidad o contexto. Por otra parte, la función depende del momento, esto porque en algunas ocasiones las actividades serán colaborativas y con ello se promueve el trabajo en equipo, el dar aliento y el apoyo de las diversas personas participantes, en otras ocasiones cumplen una función más individual, en donde conocerán su cuerpo, sus pensamientos, resolverán obstáculos y siendo un espacio de disfrute de sí mismo. Es necesario destacar que nuestro papel de proyectistas siempre será de un carácter mediador, guía, motivador y empático para abrirnos a las necesidades e intereses de los y las participantes, lo cual esperamos promueva un clima positivo y por tanto un ambiente oportuno. Consideramos también que un ambiente oportuno es aquel en el que podemos tener disfrute, alegrías, experiencias diversas y que mejor forma de propiciar esto que con el juego y la lúdica, por ello la expondremos a continuación.

Juego y lúdica esencia de la recreación.

¿Por qué consideramos los conceptos de juego y lúdica como una categoría de nuestro marco teórico? Esto porque pensamos que son elementos que se encuentran implícitos dentro de la recreación, que deseamos llevar a la práctica, debido a que el juego

surge como un medio de socialización y la lúdica lleva de la mano un objetivo a través de un disfrute. Es por esto, que seguidamente explicaremos qué es juego y lúdica.

Juego. El juego como orientan Gallardo y Gallardo (2018) es, “una actividad lúdica, recreativa y placentera que se practica a cualquier edad” (p. 42). Asimismo, el Instituto de Estudios Interdisciplinarios de la Niñez y la Adolescencia (INEINA) (2007), expone que el juego es una acción que promueve el desarrollo de habilidades en niños y niñas y debe de orientarse a una inversión de un desarrollo idóneo (p.3). Desde nuestra perspectiva el juego se vuelve un aspecto clave de los propósitos a desarrollar en la recreación y dentro de este proyecto. De modo que, posiciona la actividad recreativa como un espacio atractivo y de entretenimiento (artístico, deportivo, cultural, social), de igual forma resulta beneficioso en el desarrollo integral de las personas participantes.

Dentro de los beneficios del juego, Ceballos et al. (2016), indican que el juego ayuda a la construcción de aprendizajes cognitivos, sociales, interpersonales y motores. Esto porque facilita que las personas obtengan una percepción más detallada sobre las acciones que deben ejecutar para continuar en el juego libre, de roles o dirigido.

Además, al facilitar el juego se promueven espacios de exploración, placer, deleite y de activación de la creatividad e imaginación, de este modo lo expone el INEINA (2007) “con el juego los niños y niñas ponen en marcha su imaginación. Expresan la manera en que ven el mundo que le rodea, de transformarlo, desarrolla su creatividad y la posibilidad de abrirse a los demás” (p.2).

Lúdica. Para un mejor entendimiento, J. Ramírez expresa que lúdica es una, “manifestación multivariable del y el hacer, que proyecta sentimientos, actitudes, aptitudes, intereses y acciones de manera diferentes cada vez, pero sin perder la esencia del objetivo o intencionalidad original” (comunicación personal, 5 de mayo de 2020). Refiriéndonos a lo que se plantea previamente del juego y su importancia en la adquisición y construcción de aprendizajes de distintas dimensiones, resaltamos la lúdica como un componente que enriquece el juego, retomando lo que plantean Noy y Jaimes (2019),

La lúdica es una opción pedagógica para mejorar relaciones de convivencia entre estudiantes, pero hace énfasis en la importancia de la psicomotricidad en que los niños y niñas deben adaptarse al entorno para que así, aprendan a: “moverse para aprender y aprender para moverse”, debido a que no se limita a la edad de cada niño sino a la ayuda de la familia y la comunidad estudiantil la cual brinda valores de convivencia como el respeto, el cuidado de la vida de ellos y del medio ambiente, para así lograr, tener una mejor convivencia estudiantil. (p.42)

Entendiendo la actividad lúdica como un momento en el que construyen aprendizajes a través de un espacio agradable, divertido y con una intencionalidad. Reflexionamos entonces, el concepto de lúdica como una dimensión intrínseca y esencial del ser humano. Esta como condición universal se asocia con los valores, derechos y deberes. La lúdica en relación con el juego, son aspectos que favorecen a la dimensión social por ejemplo en, las interacciones con otros, la práctica de valores (respeto, empatía, tolerancia, solidaridad, entre otros), así como espacios de cooperación, trabajo en equipo y convivencia. Contenidos de los que hablaremos a continuación, ya que son parte esencial de lo que promueve la recreación.

Esparcimiento, disfrute, gozo y convivencia.

Como ya lo hemos propuesto, en dicho proyecto se desea promover la recreación y espacios de mediación lúdica, la cual entendemos como “la utilización de recursos tangibles y no tangibles para mediar procesos pedagógicos de maneras diversas, efectivas y eficientes que generen emociones y ambientes propicios para favorecer el aprendizaje significativo” (J. Ramírez, comunicación personal, 5 de mayo de 2020). Por otra parte, consideramos el esparcimiento, disfrute, gozo, creatividad y convivencia como partes elementales e intrínsecas del desenvolvimiento de este proyecto.

Creemos necesario iniciar conceptualizando la palabra “esparcimiento”, para esto Montoya e Impatá (2011) dicen que esparcimiento se entiende “desde su sustantivo como entretenimiento y diversión en el tiempo libre, referido a este como el tiempo disponible, es decir, el que no utilizamos para nuestras obligaciones cotidianas” (p. 24). De igual manera,

Montoya e Impatá (2011), resaltan la importancia de ligar el esparcimiento con actividades placenteras, de goce y disfrute que realice el individuo, lo cual define a la recreación.

Es por esto que recurrimos a lo que exponen Acuña y Mauriello (2013) acerca de la recreación diciendo que “la recreación puede enfocarse de dos maneras, la primera que la considera como una práctica del ‘tiempo libre’, cuyas funciones principales son el goce, el placer, el descanso” (p. 213). Por esto, percibimos la recreación, como aquella que brinda a las personas una experiencia de disfrute y gozo. Además, las actividades recreativas propician la apertura de espacios para interactuar, lo que motiva la convivencia entre participantes.

Rojas (2002) expone que la actividad recreativa además de promover un estado de tranquilidad y paz, conlleva al esparcimiento, lo que trae implícito la diversión generando una apertura a la convivencia con otros. Esta misma autora, define convivencia como, “la capacidad de vivir juntos respetándose y condensando las normas básicas” (Rojas, 2002, p.24). Lo que da lugar a las relaciones o interacciones entre la población que ejerza esta recreación (niños niñas y familias) que se puedan generar en la práctica de la recreación, lo cual desplegamos en el siguiente subtema.

¿Qué tipo de interacciones se establecen?

Retomando lo que se dijo en el párrafo previo, se puede resaltar que la recreación involucra la convivencia, la cual alberga distintas interacciones entre los participantes de ella. Estas interacciones se retomarán en los párrafos siguientes para esclarecer su protagonismo en estos ambientes, orientándolos a la población participante de nuestro proyecto. Partiendo en primer lugar de las interacciones entre cuidador, padre, madre- hijo o hija, reconocemos que son relaciones que se han dado previamente, en el hogar, el contexto familiar y en la vida cotidiana de estos participantes, no obstante, son interacciones que deben impulsarse conscientemente, tal como lo resalta Cobos (2010)

Los padres e hijos tienen una predisposición instintiva para establecer vínculos afectivos entre ellos, no se trata de algo automático, sino de un proceso que se

desarrolla a lo largo de la vida, como consecuencia de los intercambios comunicativos entre los padres y los hijos, o entre las personas en general. (p.52)

Consideramos las actividades recreativas como una oportunidad en la que se pueden favorecer diversos intercambios comunicativos tal como menciona Cobos (2011), por ejemplo, basándonos en esta autora, la motivación de padre-madre a su hijo o hija, de emociones (alegría, enojo, tristeza), e incluso comunicaciones no verbales como gestos, caricias, miradas, entre otras. Por ende, esta comunicación verbal y no verbal promueve y beneficia estas interacciones de forma implícita.

En cuanto a las interacciones que suceden entre las personas menores de edad, consideramos que son influenciadas por la exploración, investigación y trueque de gustos e intereses. Estos elementos orientan la forma de comunicación y relación entre los niños y niñas. En el año 2007, el Instituto de Estudios Interdisciplinarios de la Niñez y la Adolescencia (INEINA) plantea que “jugar enseña a los niños sobre sí mismos, sobre su ambiente y sobre la forma de interactuar con las otras personas” (p. 2). Por ello, es que los momentos de recreación y mediación lúdica son elementales para las interacciones entre pares, de modo que consideramos que también a través de estos se propicia un ambiente de confianza y disfrute, en donde la parte social fluye con mayor seguridad y libertad.

Comprendiendo entonces algunas características de las interacciones que surgen a partir de la recreación, entre familias y niños - niñas, así como sus singularidades. Se encuentra que existe dentro del proyecto las interacciones entre las personas mediadoras (proyectistas, familias) - los niños y niñas. Para esto se definirá cuál es la visión de mediador o mediadora que se presenta desde este proyecto. Se considera al mediador, como un ente que facilita, orienta y media por la comprensión de las actividades e impulsa y motiva a los niños, niñas y adolescentes madres a lograr cada uno de los propósitos planteados. Además, en este caso las mediadoras también cumplen las tareas de escuchar y aprender de los participantes, generando una relación bilateral. Por lo que se puede deducir que en estas interacciones hay una ganancia para todas las partes involucradas, ya que cada una de ellas genera un aporte relevante.

Rodríguez, Rojas y Sanchez (2008, citando a Díaz y Tapia), exponen que los mediadores deben tener conocimiento acerca de las vías de comunicación adecuadas, donde haya consciencia de lo que se dice y la forma en que se dice, de modo que esta comunicación conduce a una interacción asertiva y empática. (p.358)

Finalmente, hemos logrado observar en este capítulo varios elementos esenciales para nuestro proyecto, además con ello hemos evidenciado cómo cada aspecto se interrelaciona, rescatando una vez más que somos seres integrales en donde en cada experiencia nueva involucramos alma, mente y cuerpo. Es por esta razón que consideramos los espacios de recreación y mediación lúdica como un momento enriquecedor para favorecer el desarrollo psicomotor, que como se explicó va más allá de solo habilidades motrices, por el contrario, conlleva el desarrollo de otras áreas, como la psicológica, lo que conecta enormemente con los vínculos afectivos, debido a que involucra el ejercicio con las emociones y sentimientos.

Otro ejemplo sería, al trabajar la autoimagen y el esquema corporal dentro de la psicomotricidad, conecta con el autoestima, seguridad y confianza que desenvuelven en los vínculos afectivos que se les propicia. Otro aspecto que deja ver que somos seres íntegros, son las interacciones sociales que se generan en las experiencias recreativas y lúdicas, a través del trabajo en equipo y colaborativo que se pueden presentar en estos lapsos, donde sobresale la influencia de su capacidad de relación con otros (teniendo como base los vínculos que poseen con sus adolescentes madres), e incluso con sus madres mismas dejando observar cómo es su relación y si existe una relación de apego, la motivación que estas les dan y en ambas ocasiones como los niños y niñas son capaces de autorregular sus emociones y sentimientos en cada actividad.

Ahora que hemos ahondado y expuesto las categorías que guían nuestro proyecto y en donde se ha logrado evidenciar su integridad. Así como todo se rige bajo un mismo espacio, el cual es el de recreación, expondremos el plan operativo de ejecución del proyecto, cómo se orienta y organiza para su desarrollo, tomando en cuenta los participantes, contexto y situación sanitaria del país. A continuación, se exponen los procesos, momentos, el diseño operativo de los encuentros recreativos/talleres, estrategias de evaluación que orientan al proyecto, recursos, materiales y el cronograma del proyecto.

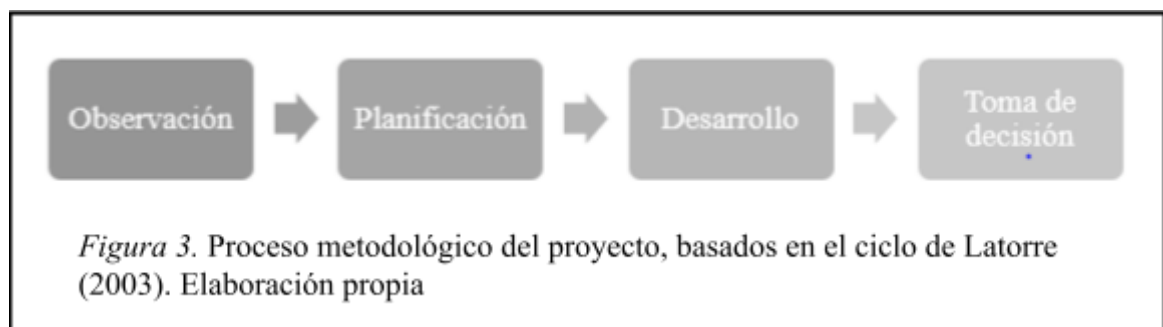
Desarrollaremos el cómo se llevó a cabo nuestro proyecto, realizaremos una descripción detallada de la ruta de trabajo de campo que llevó a cabo el proyecto, en relación con la fundamentación del diseño de este trabajo. Este plan operativo se va a encontrar dividido por apartados, en las cuales ahondaremos sobre sus componentes y cómo estos se desarrollan en nuestra propuesta.

Plan estratégico para la ejecución del proyecto.

El proyecto responde a una línea metodológica de investigación-acción, donde a través de lo investigado con los participantes, se tomaron acciones que correspondan a las necesidades de ellos y ellas. Es proyecto utilizó una metodología de investigación-acción de modo que permite una relación entre la teoría y el trabajo de campo del proyecto, tomando en cuenta las realidades de la población participante, así mismo invita al proceso de vivencia y reflexión, dicha metodología Vidal y Rivera (2007) la definen como,

Es un método muy aplicado en los procesos de transformación actuales, para estudiar, controlar y alcanzar las modificaciones deseadas en el entorno social de aplicación. Y constituye una importante alternativa en los métodos de investigación cualitativa, muy aplicado en entornos académicos donde existe una fuerte vinculación de la teoría con la práctica, donde se producen un conjunto de espirales cíclicas de planeamiento, acción, observación y reflexión (p.1).

En la figura 3, se podrá encontrar el proceso metodológico general del proyecto, es decir los pasos que se tomaron para la elaboración del mismo. Esto fundamentado en el ciclo de investigación- acción basado en lo propuesto por Latorre (2003). Cada momento del proyecto contiene su propio proceso metodológico.



Este proceso metodológico respecto a la ejecución se puede relacionar de la siguiente forma: la observación se refería a conocer la población participante de modo que las familias expresaron sus necesidades y percepciones respecto al proyecto, la planificación consistía en toda la organización de los talleres y asignaciones enviadas, el desarrollo hace referencia al trabajo de campo de Recrea, Juega y Vive y finalmente la toma de decisiones la forma en que analizamos los resultados obtenidos de las experiencias desarrolladas en el TFG en relación a los propósitos planteados en el proyecto.

Este desarrolla la sistematización de experiencias a través de un proceso de mediación pedagógica por medio de talleres y asignaciones en donde se promueve la recreación y mediación lúdica, para favorecer el desarrollo psicomotriz en niños y niñas desde la gestación a los seis años, y el vínculo afectivo entre familia - niño o niña.

Los principios pedagógicos a los que responde este proyecto son la enseñanza lúdica, el afecto y la actividad, los cuales se visualizaron en cada uno de los momentos en los que se desarrolla el proyecto, atendiendo a diversas intenciones, las que se explicarán más adelante, estos toman de referencia a los expuestos por Flórez y Vivas (2007). Se escogen estos principios, ya que se relacionan con las temáticas principales de este proyecto, además de que brinda una orientación y un norte al desarrollo del mismo. Se puede visualizar la descripción de la manera en que se desarrolló el proyecto, sus participantes y el diseño del plan de ejecución, esto con el propósito de clarificar aspectos que se mencionaron durante la construcción de los primeros capítulos.

En este apartado consideramos pertinente también mencionar los ajustes que se realizaron para la ejecución del proyecto, tomando en cuenta la realidad país en torno al COVID-19, ya que las interacciones y la participación se tuvieron que realizar de forma virtual. Es importante aclarar que este plan operativo tuvo que ser modificado, debido a que como se menciona en los capítulos anteriores, el proyecto tuvo que hacer un cambio de población, pasan de dirigirse a niños y niñas hijos e hijas de adolescentes madres, a una población de niños y niñas con sus familias, concientizando que estas familias podrían estar compuestas o integradas de diversas formas. Es por esto, que se optó por adaptar el

proyecto a dos momentos esenciales en lugar de tres, lo cual ahondaremos en el siguiente apartado.

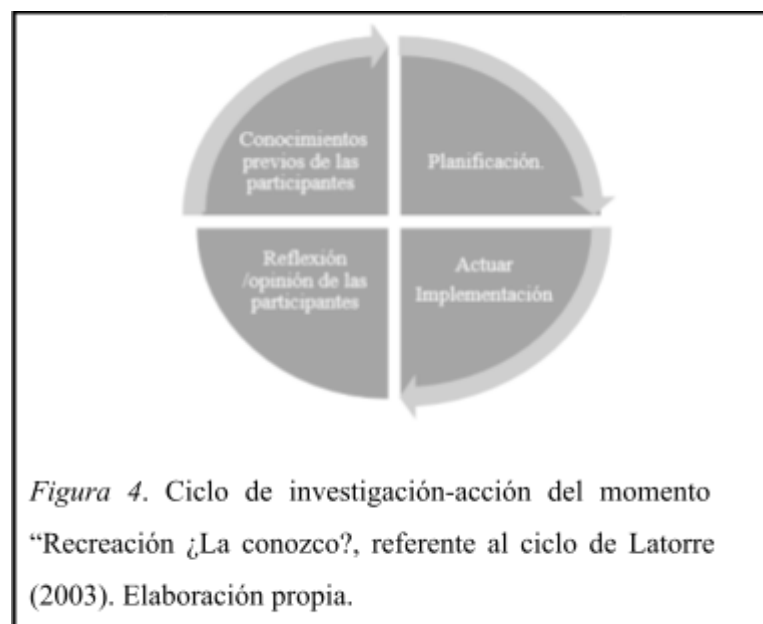
¿Cómo se realizó el proyecto?

La realización de este proyecto se había planeado para llevarse a cabo por medio de talleres presenciales con adolescentes madres y sus hijos e hijas durante tres momentos importantes, los cuales toman en cuenta los principios pedagógicos del proyecto. Al hacer un cambio de población y la situación sanitaria que aqueja al país, se desarrollaron talleres y de forma virtual con invitados y asignaciones enviadas a las familias, de igual forma se realizaron con base a los momentos planteados, no obstante, dos de esos momentos se llevaron a cabo de forma sincrónica, dejando en el proyecto dos momentos claves, que se llevaron a cabo en cinco sesiones. Estos estaban destinados a las familias, y a los niños y niñas, cada momento tenía su propia población meta, ya sea los niños y niñas y/o los miembros de la familia.

Es importante aclarar que estos momentos se implementaron utilizando herramientas virtuales, como videos, videollamadas, afiches, reuniones a distancia, entre otras (a través de plataformas como Zoom, WhatsApp, Skype), esto respondiendo a la emergencia sanitaria debido al COVID-19, que estaba experimentando nuestro país y el resto del mundo, logrando mantener con la población participante canales de comunicación, experiencias recreativas y apertura a la expresión, a partir de herramientas tecnológicas y respetando el distanciamiento social. De igual forma se planteó la opción de realizar algunos encuentros presenciales, dependiendo de lo que se permitía de acuerdo con la reapertura de espacios abiertos con capacidad de atender la población, según las normativas del Ministerio de Salud, y velando siempre por la integridad de cada uno de los y las participantes y de nosotras como proyectistas.

“Recreación: ¿La conozco?”: Este corresponde al primer momento que tiene en su nombre una pregunta porque se deseaba un reconocimiento en donde se pretendía conocer los pensamientos, experiencias, vivencias, que poseían las familias sobre la recreación, estos diagnósticos fueron aplicados de manera remota, mediante entrevistas por herramientas como “google forms” o whatsapp. Para que posteriormente los adultos de las

familias participaran en talleres con la intención de contribuir a transformar o complementar su visión de recreación, destacando la importancia que tiene el recrearse en la vida de cada ser humano, generando oportunidades de reflexión sobre cómo se sienten luego de vivenciar cada uno de estos talleres, dando el espacio a los adultos de las familias quienes respondieron esa pregunta (¿la conozco?), esto gracias a conversatorios y diferentes entrevistas. Este momento atiende la intencionalidad pedagógica de conocer qué conocimientos poseen las familias sobre la recreación, la forma en que la vivencia y con quienes suelen convivir en estos espacios. Además de indagar si la población participante considera que los espacios de recreación tienen influencia en el desarrollo psicomotor de los niños y niñas, así como en los vínculos afectivos que establecen con ellos y ellas. Se podrá encontrar a continuación en la figura 4, una descripción de ciclo de investigación-acción, que posee este segundo momento, esta toma de referencia a Latorre (2003).



El ciclo de investigación-acción de este momento correspondía a una indagación de los conocimientos previos sobre recreación, desarrollo psicomotriz y vínculos afectivos que tenían las familias, así como conocer los espacios que tenían de recreación y de promoción para los vínculos afectivos, además, de los limitantes de esos espacios. La recolección de

estos conocimientos se inició con la aplicación de instrumentos diagnósticos como cuestionarios, seguido de la implementación del siguiente momento del proyecto.

El segundo momento, se dividió en dos etapas, la primera consistía en el desarrollo de talleres bajo el nombre del momento “recrea, juega y vive”. La segunda etapa fue la implementación de asignaciones enviadas a las familias con el nombre del momento “juego con amor”, en los cuales se pretendía que ellas experimentaran estos espacios y los utilizaran como un tiempo de disfrute, gozo y convivencia, que les permitió reconocer la importancia de la recreación en su vida y la forma en que influyen estos espacios en el fortalecimiento de los vínculos afectivos.

Asimismo, este momento consistió en cinco talleres, en los que también se contó con invitados especiales, dichos talleres dirigidos a las familias, en donde se desarrollaron temas de importancia y de gran influencia en el desarrollo psicomotriz, la recreación y los vínculos afectivos, permitiéndoles acercarse más a información en pro del desarrollo integral de los niños y niñas, además de aclarar dudas, hitos, creencias o adquirir conocimientos de los distintos temas mencionados.

Este momento se basa en el principio de actividad, que promueve o fundamenta el espacio de recreación. Por otra parte, la enseñanza lúdica desde nuestro papel como proyectistas, donde orientaremos, guiaremos y reflexionaremos con los(as) participantes aspectos importantes sobre la experiencia de recrearse y los beneficios que podría traer esto a la vida, como el conocerse y valorar los tiempos “conmigo”, haciendo referencia finalmente al principio pedagógico de afecto que plantean Flórez y Vivas (2007) quienes relatan la importancia del conocimiento de sí mismos para el reconocimiento de emociones y la afectividad.

“*Recrea, juega y vive*” y “*Juega con amor*”: Se nombró “*Recrea, juega y vive*”, debido a que en el desarrollo de este pretendía poner en práctica diversos talleres y encuentros recreativos (“recrea”) para los adultos de las familias promoviendo experiencias lúdicas de juego, gozo, convivencia, disfrute, esparcimiento, espacio para conocer sobre el desarrollo psicomotor (“juega”), y de este modo propiciar conocimiento que favorecieron en el desarrollo psicomotor de los niños y niñas.

“*Recrea, juega y vive*” pretendía ser de beneficio en el desarrollo integral de los niños y niñas, razón por la cual consideramos adecuado utilizar el “vive”, esto porque en los talleres se habló de cómo favorecer habilidades, destrezas y potencialidades que serán importantes a lo largo de la vida. La intencionalidad pedagógica de este momento fue trabajar el desarrollo psicomotor, en áreas tales como: la motora, social, cognitiva, emocional y psicológica, permitiéndole a la población participante acceder a información sobre el mismo. Además a través de estos talleres las familias conocieron sobre la recreación en diversas formas y como se complementa con el fortalecimiento de los vínculos afectivos y el desarrollo integral del ser humano.

Para ejecutar este segundo momento, las familias, participantes activas, de modo que en los talleres contaban sus experiencias, interés e inquietudes, en las que se reflejaban los niños y niñas. Por ello retomamos los principios pedagógicos de enseñanza lúdica; según El principio de la actividad, se ve reflejado en este momento, ya que es la base de todo el espacio, esto porque es por medio de la actividad de los talleres que se llevaron a cabo, igualmente se recurre a la recreación y mediación lúdica como herramientas. Dentro de la figura 5 se describe el ciclo de investigación- acción, perteneciente a este, el cual se orienta en lo expuesto por Latorre (2003), siendo similar al proceso del momento recreación ¿la conozco?



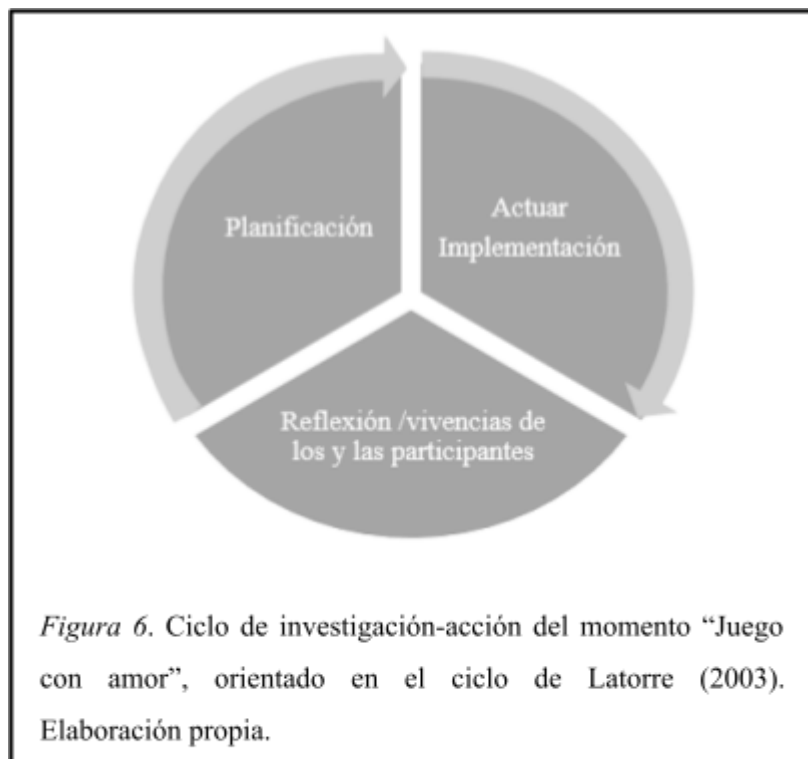
Como se pudo observar este ciclo inició con un conocimiento de las edades de los niños y niñas que participan, esto con el propósito de adecuar y mediar los talleres de acuerdo a sus edades, lo cual corresponde a la segunda fase, que fue el planificar de acuerdo con este aspecto. En la tercera etapa del ciclo se puede encontrar el actuar y la implementación, que consiste en el desarrollo de los talleres planificados, esta se encuentra seguida finalmente de una reflexión por parte de los participantes de acuerdo con los logros alcanzados durante este momento.

“Juego con amor”: este momento se pretendía el favorecimiento de los vínculos afectivos entre familia y niños-niñas a través de la recreación. En este espacio de *“Juego con amor”*, se realizó a través de asignaciones enviadas por los proyectistas a las familias, las cuales debían de ir desarrollando con los niños y niñas, utilizando incluso información de los talleres brindados en el momento de “recrea, juega y vive”, las familias eran las protagonistas, siendo quienes comentaban cómo fue el uso de las herramientas, juegos, entre otros, así como conversar, de qué forma se había promocionado o cambiado la relación afectiva (vínculo) con su hijo o hija, ¿cómo fue ese proceso?, ¿qué sucedió?, ¿han disfrutado estos espacios?, entre otros aspectos. Además, era importante reconocer una participación más activa por parte de las familias.

En cuanto a los principios pedagógicos que se encuentran en este tercer momento, podemos hacer referencia en primera instancia a la actividad y afecto, tomado de los autores Flórez y Vivas (2007), al ser guías de los niños y niñas en las actividades, dejando que sean ellos-ellas quienes experimenten, las proyectistas asumen un papel de acompañamiento, lo que da paso a favorecer los espacios afectivos, siendo el afecto otro principio del proyecto. Igualmente, el aprendizaje lúdico, ya que recurre a la innovación de las interacciones entre familia, niño y niña, favoreciendo así los vínculos afectivos.

Para la visualización de este momento se presenta en la figura 6, el ciclo de investigación-acción que se llevó a cabo, esta cuenta solamente con tres procesos estos serían la planificación de las asignaciones, su implementación con las familias, niños y

niñas, finalizando con una reflexión y compartir de vivencias por parte de los y las participantes, este se basa en los aportes por Latorre (2003).



Participantes.

En este apartado se puede visualizar el rol que tiene cada uno de los participantes del proyecto, valoramos que para facilitar su comprensión se dividirá en quienes participan de la ejecución del proyecto, los destinatarios del proyecto y la función que desempeñan estos dentro de los momentos a realizar.

¿Quiénes participan en la ejecución del proyecto?

Al iniciar este proyecto, los participantes directos del proyecto eran: proyectistas, niños, niñas y adolescentes madres. No obstante, debido a situaciones extraordinarias los participantes cambiaron a: proyectistas, niños, niñas, familias e invitados (profesionales en diversas áreas). Seguidamente definimos y describimos cada uno de estos grupos.

- **Proyectistas:** estudiantes de la Universidad Nacional, quienes cursan la licenciatura en pedagogía con énfasis en educación preescolar y primera infancia. Mujeres de 26 y 28 años, ambas vecinas del cantón de Curridabat. Tienen a cargo la planeación, mediación, implementación y sistematización de los diferentes momentos del proyecto. Se asume el compromiso de escuchar, ser empáticas, atender las dudas de los niños, niñas y las familias, además de promover espacios de recreación y mediación lúdica a pesar de que se ubiquen en lugares, espacios o condiciones diversas.
- **Seis niños y niñas :** este grupo presenta edades heterogéneas (desde el nacimiento a los seis años) en el que encontramos una niña de nueve meses, tres niños de cuatro años y dos niños de seis años. Los cuales con ayuda de sus familias participaron en la realización de actividades recreativas, proporcionados por las proyectistas. Debido a esto presentaron la oportunidad de recrearse en sus diversos ambientes, según las necesidades que presenten en el contexto familiar.
- **Miembros de familia:** este es un grupo heterogéneo, compuesto por cuatro familias, de dos madres solteras y dos familias integradas por una mamá y un papá. Estas fueron partícipes de los talleres o encuentros recreativos propuestos por las proyectistas, asimismo, serán mediadores y encargados de desarrollar actividades recreativas con los niños o niñas. Ellos(as) tienen un papel fundamental dentro del proyecto, esto porque conversaran y expresaran sentimientos, ideas, vivencias, experiencias, acerca del proyecto, las cuales guían reflexiones finales del mismo.
- **Invitados o invitadas:** en los talleres propuestos se contó profesionales de diversas áreas tales como: terapia física, nutrición, enseñanza de la música y psicología. En los que desarrollaron temas como la estimulación del desarrollo psicomotriz de los cero a los seis años, los vínculos afectivos, espacios de recreación a través de la música, entre otros. Esto dirigido a las familias, brindándoles información oportuna para los niños y niñas con los que conviven.

¿A quiénes está destinado el proyecto?

Los destinatarios del proyecto son las familias, los niños y niñas quienes son parte de la ejecución del mismo, sin embargo, hay un subgrupo el cual no participa en el desarrollo de este, debido a que no toman un rol activo o de beneficiarios en la propuesta, no obstante, se plantea la opción de invitados que puedan aportar información a las familias, de modo que compartirán con las familias, pero no serán beneficiarios directos del proyecto.

¿Cuáles son las funciones de los participantes del proyecto?

En este apartado se describe la función de los y las participantes en relación a los momentos en los que se divide la ejecución del proyecto, esto permite tener una mayor claridad de cuál es el papel o rol que desempeña cada persona. Finalmente, es importante considerar una estructura de funciones de los participantes del proyecto para organizar las labores, tareas o deberes, las cuales se explican seguidamente.

Primer momento: el papel de miembros de la familia es participativo, ya que como proyectistas seremos las encargadas de planear, propiciar y guiar estos talleres y encuentros virtuales, trayendo a estos talleres los y las profesionales invitados de diversas áreas. Además de orientar con algunas preguntas los momentos reflexivos, tanto para descubrir las percepciones de recreación que poseen las familias como las indagaciones finales, en donde conoceremos si esta percepción cambió o no y si consideran que la recreación trae aportes a sus vidas.

Segundo momento: “Recrea, juega y vive” en conjunto con “Juego con amor”, propone que los niños y niñas tengan un rol participativo con la información brindada en cada taller o encuentro. Las proyectistas facilitaron cada estrategia a implementar en cada taller, esto por medio de herramientas tecnológicas como videollamadas, videos, e, igualmente, recurriendo siempre al apoyo de la familia para lograr que los niños y niñas puedan participar oportunamente. De igual manera las familias, comentaron cómo fue el proceso de la aplicación de diversas estrategias y actividades, así como de qué manera

influyó en los vínculos afectivos con los niños y niñas, en este momento nosotras como proyectistas escuchamos sus anécdotas y en algunas ocasiones abrimos espacios de reflexión con preguntas y comentarios.

Diseño del plan de ejecución del proyecto.

El diseño del plan de ejecución, se realizó por medio de una propuesta que contiene la estrategia general del proyecto, en el cual se tomó en consideración los propósitos específicos. Además, permite observar una coherencia horizontal entre los propósitos planteados y las actividades a realizar, asimismo da lugar a un orden visual, de gestión (espacios, tiempo, materiales, entre otros) y una planificación previa.

Título del proyecto. Recrea, juega y vive: Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en niños y niñas de 0 a 6 años, y sus familias, mediante oportunidades de recreación y medición lúdica.

Lema del proyecto. “Jugando, amando y viviendo”

Descripción breve del proyecto. Pretende a través de la recreación y la lúdica, favorecer el desarrollo psicomotor en aspectos tales como su área motriz, cognitiva, psicológica y social en niños y niñas de edades heterogéneas, así como el vínculo afectivo con su familia en el fortalecimiento y promoción de los mismos, esto se llevaría a cabo dentro de un contexto no formal con diversas familias.

Pregunta orientadora del proyecto. ¿Cómo favorecer el desarrollo psicomotor y el vínculo afectivo por medio de oportunidades de recreación y mediación lúdica en un grupo de niños y niñas de 0 a 6 y sus familias?

Propósito general del proyecto. Favorecer el desarrollo psicomotor y los vínculos afectivos entre familia, niños y niñas, mediante oportunidades de recreación y mediación lúdica.

Una vez señalada la descripción general del metaplan de proyecto, la que permite ver una coherencia horizontal y relación entre los propósitos, el momento de aplicación, los indicadores y la actividad. A continuación, en la tabla 1, se desarrolla los procedimientos,

para cada propósito específico. Las actividades que se presentaron son ejemplos de las acciones que se desarrollaron las cuales atendieron las necesidades de los participantes y proyectistas durante el transcurso del proyecto e igualmente se modificaron respondiendo a los intereses de los participantes.

Tabla 1

Metaplan correspondiente a los propósitos específicos del proyecto (para facilitar la comprensión del contenido de la tabla no se atiende el formato sugerido por APA).

Propósitos específicos.	Momento al que corresponde	Indicadores de logro.	Actividades realizadas	Intencionalidad por momento.
Conocer la visión de recreación que poseen las familias y sus espacios recreativos, mediante conversatorios y entrevistas para partir de sus conocimientos previos y posibilidades.	Recreación: ¿La conozco?, este se realiza simultáneamente al momento de Recrea,	Realizar un 50% de los conversatorios planteados. Obtener respuesta de un 50% de los formularios y	<p><i>Taller 1 Diagnóstico: Cuestionario Google Forms.</i></p> <p>1. Con cada una de las familias participantes se realiza un acercamiento comentando un poco sobre el proyecto y de qué trataba, además de agradecerles y entablar una conversación más amena para conocer el contexto familiar de manera informal.</p> <p>2. Se realiza la pregunta si tenían espacios de recreación sin dar ninguna realimentación, únicamente para efectos de conocer los conocimientos previos de las familias.</p> <p>Parte B. <i>Vía zoom 17 de abril 2021</i></p> <p>3. Actividad rompe hielo: la actividad llamada “mi nombre nuevo es” cada participante se pondrá un nombre original, por el cual será llamado durante el relato de un cuento que será creado al momento, es decir cada participante irá agregando</p>	Conocer la percepción que tienen las familias sobre la recreación, para partir de estos conocimientos en los talleres que se propiciaron.

	juega y vive.	entrevistas planteadas para las familias	a la historia. En caso de que algún participante no le llame por su nombre creativo y utilice otro tendrá consecuencia (será bailar). 2.Aplicación del conversatorio #1. 3. Se realizó una breve explicación del proyecto en donde se mencionaron los objetivos y dinámica del mismo.	
Propiciar espacios para que las personas participantes reconozcan la importancia de vivenciar espacios recreativos como beneficio en su vida cotidiana mediante espacios de recreación y disfrute para los niños y niñas, y sus familias.	Recreación: La conozco. Recrea, juega y vive y Juego con amor.	Asistencia de un 50% de los participantes (niños, niñas y familias). Aplicación de 5 talleres en el momento de “recrea, juega y vive y juego con amor”,	Se trabajan simultáneamente ambos momentos. <i>Recreación ¿la conozco?</i> Taller 1: <i>15 de Mayo 2021</i> “Música: un espacio de recreación y de vínculo”. El taller es impartido por el M.ed. Jhon Ramírez Nuñez, quién actualmente es docente de educación musical en la Escuela Maternal Montessoriana. 1.Se habla de la música como una herramienta para potenciar el desarrollo psicomotriz de los cero a los seis años, así como algunos ejemplos de ejercicios a realizar. 2.La música como espacio de recreación, disfrute y ocio tanto para los niños y niñas, como en familia. 3..La importancia de la música en el fortalecimiento de los vínculos afectivos de los niños y niñas con sus familias.	El momento de recreación: ¿la conozco?, busca promover la importancia de los espacios de recreación y el favorecimiento de los mismos en la vida Por otra parte, el momento de recrea, juega y vive, se deseó trabajar el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas, por medio de actividades que favorezcan la autoimagen, autorregulación, reconocimiento de

<p>Fortalecer el vínculo afectivo entre las familias y niños-niñas mediante el desarrollo de forma conjunta (niños, niñas. familias) del momento “juego con amor” donde se brinden formas de recreación y mediación lúdica.</p>		<p>dirigidos a los niños y niñas y sus familias.</p> <p>Aplicación de 6 talleres en el momento de “recreación: ¿la conozco?”, dirigidos a familias</p>	<p>4.Espacios de preguntas, anécdotas, reflexión, sugerencias, etc. de las familias participantes.</p> <p>Taller 2: <i>22 de mayo del 2021</i></p> <p>“Actividades de estimulación temprana en los niños y niñas de 0 a 6 años de edad”. En este taller se cuenta con la participación de la licenciada en terapia física Marcela Quesada Araya.</p> <p>1.Se realiza un breve abordaje de la etapa del desarrollo psicomotriz del niño y niña según la edad.</p> <p>2.Ejemplos y explicaciones de ejercicios a realizar según cada edad de los 0 a 6 años.</p> <p>3.Beneficios del trabajo y potenciación de favorecer y trabajar en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas desde edades tempranas.</p> <p>4.Espacios de preguntas, anécdotas, reflexión, sugerencias, etc. de las familias participantes.</p> <p>Taller 3: <i>29 de mayo del 2021</i></p> <p>“Nutrición en niños y niñas de 0 a 6 años: su influencia en el desarrollo psicomotriz”. Este taller a cargo de la Dra. Maria Fernanda Ramírez Mora, quién es nutricionista.</p>	<p>sentimientos, poniendo en práctica habilidades motrices, a través de los espacios de recreación y mediación lúdica. Trabajando además del momento Juego con amor en donde a través de estas actividades se pretende promover las interacciones entre familias, niño o niña, para favorecer los vínculos afectivos y así mismo puedan conocer diversas formas de hacerlo siendo la mediación lúdica y la recreación una opción innovadora de fortalecerlos.</p>
---	--	--	---	---

		<p>1.Explicación previa de qué se entiende por alimentación.</p> <p>2.Alimentación según cada etapa de la vida (de cero a seis).</p> <p>3.Importancia del núcleo familiar en la alimentación.</p> <p>4.Influencia de la alimentación en el desarrollo psicomotriz.</p> <p>5.Espacios de preguntas, anécdotas, reflexión, sugerencias, etc. de las familias participantes.</p> <p><i>Taller 4: 5 de junio del 2021</i></p> <p>“Importancia de los vínculos afectivos de los 0 a los 6 años”. dirigido por la Licda. en Psicología Gloriana Hernández Mena quien además es bachiller en pedagogía con énfasis en educación preescolar.</p> <p>1.¿Qué es un vínculo afectivo?</p> <p>2.Los vínculos afectivos según las edades de los niños y niñas (por etapas).</p> <p>3.Importancia de los vínculos afectivos.</p> <p>4.Espacios de preguntas, anécdotas, reflexión, sugerencias, etc. de las familias participantes.</p> <p><i>Taller 5: 2 de julio del 2021</i></p>	
--	--	---	--

		<p>“Una noche de yoga en familia”. Este taller será impartido por la proyectista Michelle, ya que ha recibido cursos de yoga tanto infantil como de adultos.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beneficios de la yoga, qué es yoga. 2. ¿Qué ejercicios se pueden realizar con los niños y niñas? 3. Un espacio de vínculo, recreación y potenciación del desarrollo psicomotriz. <p><i>Recrea, juega y vive y Juego con amor</i></p> <p>Taller 1: “Llegó la hora de talentos”. Este taller consiste en varios momentos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Un espacio en el que los niños o niñas cantan sus canción favorita (esto comentado por las familias que era algo que les gustaba). 2. Bailar al ritmo de la música, las proyectistas se encargaran de enviar dos audios de aproximadamente tres minutos, uno de música clásica y otro de música de autoría costarricense. Los niños y niñas bailaran según lo sienta y deseen, la familia les acompañaron en estos momentos. 3. Una conversación entre familia y niño o niña, ¿cómo te sentiste luego de bailar?. 	
--	--	--	--

			<p>4.La familia puede promover “otro talento”, ya sea que el niño o niña desee bailar otra canción, cantar, tocar un instrumento, etc.</p> <p>5.Realimentación por parte de la familia, a través de google forms.</p> <p>Taller 2: “A movernos: llegó el momento de despertar el cuerpo”. Consiste en:</p> <p>1.Las familias se encargan de enseñar a los niños o niñas juegos tradicionales. Las familias deben de dar el ejemplo del juego para poder enseñarlo.</p> <p>2.Cuento con masaje: la familia inventara un cuento en el cual conforme van narrando realizan los movimientos de lo narrado en su espalda, o bien con partes del cuerpo como manos, piernas, cabeza.</p> <p>3.Realimentación por parte de la familia, a través de google forms.</p> <p>Taller 3: “Cocinemos juntos: un momento para compartir en familia”. Para este taller se envió previamente los materiales a las familias. Consiste en los siguientes momentos:</p> <p>1.Había una vez: Se leerá un cuento “Concierto en la granja”, para este se les indica a las familias que primero pueden dar la oportunidad a los niños o niñas de contar el cuento según lo que pueden</p>	
--	--	--	--	--

		<p>leer en las ilustraciones, posteriormente la familia puede leerlo.</p> <p>2.A ponernos nuestros sombreros de chef: es un espacio de juego y creación para los niños y niñas. Se realizó una merienda saludable con los materiales enviados (galleta de arroz inflado, mantequilla de maní, banano) y pueden agregar más elementos si lo desean. La idea es que puedan realizar con esto un animal o figura.</p> <p>3.Realimentación por parte de la familia, a través de google forms.</p> <p>Taller 4: “Vamos a comer juntos”. Consiste en:</p> <p>1.Preparar: implementos para un picnic cómo: almohadones, sábanas o mantel, comida, platos, vasos, etc.</p> <p>2.¿Dónde?: pensar juntos en familia, dónde puede realizarse el picnic (esto sin ser necesario salir del lugar de habitación)</p> <p>3.Picnic: acomodar juntos el lugar de picnic, disfrutar la experiencia, conversar, realizar juegos, escuchar música, entre otras actividades.</p> <p>4.Realimentación por parte de la familia, a través de google forms.</p> <p>Taller 5: “Una noche de yoga en familia”, este es el mismo que se plantea como parte del momento “Recreación ¿la conozco?”, ya que será en vivo e</p>	
--	--	---	--

			impartido por la proyectista Michelle. En el mismo participaron ambas proyectistas, las familias y los niños y niñas, realizando los ejercicios de yoga que irá explicando Michelle con el relato de un cuento.	
--	--	--	---	--

Nota: Elaboración propia

Materiales y recursos humanos, que se utilizarán para la ejecución del proyecto.

Como se pudo apreciar en el metaplan se describieron algunos ejemplos de actividades que se llevaron a cabo dentro del proyecto, por ello pensamos que es importante corresponder cuáles son los materiales y recursos humanos que se utilizó para efectuar lo planeado. Esta información se encuentra distribuida por propósitos específicos dentro de la tabla 2, para que así su lectura sea clara. Es importante mencionar además que, debido a la emergencia sanitaria que estaba rigiendo dentro del país en ese momento debido al COVID-19, los materiales correspondientes a cada momento del proyecto se enviaron al lugar de habitación de o punto indicado por los y las participantes los paquetes. Estos estaban organizados según el taller y las actividades a realizar. Estos mismos fueron entregados personalmente por las proyectistas a los y las participantes.

Tabla 2

Descripción de los materiales y recursos humanos que corresponden a cada propósito específico (para facilitar la comprensión del contenido de la tabla no se atiende el formato sugerido por APA).

Propósitos específicos.	Materiales.	Recursos humanos.
Conocer la visión de recreación que poseen las familias y cuáles son sus espacios recreativos, mediante conversatorios y entrevistas para partir de sus conocimientos previos y posibilidades.	Whatsapp. Zoom y Formulario de google forms, entrevista	Proyectistas y familias.
	Enlaces de la reunión vía Zoom.	Proyectistas, participantes (niños, niñas, familias) y profesionales invitados.

<p>Propiciar espacios de recreación y disfrute para los niños y niñas, y sus familias, en los distintos momentos “recrea, juega y vive” y “recreación: ¿la conozco?”, con el fin de que las personas participantes reconozcan la importancia de vivenciar espacios recreativos como beneficio a la vida cotidiana.</p> <p>Desarrollar de forma conjunta (niños, niñas, familias) el momento “juego con amor” donde se brindan herramientas, actividades, técnicas o métodos de recreación y mediación lúdica que permitan fortalecer el vínculo afectivo entre las familias- niño y niña.</p> <p>Valorar desde la percepción de las familias acerca de la recreación y cómo esta influye en los vínculos con los niños y niñas, durante el desarrollo del proyecto.</p>	<p>Recrea, juega y vive y Juego con amor.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Audios con música. ● Cuento “Concierto en la granja”. ● Materiales de merienda saludable: bananos, mantequilla de maní, galleta de arroz inflado. ● Enlace de zoom, taller de yoga. ● Formularios de google forms. 	<p>Proyectistas, participantes (niños, niñas, familias).</p> <hr/> <p>Proyectistas y participantes (niños, niñas y familias).</p>
---	--	---

Nota: Elaboración propia.

Ahora que hemos desarrollado las de actividades que se implementaron en el proyecto, con una modalidad virtual, así como sus materiales y la forma en que hicieron llegar a los y las participantes, deseamos exponer algunas estrategias de evaluación que se utilizaron para llegar a generar un análisis de resultados de la propuesta.

Estrategias de evaluación del proyecto.

Dentro de este proyecto se realizó observación, evaluación y reflexión de los distintos momentos y resultados del proceso. Para ello se seleccionaron diversas técnicas e instrumentos de evaluación, las cuales se mencionan y describen seguidamente. Esto porque se reconoce la importancia de la evaluación dentro de nuestro quehacer pedagógico, debido a que permite replantearse el proceso, retroalimentar y autoevaluar nuestra función y desempeño como proyectistas, de modo que brinda claridad, aspectos medibles acerca del impacto que tiene el mismo y su relación con los propósitos expuestos al inicio de este trabajo, tal como mencionan Castro et al (2017),

Se hace referencia a los procesos de evaluación que miden los impactos de las acciones y actividades realizadas en el marco de la ejecución de los proyectos; son medidas y datos que permiten verificar el alcance de los objetivos y metas trazadas en el proyecto, como respuesta a los problemas y necesidades observadas y manifestadas en una determinada realidad (p.169).

Una vez que se ha expuesto la importancia de la evaluación en la propuesta y para la reflexión de la investigación y como un medio para conocer, reconstruir, realimentar, generar criticidad y mejoras en todos los aspectos influyentes en los procesos de aplicación (actividades, espacios, modalidad, mediación por parte de las proyectistas, planificación, gestión y análisis), más no como un recurso para generar etiqueta, realizaremos una descripción de las técnicas e instrumentos que utilizaremos para el proyecto.

Medios Audiovisuales

Dentro de esta técnica se utilizaron videos/grabaciones de la aplicación Zoom, videos y audios proporcionados por los(as) participantes. Todos estos instrumentos contaron con los consentimientos informados (Ver apéndice A) previamente enviados y

firmados. Dias et al. (2002), nos indican que los medios audiovisuales son “una herramienta didáctica e innovadora capaz de cumplir una función facilitadora e integradora en la educación” (p.22), se destaca entonces la innovación de esta técnica, aspecto importante para este proyecto debido a la situación emergente por el COVID-19. Como parte de la ética que conlleva cualquier proyecto pedagógico, proseguiremos describiendo cada una de las expuestas previamente, las cuales cumplan un anexo para fundamentar y evidenciar las actividades y talleres del proyecto.

- Vídeos/grabaciones de aplicación Zoom: Se realizaron con el fin de retomar las actividades y situaciones emergentes dadas en alguna actividad o taller, así como observar detalles con más cautela, para generar reflexiones, autoevaluación (proyectistas) y realimentaciones de cada taller. De igual forma, algunos extractos de estos pueden ser utilizados para presentar los resultados finales ante la comunidad de participantes.
- Vídeos: Estos fueron realizados por las familias, algunos fueron en conjunto con los niños y niñas, donde realizaron una actividad específica y posteriormente brindaron una opinión acerca de la misma.
- Audios o mensajes: Como respuesta a entrevistas, conversatorios o retroalimentaciones de talleres y herramientas, además, se utilizaron preguntas, dudas, inquietudes que las familias tuvieron.

Entrevistas

Realizamos siete entrevistas, estas se dividen en estructurada, que es la aplicación de dos formularios diagnósticos en forma virtual, utilizando la plataforma “Google Forms”, para las familias; igualmente, una entrevista estructurada, en la misma plataforma, para aplicar al final de cada taller correspondiente al momento “Recrea, juega y vive y Juego con amor”; además de una entrevista de cierre de igual forma con las familias. Ávila (citado por Muñoz, Ortiz, Serrano y Villaroel, 2017), menciona que la entrevista es “una de las

principales herramientas de evaluación, exploración y comprensión integral del otro, constituyéndose en la técnica de evaluación más utilizada por los profesionales del área de la psicología” (p.3), y no solo en psicología, sino que esta también es enormemente utilizada por el área educativa, es por esto que, se elige este tipo de técnica para obtener conocimientos previos y finales, acerca de las opiniones e ideas que tienen las participantes acerca de la recreación con la intencionalidad dentro del proyecto, de plasmar los conocimientos previos de los y las participantes, así como ser un recurso de comparación el resultado de la aplicación de talleres y actividades desarrolladas. Las cuales explicaremos a continuación.

- Entrevista estructurada (formulario): Consiste en dos aplicaciones de un formulario de “google form”, dos previos en los que se indagó sobre las percepciones que tenían las familias sobre la recreación y sus espacios recreativos (ver apéndice B), y sus conocimientos previos sobre desarrollo psicomotriz y vínculos afectivos. También se utilizaron formularios de “google form” para conocer percepciones y resultados de las actividades realizadas de cada taller (ver apéndice D) y se aplicó uno final en donde se preguntó si su percepción había cambiado y qué aspectos fueron de utilidad (ver apéndice C).

Narrativas

Esta técnica evaluativa se llevó a cabo por medio de plataformas virtuales (Zoom, WhatsApp, entre otros) igualmente, las proyectistas fueron las encargadas de reunir la información generada por estos instrumentos. La técnica narrativa permite generar reflexiones a partir de las vivencias, experiencias y opiniones de las familias, abriendo el espacio a su participación activa, ya que nosotras fuimos espectadoras de sus anécdotas y aventuras incursionadas en las aplicaciones de diversas actividades con sus hijos e hijas o con ellos mismos. Resaltando lo que exponen Biglia y Bonet-Martí (2009),

Lo que diferencia al método narrativo del método historiográfico, no reside en corroborar si los hechos sucedieron tal como la persona los narra (con base en datos supuestamente más objetivos que las palabras y los recuerdos de quienes nos los

cuenta), sino en la interpretación que el encuentro entre diferentes subjetividades generan de forma dialógica acerca de su trayectoria vital (p.21).

Es por esta razón que se escogió el instrumento de conversatorio el cual abordaremos seguidamente.

- **Conversatorio:** Se generó un espacio para que las familias pudieran contar sus experiencias vividas en cuanto a la aplicación de actividades recreativas en el favorecimiento del vínculo afectivo, que permitan socializar entre ellas y nosotras (como mediadoras de este espacio), de modo que pudieran experimentar comparación de situaciones, brindar soluciones a algo que hayan vivenciado o vivencian actualmente, abarcar dudas e inquietudes, pero sobre todo ser un espacio de apoyo conjunto para las familias. De modo que pudieran generar reflexiones acerca de estos espacios y si los consideran necesarios o no.

Como proyectistas deseábamos conocer las opiniones que tenían las familias, ya que son quienes guiaron el proyecto de acuerdo a sus necesidades, vivencias, experiencias. Rescatamos además que los niños, niñas y familias fueron los protagonistas del proyecto, a través de este se buscó favorecer los diversos aspectos planteados, por lo que, para nosotras fue fundamental crear reflexiones y retroalimentaciones a través de sus propias palabras e ideas. Es por esto que se eligieron las diferentes técnicas donde se recolectan las experiencias de los participantes.

Finalmente, luego de haber ahondado y descrito cada uno de los instrumentos de evaluación, es necesario tener en cuenta algunas consideraciones éticas por las que pasó el proyecto y otras que tienen estipuladas en la realización del mismo, las cuales veremos en el siguiente apartado.

Consideraciones éticas.

Para la elaboración de este proyecto hubo algunos cambios, ya que inicialmente, se inició pidiendo la apertura del espacio, por medio de llamadas a la coordinadora del grupo

Young Life: Vidas Jóvenes (grupo cristiano ecuménico), en estas conversaciones se determinó que las interacciones que se llevarían a cabo serían de provecho para el grupo, las jóvenes, los niños y niñas. No obstante, al no obtener la respuesta de la población por los diversos cambios en la modalidad de aplicación, se opta por abrir el espacio a adolescentes madres en general, promocionando el proyecto por redes sociales y personas conocidas, sin embargo, no hubo la respuesta deseada.

Por lo que se optó por cambiar de población, esto a través de la promoción del proyecto por medio de redes sociales, familiares, amigos y personas conocidas. Llegando a ponernos en contacto con las familias participantes, explicando previamente en qué consistía el proyecto, su anuencia para participar y permitirnos brindar diversos datos. Igualmente, se solicitó el permiso de consentimiento de participación en el proyecto a los encargados de los niños y niñas, recordando que estos participantes directos de nuestro proyecto son personas menores de edad, por lo cual es necesario contar con un respaldo que permita su participación. Otra de estas consideraciones es el uso de la información recolectada, la cual será confidencial y solo será usada con fines educativos.

Por otra parte, para nosotras, una de las consideraciones éticas que no se puede apartar, es el compromiso con nuestros participantes, generando espacios seguros y éticos, donde cada uno tuviera la oportunidad de expresarse, comunicando sus inquietudes, recomendaciones y necesidades, donde estas fueran escuchadas con detenimiento. Esto propició que los verdaderos protagonistas de este proyecto, fueran las familias y los niños y niñas. En relación a la devolución de resultados a la población, se planea realizar una reunión virtual, en donde se exponen los hallazgos obtenidos, proyectándose una presentación de los datos más relevantes del proyecto y la interacción como familia del mismo. A través de esta reunión se pretende que los participantes logren evidenciar la importancia que tiene la familia en el desarrollo de los niños y niñas, así como su influencia en el trabajo integral con los y las docentes. Se puede encontrar también el cronograma de ejecución dentro del apéndice D. Una vez que desarrollado todo el plan operativo que se llevó a cabo para la ejecución del proyecto, se da paso entonces al próximo capítulo, en el cual se expondrán los resultados alcanzados.

Capítulo III

En el siguiente capítulo se presenta el análisis de los resultados del trabajo de campo realizado por las proyectistas. Dicho análisis será desarrollado por medio de una sistematización de experiencias, la cual tal como nos menciona Mera (2019), “busca crear conciencia acerca de las prácticas ejercidas en los diferentes ámbitos sociales, para permitir la autoevaluación y actuar sobre aquello que hay que mejorar” (p.106). Se busca entonces que al trabajar por medio de la sistematización de experiencias se pueda ahondar más en los resultados obtenidos durante el trabajo de campo, esto también desde un enfoque cualitativo.

Esta sistematización de experiencias espera reconstruir el proceso vivido en el Proyecto “Recrea, Juega y Vive”, para posteriormente, realizar una interpretación crítica del proceso y así mismo, extraer aprendizajes generados por este proyecto pedagógico. La sistematización de experiencias está organizada en momentos metodológicos, los cuales son: conocimientos previos de las y los participantes del proyecto, espacios de formación en los que las personas participantes fueron parte, asignación de tareas y una breve realimentación por parte de las y los participantes hacia el proyecto. Se puede observar en el apéndice J, la matriz de sistematización de resultados orientada por los propósitos y principios pedagógicos de este proyecto.

El proyecto pedagógico “Recrea, Juega y Vive”, da inicio en el año dos mil veinte (2020), con una propuesta innovadora sobre la importancia de la recreación y cómo la misma influye en el desarrollo psicomotriz y los vínculos afectivos de quienes la viven, motivo por el cual se buscó una población que debido a sus características tuviera pocos espacios de recreación y de fortalecimiento de vínculos afectivos con menores de los cero a los seis años, por lo que se inicia el proyecto con una población de adolescentes madres del grupo Young Life, donde asistían adolescentes madres de toda la Gran Área Metropolitana (GAM).

El proyecto empieza una etapa diagnóstica, en marzo del dos mil veinte, con un encuentro presencial con las adolescentes madres y sus hijos e hijas, posterior a este encuentro Costa Rica da inicio a un período de distanciamiento social y cierre de espacios laborales, comerciales, ocio, etc., por lo que se contacta a las encargadas del grupo Young

Life para llevar a cabo el proyecto a través de una modalidad virtual. Se da inicio al proyecto con un encuentro virtual para la etapa diagnóstica y tres encuentros con talleres orientados a las adolescentes madres con poca participación. Esto porque se contaba dentro del diagnóstico con quince adolescentes madres, sin embargo, en los talleres solo cuatro adolescentes madres se conectaron virtualmente, esto denota como la participación de la población del proyecto fue baja, por esta razón se intentan utilizar diferentes métodos para aumentar las respuestas, esto por medio de vídeos, imágenes informativas, entrega de paquetes de materiales para los talleres o actividades del proyecto, entre otras estrategias.

Nosotras las proyectistas de Recrea, Juega y Vive, realizamos un cambio de población al no obtener respuesta de las adolescentes madres del grupo Young Life, por lo que se publica en redes sociales y con personas conocidas, unos anuncios los cuales solicitaban ayuda de adolescentes madres, entre los catorce y veinte años, que tuvieran hijos e hijas de cero a seis años, como población meta, estos anuncios se pueden observar a continuación en la figura 7.



Figura 7. Publicación de redes sociales. Elaboración propia.

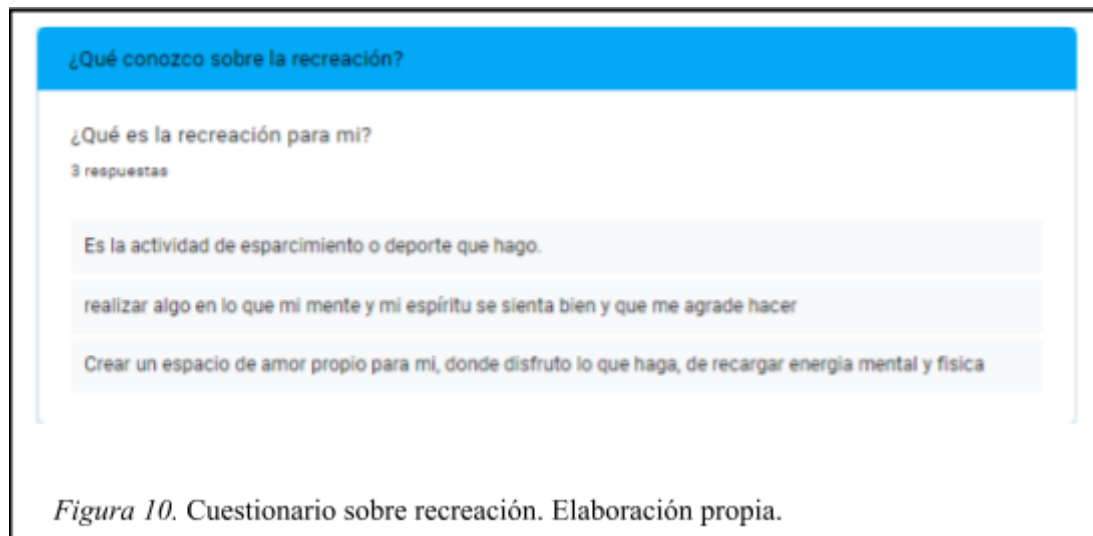
A pesar de que las publicaciones tuvieron muchas reacciones, no se logró llegar a formar una población que participara del proyecto. Es por esto que se crea el instagram “Recrea, Juega y Vive” para dar inicio a la búsqueda de una nueva población meta, la cual era familias con hijos e hijas de los cero a los seis años, tal como se puede observar en la figura 8.



A raíz de esta búsqueda a través de redes sociales, se logra encontrar una población de cuatro familias de la GAM, entre los meses de diciembre de dos mil veinte y enero del dos mil veintiuno, manteniéndonos en contacto a través de whatsapp los meses de febrero y marzo, esto debido a compromisos que presentaban las familias y esperando un tiempo prudente para valorar la opción de encuentros presenciales. Sin embargo, a pesar de que las restricciones, de la orden sanitaria que presentaba el país, habían disminuido, la posibilidad de desarrollar el proyecto de forma presencial fue nula, debido a la limitante de espacios y necesidad de mantener las burbujas sociales de las familias que participaban; llevando a cabo el primer encuentro del proyecto el diecisiete de abril del dos mil veintiuno, mediante la plataforma Zoom y haciendo llegar a la población participante la invitación que observamos en la figura 9.



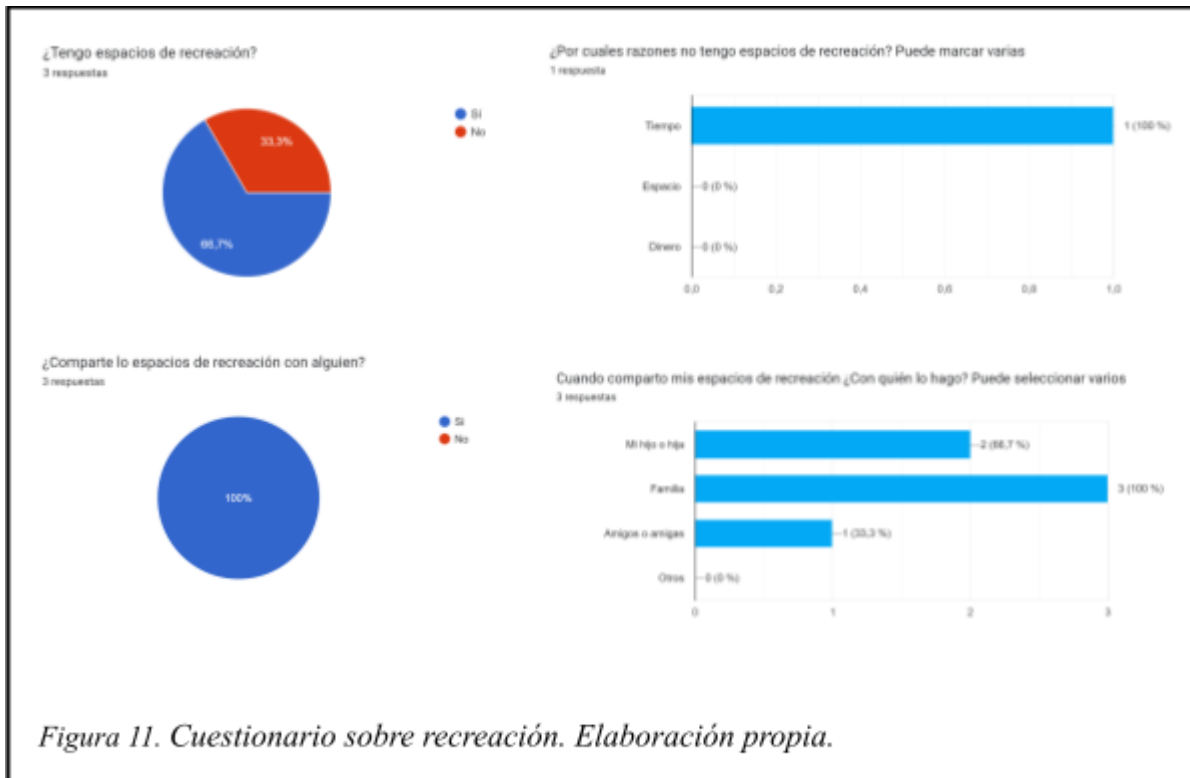
Es con este primer encuentro que el proyecto pedagógico “Recrea, Juega y Vive” inicia su primer momento metodológico, la cual es una fase diagnóstica en la que se realiza una presentación de las proyectistas y del proyecto que se llevó a cabo, el cual tenía como propósito principal favorecer el desarrollo psicomotor y los vínculos afectivos entre familia-niño y niña, por medio de oportunidades de recreación y mediación lúdica. Así mismo, conocer a la población participante y los conocimientos previos que poseían sobre recreación, desarrollo psicomotriz y vínculos afectivos, a través de cuestionarios que fueron enviados de forma digital, uno de estos cuestionarios fue enviado con anterioridad al primer encuentro. Dentro de los datos diagnósticos de este primer cuestionario, las cuatro familias mencionan conocer qué es recreación, y definen recreación, así como se observa en la figura 10.



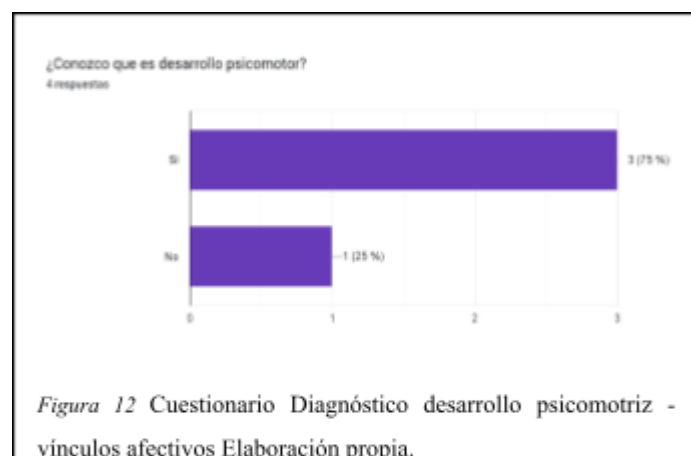
Las respuestas brindadas por la población participante nos indican que se tiene claro que es un espacio que beneficia o que les aporta algún beneficio a su vida, lo cual vemos a la luz de lo que mencionan Chaves et al. (2016), quienes comentan que la recreación se puede comprender como la agrupación de actividades que resultan placenteras generando con estas el gozo, las cuales se realizan en tiempos libres y fomentan el desarrollo integral. Desde nuestra visión como proyectistas es significativo que la población participante pueda reconocer y vivenciar esos espacios de recreación, para que no sea solo un concepto literario o teórico en su vida, sino un ejercicio cotidiano. Para nosotras era muy importante conocer este concepto, ya que a partir de estas nociones de recreación partimos a la elaboración de actividades y talleres para la puesta en práctica del proyecto.

Así mismo, otras de las preguntas de la fase diagnóstica era conocer acerca de los espacios de recreación que tienen las familias, ya que para el proyecto es importante reconocer con qué espacios cuentan las familias y a partir de esto poder demostrar a la población cómo a través de períodos cortos se pueden lograr mayor promoción de los vínculos afectivos e incluso de disfrute. Tal como indica Alarcón et al. (2016) mencionan también que las herramientas generadas por los vínculos afectivos se pueden alcanzar por medio de un contexto familiar que se recrea y utiliza el juego. La población participante menciona en su mayoría tener espacios de recreación, indicando que el mayor inconveniente para no tener estos espacios es el tiempo. Indicando que cuando tienen espacios de recreación suelen compartirlo en su mayoría con familia, en segundo lugar con

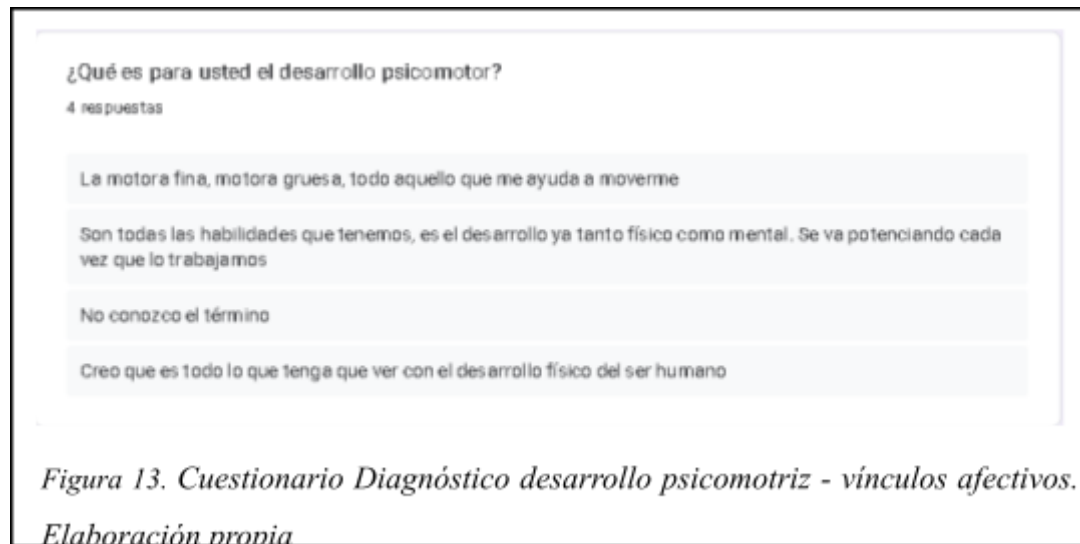
su hijo o hija y, en tercer lugar, con amigos o amigas. Estas respuestas las podemos ver graficadas en la figura 11 evidenciando los datos obtenidos de las familias en los formularios de diagnóstico.



Ahora bien, en relación con el desarrollo psicomotor y los vínculos afectivos, se realizó otro cuestionario diagnóstico. En este, tres familias mencionan que conocen que es el desarrollo psicomotor y una indica que no conoce que es el desarrollo psicomotor, así como se puede observar en la figura 12.



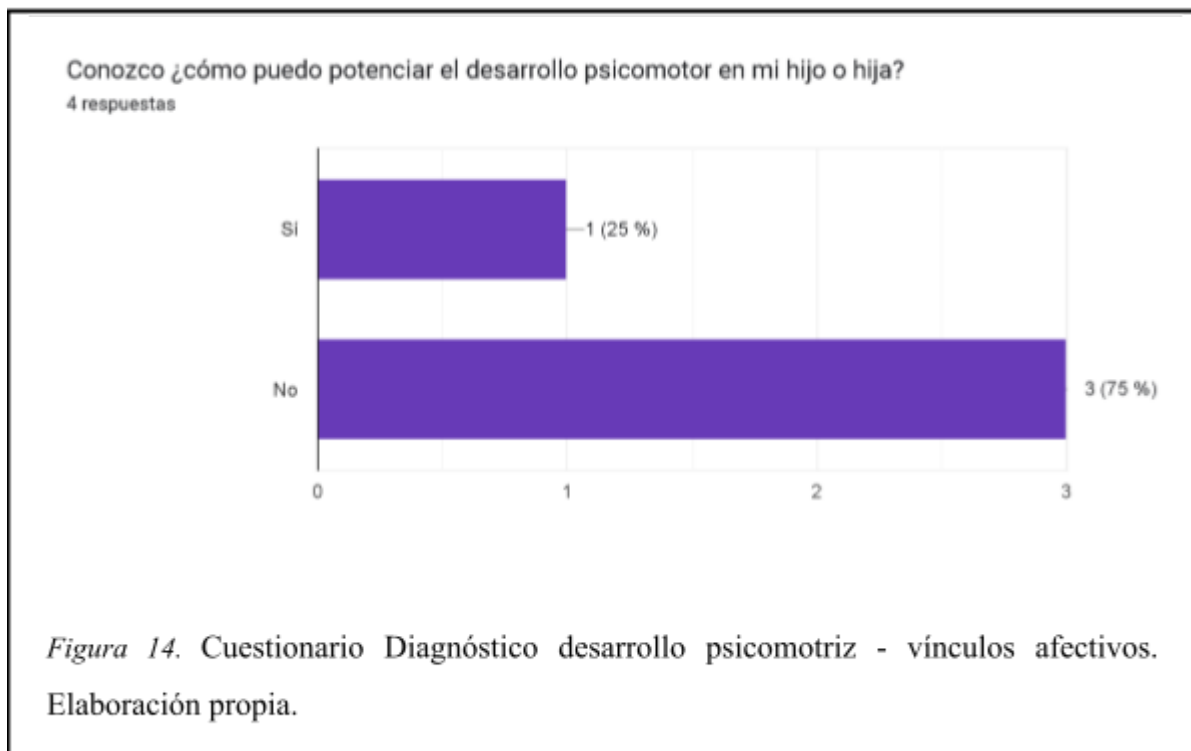
2En el cuestionario también se consultó cuál era el concepto que cada familia poseía sobre el desarrollo psicomotor y sus respuestas fueron variadas, tal como se puede apreciar en la figura 13.



Las respuestas anteriores acerca de las nociones previas de las familias sobre el desarrollo psicomotor, brindaron al proyecto una claridad sobre qué entendían las familias acerca de este concepto y cómo se podían fortalecer esos conocimientos por medio de los talleres. Dentro de las respuestas de las familias nos encontramos con respuestas donde refieren el desarrollo psicomotor como aquel que responde únicamente al área motriz, no obstante, es de gran relevancia para nosotras como proyectistas que comprendan que el desarrollo psicomotriz tal como mencionaban los autores García y Martínez (2016), comprende el desarrollo de diversas habilidades en el niño y la niña en distintas áreas tales como el lenguaje, motora, manipulativa y el área social, las cuales se desenvuelven de acuerdo al ritmo y maduración de cada ser humano. Además, los autores García y Martínez (2016), indican que “El desarrollo psicomotor depende de la maduración correcta del sistema nervioso central (SNC), de los órganos, de los sentidos y de un entorno psicoafectivo adecuado y estable” (p. 81),

Igualmente, las cuatro familias que respondieron el cuestionario indicaron, su deseo por conocer más sobre lo que es el desarrollo psicomotor, abriendo espacios para trabajar este tema de manera conjunta, buscando atender a las necesidades expuestas. Esto dando respuesta también a la pregunta “¿Conozco como potenciar el desarrollo psicomotor en mi

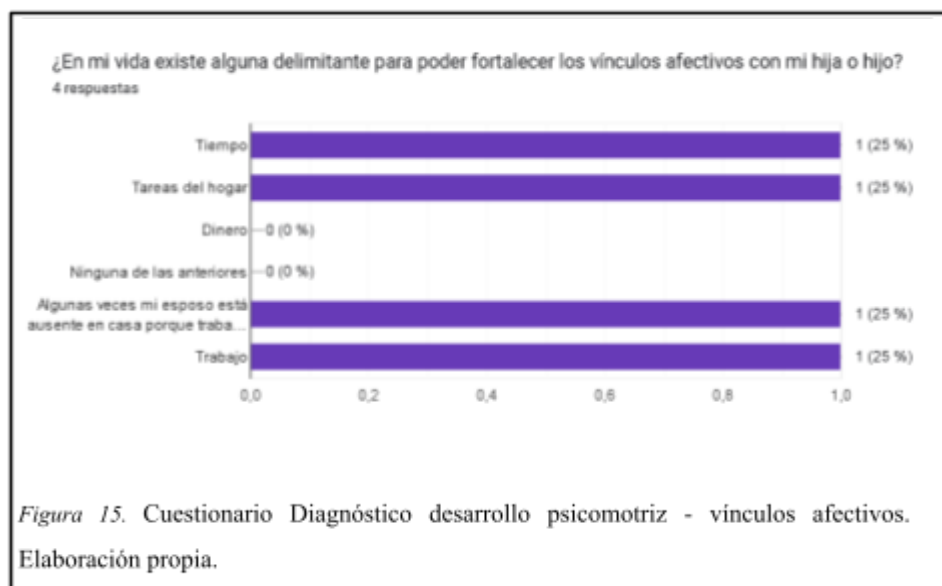
hijo o hija?”, donde tres de las familias indican no poseer esos conocimientos, tal como se puede observar en la figura 14.



De la gráfica anteriormente expuesta, resaltamos la importancia de que las familias tengan un conocimiento sobre el desarrollo psicomotor, esto debido a que tal como se mencionaba en el capítulo uno los autores Alarcón et al. (2016), aluden que el contexto o ambiente familiar es de suma importancia para el desarrollo psicomotriz, debido a que influye de forma directa en este desarrollo, tal como el área sensorial que se da a través de las interacciones con el entorno que tiene el niño o la niña, y por tanto deben de promover o ofrecer experiencias que potencien esta área. Además, las familias deben de tener conocimientos sobre el desarrollo psicomotriz, ya que los autores mencionan que se debe potenciarse aspectos como la percepción, la curiosidad, la experimentación, la motricidad, la inducción y la deducción, por lo tanto al tener conocimientos serían capaces de estimular o corregir aspectos del desarrollo y de las interacciones que generen para el mismo.

En cuanto a los datos recolectados sobre vínculos afectivos en este cuestionario, se halló lo siguiente, las familias se encuentran divididas respecto a si comprenden que son los vínculos afectivos, donde dos señalaron que sí sabían y dos mencionan que no. Para el proyecto recrea, juega y vive los vínculos afectivos refieren según Jaroslavsky (2018) a “una unión o atadura, pero esta unión tiene como característica la de ser una correspondencia y una composición resultante de una mezcla entre sus componentes” (p. 1). Dentro del cuestionario se les brindó a las familias un concepto sobre lo que son los vínculos afectivos para las proyectistas el cuál decía “los vínculos afectivos se se entienden como una relación de cariño y amor recíproca, entre diferentes personas”, después se les consultó si tenían espacios para fortalecer estos vínculos con sus hijos-hijas, a lo cual respondieron afirmativamente. Aun así se consideró importante indagar si estos espacios se podrían ver afectados por algún factor y algunas de estas limitaciones se pueden observar en la figura 15.

En la imagen observamos algunas respuestas respecto a las limitantes por las que no se logra fortalecer los vínculos afectivos siendo algunas de estas el trabajo, tiempo, tareas del hogar, además una familia menciona “algunas veces mi esposo está ausente en casa porque trabaja mucho fuera de San José y yo debo hacerme cargo de todo, trabajo, hijo, labores del hogar, etc”. Es decir, aunque las familias indican que si tienen espacios para sus vínculos afectivos, estos igualmente se están viendo interrumpidos por diversos factores y aunque estos se vean afectados, las familias resaltan también en el cuestionario que todas desean conocer más sobre qué son los vínculos afectivos. Por ende, esto impulsó la creación de talleres donde no solo se habló sobre que es un vínculo afectivo, sino que también generaron espacios para propiciarlos.



Para nosotras como proyectistas es importante conocer los espacios de vínculos afectivos de la población participante, y como estos se fortalecen en su cotidianidad ya que rescatando lo planteado por Borge et al. (2019)

El vínculo determinará la forma en que se organice la personalidad del individuo, los sentimientos de afecto, confianza y seguridad, siendo así una fuente de estímulo y el medio para poner al niño en contacto adecuadamente y gesticulando la densidad de cada uno de los estímulos que recibe del mundo. (p.7)

Respecto al primer encuentro las familias expresaron interés e inquietud por conocer el desarrollo del TFG y como el mismo se iba a llevar a cabo en la modalidad virtual que presentaba. La población participante manifestó que el proyecto se desarrollaba en un momento importante, debido a la situación sanitaria que aquejaba el país, lo cual les iba a permitir tener espacios diferentes con sus hijos e hijas, ya que a veces no sabían cómo interactuar, entretener o compartir con ellos.

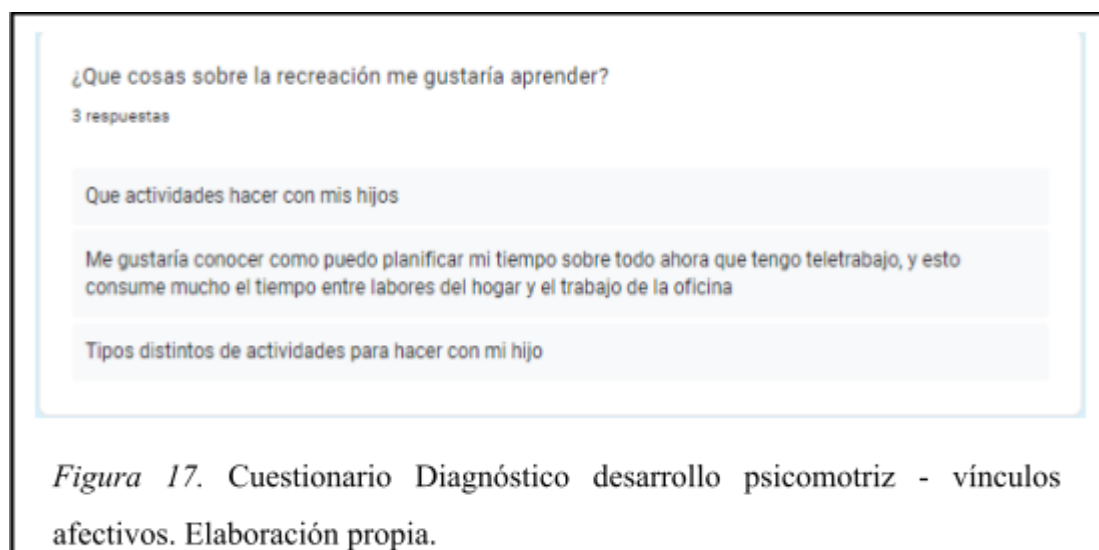
Este primer encuentro consistió en la presentación de las proyectistas y algunos términos importantes para el proyecto como el concepto de “recreación, desarrollo psicomotriz y vínculos afectivos”, esto para dar respuesta a los conocimientos previos que obtuvimos de los cuestionarios enviados a los participantes, para lo que utilizamos una presentación de apoyo en la que se expuso la siguiente información de la figura 16.

The figure consists of three vertical yellow panels, each with a white text box at the bottom. The panels are titled as follows:

- Panel 1: IMPORTANCIA DE LA RECREACIÓN**
 Text: La recreación de las personas sea cual sea su edad, se puede destacar como algo esencial, al recrearse no solo es disfrute, sino que también puede otorgar salud mental y física.
- Panel 2: IMPORTANCIA DE LOS VÍNCULOS AFECTIVOS**
 Text: Identificamos el impacto que tienen los vínculos afectivos en las relaciones entre madre - hijo o hija, porque este será el punto de partida que tendrán los niños y niñas para sus futuras relaciones sociales (Borge et al., 2019).
- Panel 3: IMPORTANCIA DE EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ**
 Text: Cuando se logra un desarrollo psicomotor que ha sido potenciado, permitiendo reconocer nuestro propio cuerpo, capacidades, habilidades, destrezas, fortalezas motoras, facilita desarrollarse con mayor seguridad y apropiación a otras áreas del desarrollo humano, esto porque es necesario recordar que somos seres integrales.

Figura 16. Presentación de apoyo. Elaboración propia

En el encuentro también se brindó un espacio para que las familias se presentarán, comentaron sobre cómo se encontraba conformada su familia, cómo llegaron a ser participantes de este proyecto y qué expectativas tenían del mismo. Posteriormente, se realizó una actividad rompe hielo en la que se narró una historia y cada participante y proyectistas aportaban una parte hasta llegar a la última persona. Para finalizar, se socializó con las familias sobre las expectativas que tenían sobre el proyecto “Recrea, Juega y Vive”, así como lo que deseaban conocer, en donde nos reiteraron las propuestas que nos indicaron en el cuestionario diagnóstico, detallado en la figura 17.



Es con este momento metodológico que dimos respuesta a nuestro propósito, “Conocer la visión de recreación que poseen las familias y sus espacios recreativos, para partir de sus conocimientos previos y oportunidades para recrearse”.

Comprendimos que la población participante se refería a sus espacios de recreación en su gran mayoría a espacios en los que hacía ejercicios, movimiento físico o momentos en los que salían de casa para visitar algún parque y que mucho de estas actividades estaba delimitada por su manejo del tiempo y labores profesionales y de hogar, tal como se apreció en la figura 10 y la figura 15.

Posterior a la presentación del proyecto, las proyectistas y familias se mantuvieron en contacto a través de un grupo de whatsapp donde se compartía información, se aclaraban dudas y se enviaban las invitaciones a los diversos talleres. Una vez finalizada la fase diagnóstica y el contacto con las familias damos inicio al segundo momento metodológico de nuestro proyecto, el cual consiste en espacios de formación, haciendo uso de la información recolectada en el momento del diagnóstico.

Los espacios de formación se dividen en cinco talleres dirigidos a los adultos de las familias participantes, en los que en los primeros cuatro contamos con invitados especiales, siendo estos profesionales en las áreas de educación musical, terapia física, psicología y nutrición. El quinto y último taller estuvo a cargo únicamente de las proyectistas. Momento con el que damos respuesta a uno de nuestros principios pedagógicos planteados, el cual refiere al principio de enseñanza lúdica. Este principio es una guía y orientación para nosotras como proyectistas, debido a que nos señala la función que tiene la recreación y mediación lúdica en nuestro proyecto y nuestro quehacer, rescatando lo que mencionan Flórez y Vivas (2007), la actividad lúdica como actividad formativa. El juego como principio pedagógico no es sólo un recurso didáctico para la enseñanza y el aprendizaje, sino una experiencia original que forma a los jóvenes sin las consecuencias de seriedad y responsabilidad propias de los adultos. (p. 171). En la figura 18, se pueden observar las invitaciones a los diversos talleres realizados



Figura 18. Invitaciones a los talleres. Elaboración propia.

Es importante mencionar que estos talleres responden al momento del proyecto denominado “Recreación: ¿la conozco?”, el cual buscaba abarcar información sobre todo el concepto de recreación y los elementos que influyen en la misma, dirigido a los adultos de la población participante. El primer taller recibió el nombre de “Música: un espacio de recreación y de vínculo”, en el que contamos con el Lic. John Ramírez Nuñez, quién es docente de Educación Musical con amplia experiencia en su profesión con adultos y niños, y quién actualmente labora como docente de música en el área de preescolar con el Ministerio de Educación Pública, en la Escuela Maternal Montessoriana. Con este taller se buscaba dar respuesta al propósito “Propiciar espacios para que las personas participantes reconozcan la importancia de vivenciar la recreación como beneficio en su vida cotidiana, mediante momentos de esparcimiento y disfrute para los niños y niñas, y sus familias”. Así mismo, se pretendía concientizar a la población participante que la música es un medio para recreación de fácil acceso.

En el taller de música, el invitado compartió diversas estrategias, juegos y actividades en las que se hacía uso de la música, sin necesidad de contar con instrumentos o materiales de alto valor monetario, sino también el uso de materiales reciclados, el cuerpo e incluso la facilidad de acceso al internet, así como el uso del juego a través de la música, o enseñar música a través del juego. Lo que permitió que la población participante comprendiera que los espacios de recreación no solo son momentos de actividad física o ejercicios, sino que también son aquellos momentos en los que se genera un disfrute y una conexión con el medio en el que se encuentran. Una de las familias participantes incluso realiza la pregunta “Yo quisiera saber ¿cómo cuál instrumento le puede gustar o cual le podría interesar más a mi hijo de cuatro años, y además de obviamente su atención es de platitos, verdad? ¿Como todo niño, entonces, cómo cuál podría ser como una buena herramienta o manera cómoda de ir involucrando ahí?”, esto permitió observar, para nosotras como proyectistas, la forma en que se despertaba un nuevo interés en la familia, involucrando a su hijo para que tenga diversos espacios de recreación. Además, hacemos referencia a los tipos de recreación mencionados en el capítulo uno, en este caso refiriendo a la recreación artística en donde Rico (1999) indica que esta recreación, busca que los participantes tomen un rol activo en la creación o práctica artística (plásticas y escénicas) y de actividades culturales. Estas se disfrutaban por medio de talleres formativos, didácticos y

lúdicos permitiendo que se vivencie la creatividad, la construcción propia y reproducción o ejecución de valores y tradiciones.

Por otra parte, otra persona participante comentó “Yo no soy mucho de rock, verdad, de hecho, yo generalmente no escucho esa música, eso fue una canción que él escuchó, pero quería preguntarle en la edad de él, ese tipo de música que para mí es fuerte, que podría yo poner digamos que sea rock, pero que sea conveniente para la edad de él ya que noté que le gusta eso, no sé qué tipo de música o qué grupo que podría ponerle a él”. Este comentario fue significativo para nuestro proyecto, ya que logramos notar cómo este espacio nos permitió brindar ayuda a la población con dudas que surgieron a raíz del tema y permitió observar cómo la familia demuestra un interés por acercarse a su hijo a través de los gustos que está formando, lo que nos guía a nuestro propósito “Fortalecer el vínculo afectivo entre las familias, niños y niñas mediante la vivencia de forma conjunta del momento “juego con amor”, donde se brinden formas de recreación y mediación lúdica”.

El taller de música fue un espacio enriquecedor para nosotras como proyectistas, debido a que como mencionamos anteriormente fue satisfactorio notar, que a través del diálogo de este tema surgieron dudas e interés por parte de las familias, que representaban a los niños y niñas de este proyecto. Comprendiendo también que la música puede ser un espacio de juego que beneficia, debido a que a través del mismo se potencia en los infantes la creatividad, la exploración, la imaginación, la conciencia corporal, entre otros. Lo que para el proyecto recrea, juega y vive es primordial, retomando que el juego de acuerdo a lo que el INEINA (2007) menciona “con el juego los niños y niñas ponen en marcha su imaginación. Expresan la manera en que ven el mundo que le rodea, de transformarlo, desarrolla su creatividad y la posibilidad de abrirse a los demás” (p.2). Por otra parte, rescatamos el aspecto de la lúdica, ya que en el taller el invitado menciona ejemplos de actividades a través de juegos, disfrute y experimentación que siempre llevaban a una finalidad, incluso las recomendaciones que brindó para las dudas de las participantes, esto se relaciona directamente con la lúdica, ya que, la actividad lúdica para el proyecto apunta a un momento en el que construyen aprendizajes a través de un espacio agradable, divertido y con una intencionalidad.

Con respecto al segundo taller que se compartió con las familias, fue en relación a actividades de estimulación temprana, la cual tenía el nombre de “Actividades de estimulación temprana en los niños de 0 a 6 años de edad”, a cargo de la Licda. Marcela Quesada Araya, quién es profesional en el área de Terapia Física. Este taller buscaba dar respuesta al propósito: “Fortalecer el vínculo afectivo entre las familias, niños y niñas mediante la vivencia de forma conjunta del momento “juego con amor”, donde se brinden formas de recreación y mediación lúdica”, por cuanto el objetivo era brindar a las familias participantes algunas ideas de actividades de estimulación sobre todo en el desarrollo psicomotriz, comprendiendo que el este abarca al ser humano como un ser integral, ya que como mencionan Sánchez y Samada (2020), la psicomotricidad junto a las áreas que lo integran ocupan un área importante en el desarrollo integral del niño ya que está totalmente relacionada con el desarrollo intelectual, cognoscitivo y afectivo; siendo esta la etapa más significativa en la formación del individuo, pues en ella se forman los cimientos para la personalidad integral (p.137).

Este taller fue de provecho para las familias participantes, y hacemos una mención sobre un comentario de una familia, con una hija de nueve meses, ella menciona: “Me ha costado porque desde pequeña, cada vez que la ponía de espalda, se me ponía a llorar y así fue el mayor. Y yo trata mira, ahorita ella se voltea, se queda feliz así un rato, pero no hace la posición a la tierra, entonces lo que hago es que la pongo con cuidado con mi esposo, con mi mamá y yo soy la que empieza a gatear para que ella me vea a mí y vea el ejemplo”. Cuando la participante mencionó este ejemplo, nosotras como proyectistas intervenimos porque justo esos momentos son los que deseábamos vivenciar en las familias, explicando la importancia de que los niños y niñas vean el ejemplo en los adultos y así ellos(as) comprendan el valor de cada una de las etapas del desarrollo en los diversos ámbitos, en este caso relacionado a la influencia del gateo que a lo largo de la vida influye en otras experiencias como el lenguaje, proceso lectoescritor, el desarrollo de la imaginación y creatividad. Esto aludiendo a que el desarrollo psicomotriz no puede verse como un proceso partido sino, por el contrario como un desarrollo integral de la parte motora y la psíquico-afectivo, mencionado por Cabezuelo y Frontera (2016) y que aluden a que “el desarrollo de las funciones psíquicas y motoras de bebé se realiza de forma simultánea al crecimiento físico y junto al desarrollo emocional” (p.10).

Además, con la experiencia descrita en el párrafo anterior resaltamos el momento de compartir, lo que es fundamental para que los niños y niñas se sientan seguros y apoyados, lo que nos refiere también a la creación y fortalecimiento de los vínculos afectivos entre los adultos de la familia y los menores, rescatando a Cobos (2010),

Los padres e hijos tienen una predisposición instintiva para establecer vínculos afectivos entre ellos, no se trata de algo automático, sino de un proceso que se desarrolla a lo largo de la vida, como consecuencia de los intercambios comunicativos entre los padres y los hijos, o entre las personas en general. (p.52)

Este taller instó mucho al uso de materiales reciclables, cotidianos y sencillos, incluso que se puedan inventar o hacer en casa, ya que la invitada también mencionaba la importancia de reinventarse como papás, sobre todo en época de pandemia, en la que lo cotidiano y lo rutinario había cambiado para todos, e incluso para los más pequeños que se han acostumbrado a ver el mundo de forma diferente debido a las restricciones sanitarias. Rescatando desde nuestro propósito como proyectistas, la relevancia de como familia poder conocer las etapas del desarrollo de los niños y niñas y cómo se pueden potenciar o apoyar. Retomando lo que mencionamos en la fase diagnóstica sobre la relevancia que tiene para el proyecto que las familias logren conocer sobre el desarrollo psicomotriz, debido a que, a través de este conocimiento las familias potenciarán y desarrollarán actividades para beneficiar el desarrollo psicomotriz en los infantes.

Para nosotras como proyectistas fue significativo observar cómo el taller logró aclarar la inquietud de algunas participantes, brindar ideas y nuevos aprendizajes del desarrollo psicomotor, debido a que se logró adaptar a la virtualidad atendiendo dudas específicas en relación al contexto familiar, así como complementar con el que hacer en la asignación que se leerá más adelante.

Dos de las madres de familia expresan que este taller les permitió acceder de forma innovadora a información que desconocían y que por la situación sanitaria del país era un poco complejo acceder, debido a que en comparación a la realidad previa al COVID-19, las mamás tenían más orientación de otros profesionales, amigas o familiares, lo que se veía limitado en ese momento.

El tercer taller que se llevó a cabo tuvo el nombre de “Nutrición en niños de 0 a 6 años”, este fue desarrollado por la Dra. María Fernanda Ramírez Mora, la cual es una nutricionista. En este taller la invitada compartió con las y los participantes, como se debe de ver una alimentación balanceada en los niños y niñas desde el nacimiento a los seis años. Brindó detalles importantes de las necesidades que se generan en cada etapa, así como diferentes estrategias de cómo suplir lo que los niños y niñas requieren en estos períodos. Para nosotras como proyectistas, este taller fue de gran provecho, rescatando a los autores Cabezuelo y Frontera (2016) que mencionan tres factores influyentes en el desarrollo psicomotriz, siendo uno de ellos las condiciones ambientales adecuadas aludiendo que, “necesitan de una buena alimentación así como de unos cuidados físicos, de higiene y de protección contra las enfermedades, para permitir que su potencial genético y de desarrollo se materialice y se desenvuelva sin padecer carencias ni problemas” (p.7).

Se buscó que, con este taller, las familias logaran obtener información valiosa y variada, ya que aunque el proyecto no se concentra en nutrición, se comprende que esta es un aspecto importante del desarrollo psicomotriz, esto porque desde la visión de las proyectistas, todo estos aspectos son integrales para un desarrollo psicomotriz óptimo. Durante el taller, las familias realizaron diversas preguntas puntuales sobre la alimentación de sus hijos(as), por ejemplo, en un grupo familiar se presentaba que a un niño no le gustaba comer ciertos alimentos, a lo cual la invitada brindó diversas sugerencias a lo que podría hacer, intercambiar o reemplazar. Otro comentario que realizaron fue: “otra cosa es que él no come solo, me cuesta mucho, son pocos los alimentos que él come solo, papitas que le hago en la freidora o pollito”, a lo cual la invitada insta a la familia a compartir en conjunto estos momentos de comida, modelar el cómo se puede comer solo y el ser independiente.

Así mismo, en el taller nosotras como proyectistas se brindaron algunas recomendaciones desde nuestra experiencia en la docencia, por ejemplo, mencionábamos la importancia de poder hacer recetas diferentes con los niños y niñas, hasta lograr que fuera una actividad cotidiana, divertida y ojalá a través del juego, como por ejemplo imaginarnos que estamos en un programa de televisión y debemos presentar la receta, los ingredientes y el resultado. También se facilitaron ideas para negociar con los infantes sobre la comida,

por ejemplo, preguntarle cuántos años tiene y poder negociar “bueno tienes cinco años, nos comemos cinco cucharadas más”, de modo que se llegue al diálogo y negociación, sin imponer de modo que influya también en los vínculos afectivos que se crean y fortalecen cada día.

La invitada finalizó destacando una vez más la importancia que hay en involucrar a los niños y niñas, en su proceso de alimentación, tomarlos en cuenta para preparar los alimentos, elegirlos y servirlos. Esta declaración se destaca para el proyecto, debido a que no solo se está trabajando en su nutrición, lo cual va a tener un impacto en su desarrollo psicomotriz, sino que también se está uniendo el área de vínculos afectivos, al buscar que los niños-niñas sean parte activa de este proceso.

Este taller se llevó a cabo debido a que era una de las inquietudes de las familias de los niños y niñas, y al reconocer la alimentación como uno de los factores externos del desarrollo psicomotriz mencionado en párrafos anteriores, logramos deducir que era de relevancia propiciar información sobre la influencia de la alimentación y los procesos previos de la misma en el área psicomotriz y vínculos afectivos de los menores.

El cuarto taller recibe el nombre de “Importancia de los vínculos afectivos de los 0 a los 6 años”, contamos con la Licda. en Psicología y Bachiller en Pedagogía con énfasis en Educación Preescolar, Gloriana Hernández Mena, donde retomó la importancia de los vínculos afectivos en la primera infancia. Este taller buscaba ir en respuesta del propósito del proyecto “Valorar la percepción final de las familias acerca de la recreación y su influencia en los vínculos con sus hijos e hijas”.

En este taller se logró denotar una mayor participación de las familias, las cuales brindaron comentarios valiosos y variados, como, por ejemplo: “la presencia de mi hija, con relación con mi hijo, ha sido complicado, eso porque si quiere como más atención, hemos estado trabajando eso”, se destaca con este comentario la validez que le brindan los adultos a los sentimientos de su hijo, así como su deseo de mejorar esta situación familiar.

Por otra parte, una familia resalta esos cambios que ha logrado observar con su hijo en lo siguiente “ahorita que tiene 4 años es también como otra red enorme porque ellos ya identifican varias emociones y las pueden razonar mejor entonces también están como

buscando esos límites a ver hasta dónde puedo llegar y qué puedo hacer”, con relación a este comentario, varias familias se vieron reflejadas, donde mencionan que pueden observar cómo sus hijos(as), llegan a descubrir sus propias emociones y cómo estas tenían una influencia en sí mismos, así como lo podemos enlazar con el siguiente comentario de una familia, “a mi hijo lo que le pasa es que se enoja cuando algo no le sale, como que él se dice que no quiero fallar y es persistente verdad”.

Durante el taller, las familias se mostraron deseosas de compartir sus experiencias, y a raíz de lo presentado por la invitada, relacionaban sus propias vivencias con las de otras familias, esto representó para el proyecto una oportunidad valiosa, para conocer aún más a las familias, ya que brindaron una perspectiva nueva a lo que quizás no compartían tan abiertamente dentro de los otros talleres tal como se evidencia en los apéndices del k al ñ, referentes a las transcripciones de dichos momentos. Rescatamos este taller cómo un aspecto clave del proyecto recrea, juega y vive, ya que para nosotras como proyectistas es importante que las familias pudieran llegar a comprender la importancia que tienen los vínculos afectivos en la vida, ya que es una herramienta no solo para el momento de la infancia sino a lo largo de la vida, y por esto recuperamos lo expuesto por Marrone (2018).

Individuos con una historia de apego óptima tienen una manera efectiva y directa de regular emociones. Basado en muchas experiencias infantiles con sus figuras de apego que responden la mayoría de los casos en forma empática, sensible y eficaz a las comunicaciones de peligro o aflicción, los niños y niñas aprenden a tener confianza en la capacidad regulatoria de los otros. Tienen confianza en las figuras de apego, de manera que no les es difícil exponer su vulnerabilidad y pedir ayuda cuando la necesitan. (p.5)

En el taller de vínculos afectivos se visualizó, dentro de nuestra visión, como no solo las familias estaban recibiendo información útil para ellos, sino que también estaban accediendo a un vínculo con los demás participantes, al verse reflejados en ciertos aspectos, debido a que compartían experiencias que pasaron o estaban viviendo, lo que de cierta forma creó una red de apoyo y de soporte. Esto fue para nosotras un aspecto significativo, ya que se esperaba brindar acceso a diversa información sobre vínculos afectivos, ayudar y guiar respecto a las experiencias que comentaron y hacer un trabajo de la mano, sin

embargo, para nuestra sorpresa la población participante fue muy empática y solidaria al tomar ellos este espacio y hacerlo propio dándose acompañamiento entre sí y aportando en cada una de las situaciones que se exponían. Por lo cual, a raíz de este taller, se decide entre proyectistas, buscar otra experiencia similar de relación y vínculo, tal como el siguiente.

El último y quinto taller de este momento metodológico fue nombrado “Una noche de yoga en familia”, el cuál fue impartido por las proyectistas y se hizo la invitación a los adultos, niños y niñas de las familias participantes. Esto debido a que fue un taller práctico en el que realizamos yoga a través de un cuento que se iba narrando. El taller pretendía dar respuesta al propósito “Fortalecer el vínculo afectivo entre las familias, niños y niñas mediante la vivencia de forma conjunta del momento “juego con amor”, donde se brinden formas de recreación y mediación lúdica”. Además, tomamos en cuenta para este taller nuestro principio pedagógico planteado sobre actividad, ya como proyectistas que buscábamos que la población participante se apropie del proyecto de nuestra mano, guía y mediación por lo que como indican Flórez y Vivas (2007), “este principio significa que la mejor formación se gana no recibiendo pasivamente conocimientos y valores, sino actuando reflexivamente sobre la propia vida, sobre los propios conocimientos y valores a que tiene acceso” (p. 170).

Al finalizar este taller uno de los comentarios que recibimos fue “de hecho, hace como semana y media traté de hacer algunos ejercicios de yoga con Gabo, pero no le gustó tanto. Nunca se me ocurrió hacer de animales, claro, porque eso contando una historia y todo, los atrapamos”, así como se aprecia en el apéndice Ñ. Recibir este comentario para nosotras fue gratificante, ya que permitió ver la forma en que el trabajo que realizamos estaba impactando a las realidades o cotidianidades de las familias y permitía innovar la forma de hacer algunas actividades de recreación, esparcimiento y compartir, así como el momento de poder observar a las familias convivir de este espacio un poco más en tiempo real y ver las caras con sonrisas o escuchar las risas al intentar hacer alguna posición o sonido de animales, cuando se les preguntaba cómo creían que hacía. Por este motivo rescatamos a Velíz y Mateo (2022) donde expresan que las actividades recreativas, además

de promover la creatividad y el disfrute, permite que se favorezca el ambiente social de las personas, lo que implica una apertura a la convivencia con los otros.

Esto debido a que uno de nuestros principales objetivos con el proyecto es demostrarle a la población participante formas de crear o tener espacios de recreación y esparcimiento con materiales cotidianos, sencillos o únicamente contando con un tiempo para crearlo, lo cual fue notorio con el comentario de la participante.

Una vez ya finalizado de comentar los talleres damos inicio al tercer momento metodológico que refiere a una asignación de tareas, a pesar de que se daba de forma simultánea o continua, ya que como proyectistas decidimos elaborar algunas actividades que la población participante debía realizar en casa y cada sábado que se llevaba a cabo un taller, se asignaba una tarea que tuviera relación a los temas tratados en los talleres. Este momento metodológico responde a los momentos del proyecto llamados “Recrea, juega y vive” y “juego con amor”, en la cuál en ambos momentos las familias iban a interactuar como guías para los niños y niñas, pero el primer momento mencionado buscaba el espacio de recreación y explorar el desarrollo psicomotriz y el otro momento buscaba fortalecer los vínculos afectivos.

Este momento metodológico responde a dos principios pedagógicos planteados en este proyecto: el principio de afecto y el de actividad, rescatamos el principio de afecto mencionando a los autores Flórez y Vivas (2007) que definen este principio como “integrar lo cognitivo con lo afectivo. Este principio propone no sólo que el afecto es una necesidad del ser humano, sino que el “calor humano”, en el aula, facilita y propicia el aprendizaje y la formación de los estudiantes” (p.168). Este principio para nosotras es de suma importancia, ya que como hemos desarrollado en párrafos anteriores deseamos favorecer los vínculos afectivos entre las familias (madre-padre-hijo-hija-abuelo-abuela, entre otros), ya que como hemos comentado en ocasiones previas, un buen vínculo afectivo da seguridad, confianza al niño o niña, lo que es de beneficio a lo largo de su vida en diversos aspectos, tales como generar buenas interacciones con otras personas, seguridad y confianza en sí mismo, enfrentar con mayor éxito distintas situaciones.

Por otra parte, el principio de actividad cómo se mencionó anteriormente buscaba que la población participante fueron los protagonistas de este proyecto desarrollo, retomando lo que indican Flórez y Vivas (2007), “este principio significa que la mejor formación se gana no recibiendo pasivamente conocimientos y valores, sino actuando reflexivamente sobre la propia vida, sobre los propios conocimientos y valores a que tiene acceso” (p. 170). Todas las tareas asignadas pretenden responder a los propósitos: “Propiciar espacios para que las personas participantes reconozcan la importancia de vivenciar espacios recreativos como beneficio en su vida cotidiana mediante espacios de recreación y disfrute para los niños y niñas, y sus familias” y “Fortalecer el vínculo afectivo entre las familias, niños y niñas mediante el desarrollo de forma conjunta del momento “juego con amor” donde se brinden formas de recreación y mediación lúdica”.

La primera tarea, se envió al finalizar el taller referente a música como un espacio de recreación, por lo que las actividades enviadas a casa para compartir hacían uso de la música y también de espacios de diálogo luego de la actividad, en el apéndice O se puede observar las actividades que se enviaron a la población participante.

La actividad “llegó la hora de talentos” fue de utilidad para la población participante, ya que mencionan que vieron diferentes reacciones en los niños y niñas, algo que quizás en ocasiones por la rutina del día no nos detenemos a ver, ya que la población participante describe las reacciones e incluso utilizan la palabra “me llamó la atención”; este espacio también permitió que los adultos de la familia fueran guías o ejemplo de los niños y niñas, al obtener estos resultados retomamos lo mencionado por el INEINA (2007) que plantea “jugar enseña a los niños sobre sí mismos, sobre su ambiente y sobre la forma de interactuar con las otras personas” (p. 2) podemos observar algunas respuestas en las figuras 19 y 20.

Brinde una breve descripción de su experiencia con la actividad "Hora de Talentos"

2 respuestas

A los chicos les gustó, pero lo que fue bailar no les agradó mucho, creo que fue por estarlos grabando

Muy divertida. Costo al principio con mi hijo mayor que no le gusta cantar o bailar pero cuando nos vio hacerlo se ánimo

Figura 19. Cuestionario: Realimentación Hora de talentos. Elaboración propia.

Es importante mencionar que esta actividad permitió fortalecer en las familias los vínculos afectivos, y según las respuestas que nos brindaron las familias destacamos dos aspectos importantes, la primera es la importancia de la presencia de las familias en los niños y niñas, ya que mencionan que al tener la presencia de una cámara no les agrada, lo que nos apunta a denotar como la tecnología presenta un papel importante dentro de los vínculos afectivos, en este caso específico como algo negativo, esto porque delimitó la interacción entre familia al ver que estaba presente en ese momento. Tal como lo muestra la figura 19, una de las familias asocia el cambio de interés en los niños y niñas al tener presencia de un aparato tecnológico grabando ese espacio de interacción familiar, lo cuál al iniciar de un taller también mencionan que al ver la cámara los niños se cohibieron.

Por otra parte, el segundo aspecto es la reacción de las familias al conocer nuevas respuestas de los niños y niñas a diversos estímulos, en este caso la música, y cómo puede convertirse en una actividad innovadora a la cotidianidad o a la realidad virtual y de aislamiento que se vivía en ese momento. Aspecto que, vemos reflejado en las respuestas que nos brindan los(as) participantes, sobre si consideraban este tipo de actividades como una oportunidad para fortalecer los vínculos afectivos, en donde nos indican que les gustó y es algo que intentan seguir realizando. Fortaleciendo así su propia recreación, donde tal como Rojas (2002), indica que la actividad recreativa además de promover un estado de tranquilidad y paz, conlleva al esparcimiento, lo que trae implícito la diversión generando una apertura a la convivencia con otros.

A continuación, podemos observar en las imágenes 21 y 22, evidencia de fotografías de videos enviados, donde los menores de edad están disfrutando del momento de baile y creando movimientos a través de su cuerpo con los diferentes ritmos recomendados.





La segunda asignación se denominó “¡A movernos!” en la cual se retomó información del taller de actividades de estimulación del desarrollo psicomotriz, en esta actividad se pretendía que las familias recordaran aquellos juegos que, en su infancia, los hacían divertirse, y cómo segunda actividad contar un cuento en el que realizarían masajes de forma simultánea. En el apéndice P, podemos observar lo solicitado para esta tarea.

En esta tarea fue importante para nuestro proyecto que las familias se divirtieron enseñándole a sus niños o niñas juegos que los hacía tener espacios de disfrute, esos espacios que para nuestro proyecto son espacios de recreación y esparcimiento, sin duda fue exitoso ya que en las respuestas que recibimos dicen haberse divertido. Esta actividad fue una de las más significativas para una mamá participante con una bebé de nueve meses.

Esto porque ella expone que sobre todo el momento del masaje le permitió conectar con su bebé, lo cual hizo que fuera un momento especial, así como haber rescatado información del taller, en este caso sobre el gateo y nos envía un vídeo de uno de los ejercicios que la invitada del taller de estimulación le recomienda para fortalecer esta etapa, así mismo podemos observar en ese vídeo como la mamá interactúa con la niña mediante risas, gestos y palabras como “eso, muy bien” y conforme la movía decía “para delante” o sonidos para interactuar como “uy”. Es con esto que retomamos la teoría mencionando a Cabezuelo y Frontera (2016) quienes dicen que “la relación satisfactoria entre los padres y el bebé, con cuidados responsables y continuos en un marco familiar no conflictivo, es el estímulo ideal para un desarrollo psicomotor normal” (p. 10). Mientras que por otra parte Sánchez y Samada (2020) en su explicación sobre el desarrollo psicomotriz como un aspecto integral de la vida y en el que desde la infancia se debe de generar espacios para

fortalecer y propiciar espacios para estimular, ya que los autores indican que “depende en gran medida el progreso de las capacidades físicas, cognitivas y sociales desde infancia hasta su adultez” (p. 122). En seguida en las figuras 23, 24, 25, se evidencia unas secuencias de un vídeo donde jugaban enano gigante, el masaje de la bebé y ejercicios de estimulación.

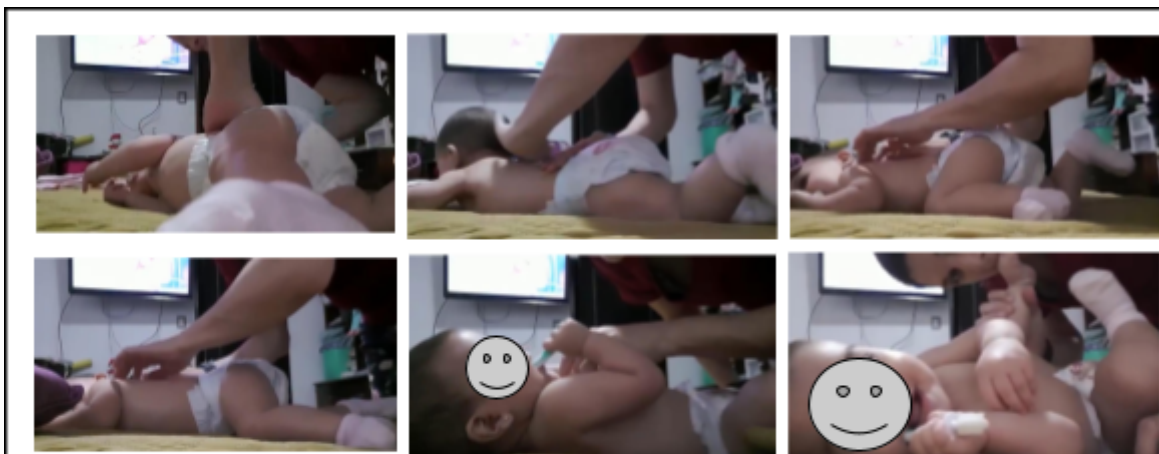
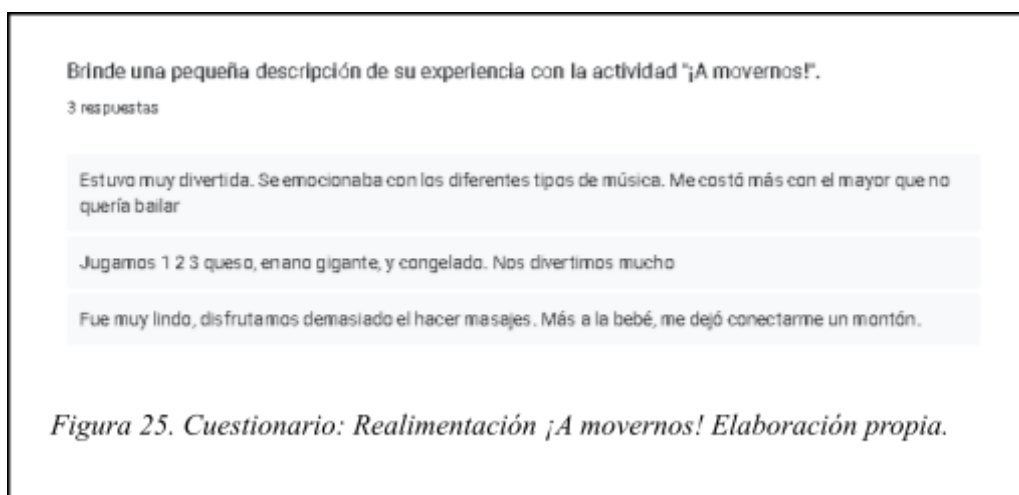


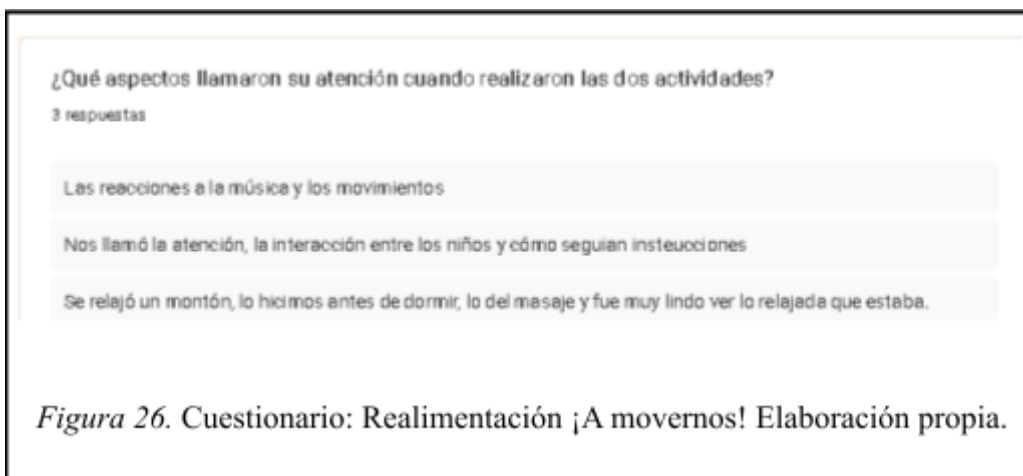
Figura 24. Secuencia de fotos, tomadas de video compartido por familias. Elaboración propia.



Figura 23. Secuencia de fotos, tomadas de video compartido por familias. Elaboración propia.

En cuanto a las respuestas recibidas sobre la actividad “¡A movernos!”, los participantes comentan sobre todo que fue un espacio de disfrute, rescatan aspectos como el seguimiento de instrucciones de los niños y niñas en los juegos, la capacidad de movimiento que tienen los infantes y aspectos que promueven estas actividades, donde una de las participantes menciona que a través de los juegos promueve la imaginación, seguimiento de patrones y la convivencia. Chaves et al. (2016), comentan que la recreación se puede comprender como la agrupación de actividades que resultan placenteras generando con estas el gozo, las cuales se realizan en tiempos libres y fomentan el desarrollo integral. Retomamos también que a través de estos espacios de recreación se permite estimular y fortalecer diversas áreas del desarrollo integral del ser humano tales como la psicomotricidad, área social, de lenguaje, cognitivo y afectivo. A continuación, en las figuras 25 y 26 vemos respuestas recibidas de la población. En donde nos indicaron que algunos de los aspectos que llamaron su atención con respecto a las actividades, fueron la interacción que tuvieron con sus hijos(as), así como las reacciones que surgieron en ese momento.





En relación a la tercera asignación, se llamó “¡Cocinemos juntos!”, la cual consistió en que las familias debían realizar una merienda saludable en familia. Para esta asignación, se les brindó a las familias un paquete con los materiales e ingredientes necesarios para su merienda, la cual consistía en galletas de arroz inflado y un paquete de mantequilla de maní natural, estos paquetes fueron entregados personalmente a cada familia, unos días antes del taller. En el apéndice Q, se puede observar lo que se solicitó a los participantes.

Además de realizar la merienda como familia, también se les solicitó, contar un cuento sobre animales en una granja, esto con el objetivo de generar un espacio extra para su vínculo afectivo como hijo(a)-mamá-papá. Después de escuchar el cuento, debían decorar su galleta de arroz del animal o forma que deseaban. Esta actividad fue bien recibida por los participantes, los cuales compartieron con nosotras diversas fotos, realizando la actividad, como se puede evidenciar en la figura 28 a continuación.

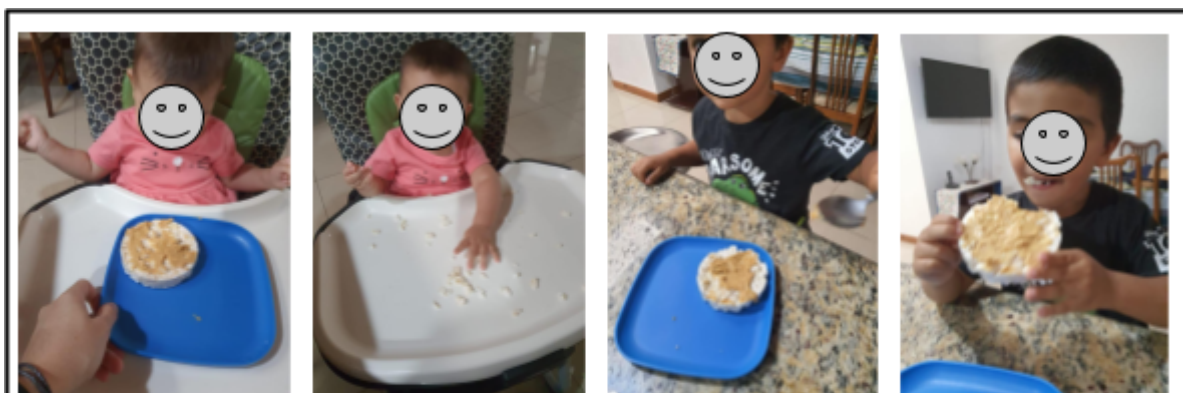
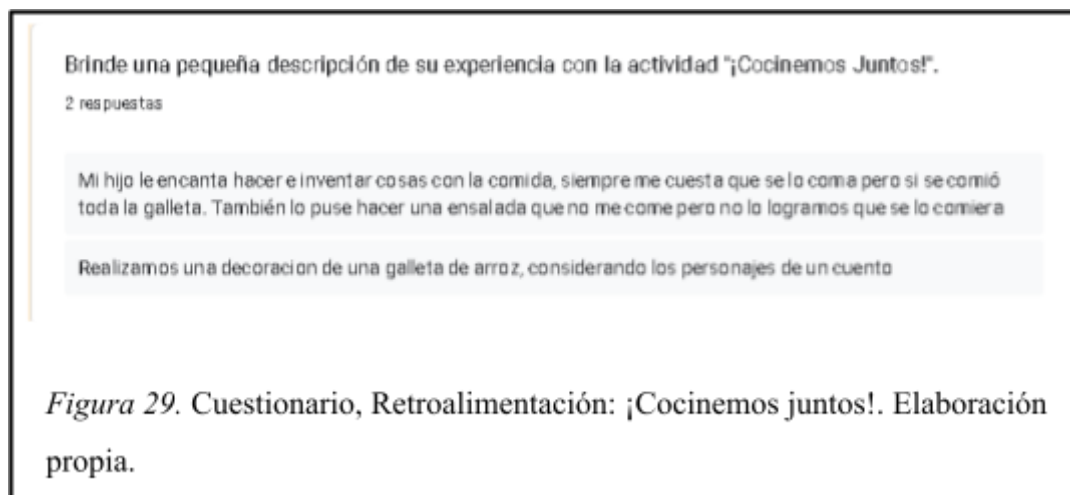


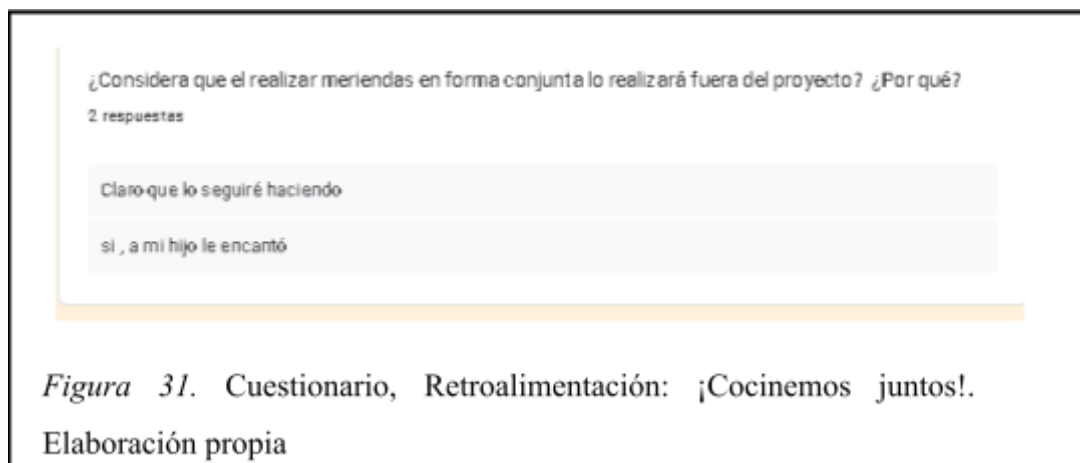
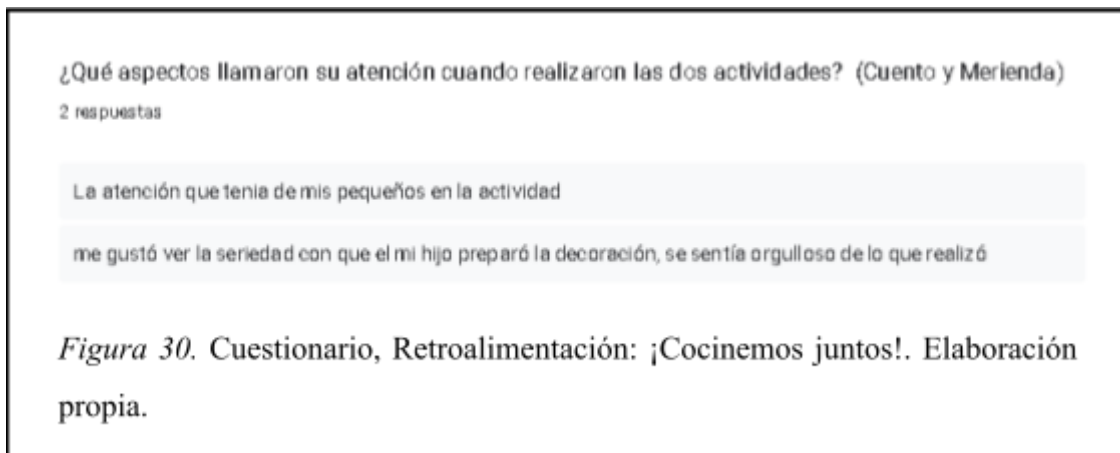
Figura 28. Secuencia de fotos, tomadas de video compartido por familias. Elaboración propia.

En relación a nuestro proyecto, esta asignación además de tener un buen recibimiento de las familias, en el taller de vínculos antes de iniciar recibimos el comentario por parte de una de las participantes consulta sobre donde se consiguió uno de los materiales enviados, ya que era nuevo para ella y estaba muy práctico para meriendas o utilizar con los chicos, además que tuvo la oportunidad de compartir con un amigo de su hijo y “la actividad fue muy bonita ya que lo realizó con los dos y creó un espacio diferente con los niños”, lo que consideramos un impacto en las respuestas que nos brindan con respecto a la retroalimentación, donde indican que sus hijos(as), tuvieron un momento de recreación y disfrute, así como lo muestra la figura 29.



Dos de las familias igualmente nos mencionan dentro de la retroalimentación que, con las actividades, lograron notar una mayor participación de sus hijos(as), así como se puede visualizar en la imagen 30 y 31, lo cuál para nosotras como proyectistas es importante, esto porque se denota como los niños(as), también están siendo participantes activos del proyecto y no solo los padres de familia que estaban recibiendo los talleres. Además en las respuestas recibidas vemos que las familias participantes mencionan la importancia, la seriedad y la atención que demuestran los niños en este tipo de actividades, rescatamos la relevancia que tiene dar a los niños y niñas siempre un papel o rol influyente o de peso en las actividades que se realizan junto a ellos, de modo que se genere confianza, seguridad en los infantes lo cual se genera a través de la motivación y vínculos afectivos que propician los padres y madres, Mite y Pardo (2018), subrayan la importancia del vínculo afectivo

entre madres-padres y niños o niñas de la siguiente manera: “el vínculo afectivo entre madre e hijo es esencial para el niño, que brinda seguridad y confianza, necesarios para el desarrollo y aprendizaje” (p.68).



Con relación a la última actividad, esta tenía el nombre de “¡Cocinemos juntos!”, esta consistió en que las familias debían, realizar una comida en conjunto, la que ellos decidieron y después llevar esa comida a un picnic dentro de la casa, donde podían leer libros, traer juegos de mesa o las actividades que seleccionaron entre familia. En el apéndice R se expone lo que se le solicitó a las familias para esta actividad.

Una familia nos compartió fotos sobre ese momento de recreación y vínculos afectivos que tuvieron de manera conjunta. En la figura 32, se puede apreciar como tienen afuera actividades diferentes para sus dos hijos, cada una apropiada a su edad, se visualiza también que aunque se encuentren realizando actividades diferentes, igualmente están

compartiendo su espacio juntos. Aspecto que, deseamos destacar ya que se puede apreciar el propósito de “fortalecer el vínculo afectivo entre las familias, niños y niñas mediante el desarrollo de forma conjunta del momento “juego con amor” donde se brinden formas de recreación y mediación lúdica”. Estas actividades realizadas por la familia se evidencian en la figura 32.



Rescatamos estos espacios de recreación como un espacio de convivencia entre los niños, niñas, así como los padres y madres de familia, ya que a través de este espacio existe la socialización, convivencia, compartir de gustos, intereses, necesidades. Además, los padres están siendo promotores de espacios físicos diferentes dentro de su entorno, lo cual permite una estimulación en los infantes. Cobos (2010) en el siguiente texto expone que,

Los niños son activos y curiosos, muy pronto necesitan explorar el entorno físico y social, para ello necesitamos ofrecerles ambientes ricos y variados, así como apoyo afectivo y social. Hay una necesidad de comprender la realidad física y social. Los adultos deben ser mediadores de esa comprensión, el significado de lo que los niños

construyen depende de esa mediación. Los padres deben escuchar y responder de forma contingente y ajustada a las necesidades del niño. (p. 5)

En relación a la realimentación se puede denotar como los participantes indican que la actividad fue de provecho para compartir un espacio en familia, tal como se puede apreciar en la figura 33.

Brinde una pequeña descripción de su experiencia con la actividad "Vamos a comer Juntos."
2 respuestas

Pasamos un gran rato compartiendo juntos

Aprovechamos este momento para realizar la merienda de los chicos y jugar. Pudimos estar los 4 juntos como familia

Figura 33. Cuestionario Realimentación: Vamos a comer juntos. Elaboración propia

Igualmente, los participantes mencionan que uno de los aspectos que llamó su atención fue la actitud que tuvieron sus hijos(as), durante la actividad, cómo se divertieron y pudieron salir un poco de la normalidad así como se aprecia en la figura 34 y que esta actividad también la volverían a realizar entre familias, donde resaltan que es una forma diferente de “salir”, esto teniendo en contexto la actualidad de ese momento donde por la situación de emergencia sanitaria, el salir a espacios fuera de casa no era posible.

¿Qué aspectos llamaron su atención cuando realizaron la actividad?
2 respuestas

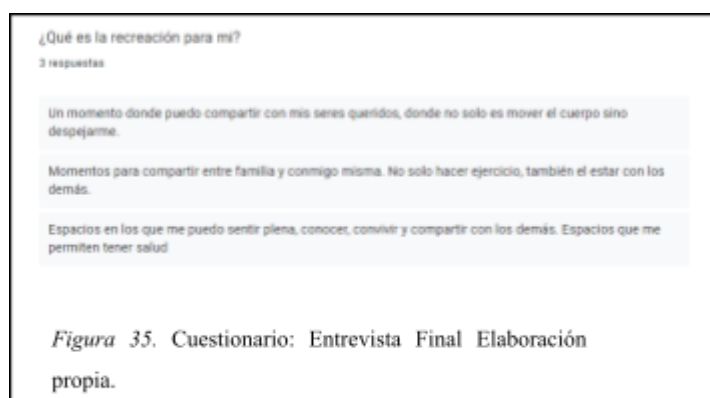
La actitud de los niños, cambió el carácter

Ver cómo los chicos se divertían y una actividad diferente en este tiempo de pandemia, una forma diferente de "salir"

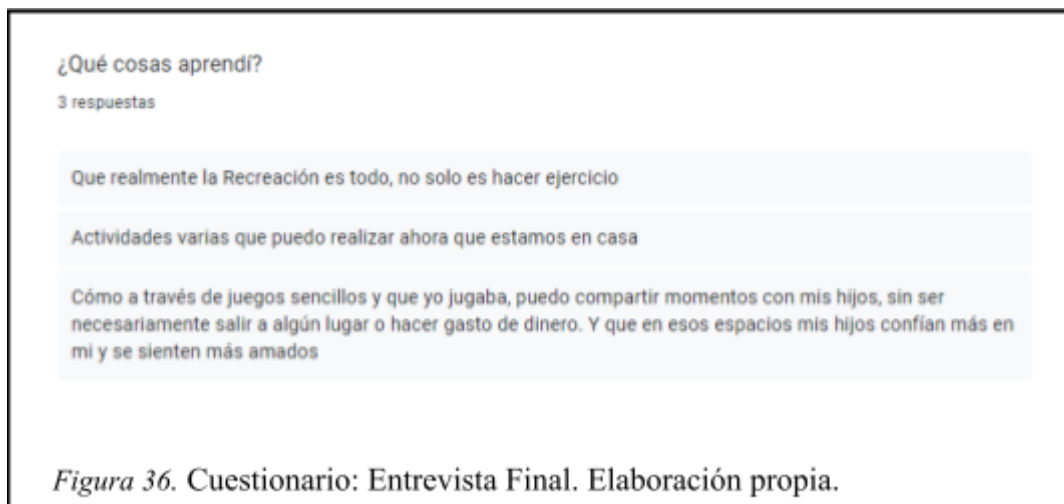
Figura 34. Cuestionario Realimentación: Vamos a comer juntos. Elaboración propia.

Las asignaciones enviadas a los hogares, permitieron al proyecto recrea, juega y vive evidenciar diversos momentos en la población participante, es decir pudimos ver el disfrute no solo de los niños y niñas, sino también de las familias en las que tuvieron espacios de gozo, esparcimiento y convivencia a través de los juegos y actividades. Desde nuestra perspectiva notamos que las familias pudieron percatarse muchas habilidades y fortalezas de sus hijos e hijas, que quizás por la rutina o el trayecto diario de las labores profesionales, tareas del hogar, estudio, entre otras, no se suelen detener a observar. Así mismo, pudimos evidenciar a los niños y niñas siendo protagonistas de las actividades, esto gracias a las familias quienes fueron los guías y acompañantes en cada actividad, en las que previamente tuvieron un panorama claro brindado por nosotras como proyectistas y promotoras de las actividades propuestas. Las familias vieron las necesidades de implementar instrucciones, normas, reglas, flexibilidad que usualmente creemos que sólo están presentes en el área de la educación formal y es por este motivo que retomamos lo que nos mencionan Gómez, Herrera y Velandia (2017) “una escenografía de lúdica y pedagogía se convierte en una estrategia favorable en el reto de adquirir e interiorizar normas no solo en el juego sino en todas las actividades de intercambio social y comunitario” (p. 46).

Una vez que finalizamos este momento metodológico de la asignación de tareas, se da inicio a nuestro cuarto y último momento metodológico, el cual consiste en la realimentación del proyecto, en el que implementamos un cuestionario a la población participante, el cual da respuesta a nuestro propósito “Valorar la percepción de las familias acerca de la recreación y cómo esta influye en los vínculos con sus hijos e hijas, durante el desarrollo del proyecto”. Rescatamos como primer punto la percepción del concepto de recreación en donde se logra observar un cambio de pensar y en el que incluso la población participante dice haber cambiado, ya que a diferencia del momento diagnóstico, ya no solo hacen referencia a movimiento o ejercicio sino a un todo, que refiere a una integralidad, la cual como seres humanos es necesaria, podemos observar las respuestas en la figura 35.



De estas respuestas destacamos el cómo los participantes, describen su recreación como un espacio no solo para mover el cuerpo, sino que también como un momento para su disfrute emocional, para compartir con sus familias e incluso un espacio para ellos(as) mismos, generando de esta manera un espacio de recreación y de desarrollo de vínculos afectivos entre ellos(as), por lo cual se puede hacer referencia a lo mencionado por Alarcón et al. (2016) donde indican que por medio de un contexto familiar que se recree y juegue, se pueden alcanzar vínculos afectivos. Denotamos nuevamente como la recreación y los vínculos afectivos se benefician mutuamente y como este aspecto se resaltó dentro del proyecto.



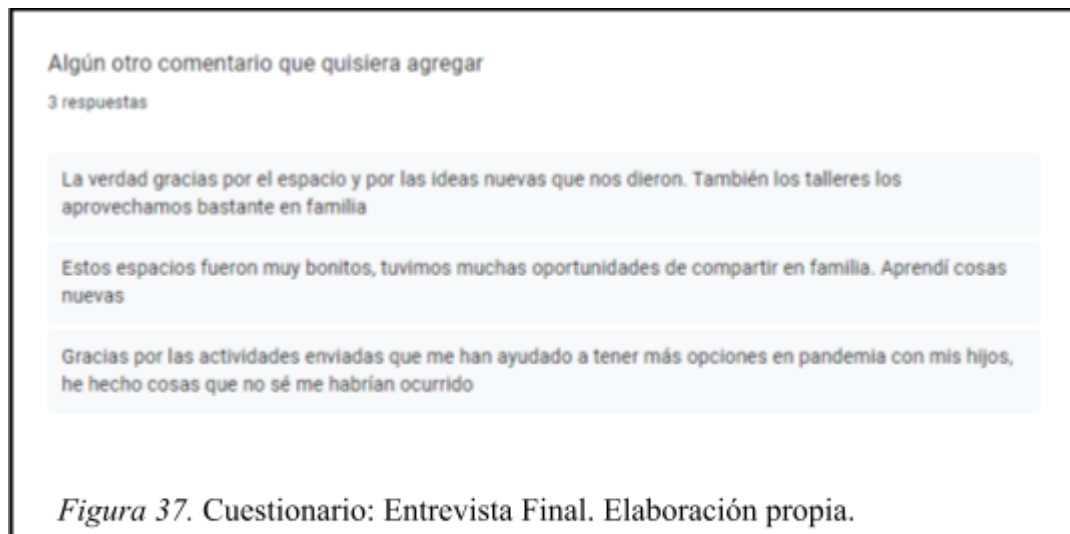
Con este cuestionario también logramos conocer que la población participante obtuvo conocimientos nuevos, que además se dieron a partir de asignación de tareas después de cada taller y de la propia participación en los talleres realizados, generando una reflexión sobre lo que solemos llamar cotidiano, para esto vemos las respuestas brindadas en la figura 36.

Por otra parte, consideramos que el proyecto cumplió con sus propósitos, ya que a través de los momentos realizados en el mismo los participantes pudieron acceder a nueva información que es útil en el camino con sus hijos e hijas, así mismo pudieron comprender más sobre lo referente a recreación y como se puede implementar en la vida con aspectos cotidianos y sencillos. Todo esto a través de principios pedagógicos planteados en el

proyecto, tales como el de actividad y enseñanza lúdica, debido a que como se ha mencionado anteriormente se pretendía que la población participante hiciera de este proyecto algo propio y se convirtieran en protagonistas del mismo, esto a través de la guía y compañía de nosotras como proyectista, donde se propiciaron los espacios e información, brindando acompañamiento de profesionales de otras áreas, lo que permitió resaltar el ser humano como ser integral y en el que todos los aspectos están conectados de alguna forma.

Para nosotras como proyectistas gratificante observar cómo los participantes se apropiaron de los espacios de forma paulatina, ya que al plantear y planear estos talleres existían diversas emociones como el miedo, la intriga y ansias, por poner en desarrollo los talleres y ver las reacciones de la población participante, a pesar de que el proyecto no se pudo desarrollar como se deseaba al proponerlo, de forma presencial, con otro tipo de actividades donde existiera quizás un poco más de vínculo entre la población, los niños y niñas y las proyectistas, consideramos que los resultados fueron satisfactorios porque como se mencionaba anteriormente se logró crear en la población una red de apoyo y compartir, así como poder dar ideas nuevas a la población en un momento donde todos nos expuestos la mayoría del tiempo únicamente a las tecnologías (celulares, computadoras, tablets, televisores) y nos encontrábamos en nuestro espacio de aislamiento por la situación sanitaria que aquejaba.

Otro punto que retomamos, son algunas preguntas que se realizaron en el cuestionario de retroalimentación del proyecto en las cuales se les preguntó a los participantes sobre si la información brindada fue útil, utilizó los juegos aprendidos, conoció diferentes maneras en las que se puede recrear, considera los talleres fueron de utilidad y por último si mediante los talleres tuvo más oportunidades de recreación a lo que el cien por ciento de las respuestas en todas las preguntas fueron afirmativas. Lo que denota la relevancia que tuvo el proyecto en la cotidianidad de las familias participantes. Compartimos los comentarios realizados por algunas familias en la figura 37. En el que algunos comentarios demuestran un agradecimiento, mostrando cómo las familias indican que los talleres y actividades realizadas, fueron provechosas para su entorno y realidad, el proyecto ofreció espacios, así como oportunidades para la recreación y el fortalecimiento de los vínculos afectivos entre ellos(as).



Finalmente consideramos que considerando las características que presentó el proyecto en el cambio de población, momento en el que se desarrolló con cierres a nivel país de espacios de esparcimiento, interacción social y recreación, así como el poco contacto social que se podía tener, generó un impacto en las familias participantes de modo que llevó innovación a estos hogares y permitió que en época de pandemia donde no se sabía cómo iba a continuar el desarrollo de la vida diaria en aspecto laborales, académicos, de ocio, etc., las familias compartieran espacios diferentes y comprendieran que la recreación permite fortalecer los vínculos afectivos que desarrollan con sus hijos e hijas que a corto y largo plazo que serán de beneficio para la vida de esos niños y niñas. Además, las familias a través de incorporación de la importancia de conocer acerca del desarrollo psicomotriz fueron notando diversos aspectos en los infantes con el pasar de las diferentes actividades asignadas y algunas de ellas iniciaron a implementar recomendaciones e información brindada, lo que como proyectistas nos lleva a creer que fue posible dejar conocimientos en esta población.

Capítulo V

Conclusiones y Recomendaciones

Conclusiones

En este capítulo presentamos las conclusiones y recomendaciones del proyecto “Recrea, Juega y Vive”, las cuales se sustentan en los resultados obtenidos del desarrollo del proyecto a través de los diversos momentos metodológicos del que estuvo compuesto. Así mismo, las conclusiones se orientan a la importancia de la metodología de la investigación-acción, la forma en que se evidencian los principios pedagógicos y los propósitos planteados en este proyecto desde el resultado y la voz de los participantes, y la importancia que tiene el trabajo interdisciplinario y su influencia en el desarrollo integral del ser humano. Por otra parte, también se podrá leer el sentir de nosotras como proyectistas y aquellas emociones que salieron a flote con la implementación de este proyecto, desde nuestro punto de vista personal y profesional en el área de educación preescolar. En cuanto a las recomendaciones están dirigidas a diversas áreas tales como: población participante, docencia en educación preescolar y primera infancia, División de Educación Básica, Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE) y la Universidad Nacional.

Inicialmente, se destaca la importancia de la metodología de investigación-acción aplicada en el proyecto, la cual permitió adaptar el mismo a las necesidades de las circunstancias emergentes, tales como la situación sanitaria del COVID-19, el cambio de la población y de la presencialidad a la virtualidad. Este tipo de metodología tiene gran flexibilidad, debido a que la misma permite estudiar y llegar a transformaciones de acuerdo con las necesidades del entorno social de la investigación, por lo que fue factible poder realizar los cambios adecuados a la ruta de trabajo o modificar el rumbo del proyecto según lo que se requería al desarrollarlo. Tomamos en cuenta que este tipo de metodología permite accionar métodos de investigación cualitativos, lo que por el tema del proyecto “Recrea, Juega y Vive” fue de gran utilidad, ya que, los resultados de dicho proyecto se dieron mediante diálogos, respuesta de cuestionarios y vivencias de los y las participantes,

dando espacio a las reflexiones y análisis que nosotras como proyectistas pudimos realizar en comparación con la teoría indagada.

Por otra parte, es importante mencionar cómo influyó el cambio de población en el proyecto “Recrea, Juega y Vive”, ya que es muy diferente trabajar con poblaciones cautivas (grupo Young Life), a diferencia de formar un grupo con población nueva (familias), debido a que esto influye en los propósitos que se tracen, la forma en que se trabaja la mediación lúdica y la orientación de las actividades desarrolladas, resaltando además la forma en que se realiza la búsqueda de la población, recurriendo en este caso a las redes sociales y uso de la tecnología para poder conformar el grupo, lo que implica la actualización e investigación de la forma en que se logra hacer llegar la información a diferentes poblaciones. Al formar un grupo de participantes nuevos es relevante tomar en cuenta que al inicio del proyecto la población participante conformada por cuatro familias, no tuviera ningún tipo de relación o vínculo.

Deseamos resaltar como a pesar de que la población participante, tenía inicialmente conceptos elementales sobre los temas que se desarrollados en el proyecto, fue indispensable identificar esos conocimientos previos que poseían. Para de este modo facilitar la ruta de trabajo del proyecto, esto porque nos regimos desde sus saberes e intereses, conectando así de una manera más sencilla con las familias, en comparación de haber iniciado desde un área más técnica o teórica, dejando de lado sus características y qué era lo que ellos(as) querían conocer a través del diagnóstico aplicado tanto en el primer encuentro virtual como en el formulario de entrevista, en donde las familias mencionaron sobre todo qué tipos de actividades podrían realizar con sus hijos, tomando en cuenta de la realidad del trabajo de forma remota. El tener en cuenta los conocimientos previos de nuestra población, fue de suma importancia, debido que a lo largo de nuestra formación profesional siempre se nos mencionaba la relevancia que tenía indagar sobre estos conocimientos, para utilizar como un punto de partida que permitiera generar aprendizajes significativos y aplicables en la vida, así como para una mediación pedagógica oportuna y pertinente

Como parte de esos conocimientos previos de las y los participantes, se conceptualizaba el desarrollo psicomotriz enfatizando el área motriz del desarrollo humano,

lo cuál permitió que se llevara a cabo a lo largo del proyecto, sin embargo, podemos describir algunos ejemplos, como el taller sobre estimulación del desarrollo psicomotriz en el que los participantes, ahondaron sus conocimientos en todas las áreas que involucran este proceso. Esto se pudo observar cuando una de las familias tenía el interés y realizaba preguntas sobre su bebé de nueve meses, que en ese momento se encontraba tratando de estimular el gateo, a lo que realizan el comentario sobre el desconocimiento que tenían de la influencia del gateo en la creatividad, imaginación y área de lenguaje y, por otra parte, como a través de los ejercicios recomendados y la asignación brindada que complementa este taller pudo tener un momento especial con su hija, en el que la bebé logró relajarse e interactuar de una forma diferente en este caso con la mamá. Otro ejemplo es el desarrollo del taller de nutrición en el que las familias comprendieron la importancia que tienen los agentes externos en el desarrollo psicomotriz, y cómo los niños y niñas pueden influir en estos, haciendo las recetas de lo que van a comer o ayudando a los adultos a preparar las comidas de los diversos tiempos de alimentación; generando en los infantes aspectos como independencia y autonomía, así como la confianza que expone el adulto en el niño o niña. Un ejemplo relevante puede ser también el taller de música en el que las familias realizaron diversas preguntas que partían de los intereses y gustos de los niños y niñas, comprendiendo como el uso de la música influye en el desarrollo integral de los párvulos y por consiguiente el desarrollo psicomotriz involucrando movimiento del cuerpo, razonamiento y análisis, emociones y de escucha.

Lo anteriormente mencionado nos lleva a la reflexión del concepto del desarrollo psicomotriz en el que se contemplan las áreas motriz, social, afectiva, cognoscitiva y de lenguaje, de modo que, a través de la comparación del propio contexto familiar y la información brindada, así como las actividades asignadas, llegaron a la interiorización y vivencia del concepto, lo cual enriqueció enormemente el proyecto, ya que se generó un impacto en la población y en los propósitos del proyecto, lo cual se puede evidenciar en la última entrevista realizada (figura 43) donde los participantes hacen referencia a los aspectos que para ellos(as) fueron importantes del proyecto.

Posteriormente, concluimos que la implementación de talleres que, beneficien el desarrollo psicomotriz a través de la recreación, el juego, el esparcimiento, el gozo y la

convivencia, así como las asignaciones enviadas a las familias, permitieron que los familiares impulsarán en los niños y niñas áreas tales como la social, psicológica y afectiva, así como espacios de autonomía e independencia, viendo esto reflejado nuevamente en la figura 43. Esto a través de experiencias vivenciales y propias de cada contexto familiar, de modo que esto permite que los adultos de esas familias tuvieran más claridad de lo que influye, acompaña y beneficia el desarrollo psicomotriz de los infantes de los cero a los seis años, potenciando desde el hogar estos aspectos.

Aunado a lo anterior, visualizamos el valioso significado que tiene la participación de profesionales de distintas áreas, en los talleres que se aplicaron, evidenciando la importancia de la interdisciplinariedad. Esto tomando en cuenta que somos seres integrales, así como las áreas del desarrollo psicomotriz y los agentes externos que influyen en este desarrollo. El compartir con otros profesionales permitió que la población participante pudiera abarcar diversos intereses e inquietudes, así como conocer diversas formas de recreación y ver la amplitud que puede tener esta, con lo que retomamos nuestro propósito acerca de: Propiciar espacios para que las personas participantes reconozcan la importancia de vivenciar espacios recreativos como beneficio en su vida cotidiana, mediante espacios de recreación y disfrute para los niños-niñas, y sus familias.

Vemos ahora necesario el hacer referencia a el uso de las tecnologías de información y comunicación (TICS) y cómo estas tuvieron un impacto negativo o poco favorecedor en el fortalecimiento de los vínculos afectivos de nuestros participantes. Se denota como los niños-niñas se mostraron reservados al observar las cámaras que los estaban grabando, en los momentos de realizar las tareas que se enviaban. Por ende, resaltamos que, aunque bien, el uso de las TICS es algo que cada día se vuelve más necesario para nuestra vida, es importante tener un espacio en donde no sean lo principal o no estén tan presentes, brindando así un ambiente en el que sea necesario estar realmente presente física y mentalmente con los demás.

La conclusión anteriormente expuesta, la relacionamos con las asignaciones llamadas “Hora de talentos” y “A movernos”, en las que se observó la importancia que tiene, por ejemplo, el uso de juegos tradicionales para generar espacios cómodos y de gozo en los niños y niñas, lo cual al hacer uso de las TICS no suele suceder, ya que por ejemplo

al hacer uso de las TICS para grabarlos, las familias expresa que los niños y niñas no se sentían cómodos y por el contrario estaban cohibidos, por otro lado cuando utilizan juegos a través de los TICS suele ser juegos que generan un poco de estrés o ansiedad ante la derrota. Es por esto, que se resalta la importancia que tuvo crear espacios de compartir y convivencia en las que las familias enseñaban a los infantes sobre diversas actividades, saberes, gustos y juegos, generando en los niños y niñas una vivencia diversa y alejada de los efectos que puedan tener las TICS.

Así mismo, subrayamos el impacto que tuvieron las asignaciones referentes a cocinar juntos y realizar el picnic, debido a que se logró visualizar cómo dichas estrategias influyeron en aspectos como la autonomía, independencia y la confianza en sí mismo, elementos que repercuten directamente en el desarrollo psicomotriz, así como en los vínculos afectivos con las personas que brindan y dan lugar estos espacios. Por otro lado, actividades como el picnic dan paso a la convivencia y el compartir, lo que impacta de manera positiva en los vínculos afectivos permitiendo que estos se fortalezcan. Lo cual está directamente relacionado con el principio pedagógico de afecto que rige el proyecto, de modo que a través de dichas asignaciones fue posible evidenciar cómo este aspecto tomó un papel importante mediante las características anteriormente promocionadas en los niños y niñas, además del vínculo afectivo fortalecido con los miembros de sus familias.

Ahora bien, para nosotras como docentes en el área de educación preescolar fue retante e innovador el tratar, en primer lugar, con adolescentes madres y, posteriormente, con los adultos de las familias, siendo guías y facilitadoras de estas poblaciones, de modo que a través de ellos se trabajó con los niños y niñas. Fue algo innovador para nosotras, debido a que teníamos que adaptarnos a una nueva experiencia, siendo esta una realidad virtual y poder hacer llegar la información en este caso a los adultos para trabajar de forma indirecta con los infantes, cuando usualmente estábamos en una zona de confort en la que únicamente se trabajaba con los niños y niñas en espacios formales de forma presencial y sin limitaciones de interacción social, lo cual cambió debido a la situación sanitaria COVID que enfrentaba el país. del COVID.

La situación sanitaria comentada anteriormente trajo muchos cambios no solo para el proyecto, sino a la vida personal de los participantes y de las proyectistas, debido a que

esta emergencia sanitaria hizo que enfrentáramos momentos muy convulsos y difíciles como afectación en la economía de los hogares, la salud de miembros de la familia, poca o nula relación social con miembros fuera del núcleo familiar, mucha exposición al uso de TICS debido a la realidad virtual que se vivenciaba, afectaciones en los ámbitos laborales y de estudio. Todos estos puntos permitieron que el proyecto se volviera un espacio diferente al que usualmente debíamos de estar, logrando que los espacios de convivencia de “Recrea, Juega y Vive” fueran liderados por valores como la empatía, la cooperación, la solidaridad y la tolerancia, a pesar de desenvolverse desde una realidad virtual en acatamiento de las medidas sanitarias que regían al país, y ser una experiencia nueva para todos los involucrados en este proyecto.

El proyecto nos permitió ver lo enriquecedor que es trabajar con las familias, ya que muchas veces se hace caso omiso al sentir de estas y de las inquietudes que pueden tener en el acompañamiento de estos infantes, y lo valioso que es trazar objetivos y metas en los que las familias sean los guías y facilitadoras, permitiendo resultados que como docentes no suelen ser tan comunes por la diferencia en los vínculos afectivos que existen o se desarrollan, ya que las relaciones interpersonales que se promueven en las aulas y entre docente-estudiante son diversas a las de familia-niño(a) y con un lazo afectivo más influyente.

Finalmente a pesar de todos los cambios, situaciones personales, familiares y a nivel país que se enfrentaron, nos sentimos agradecidas y plenas con los resultados alcanzados con “Recrea, Juega y Vive”, y del impacto que se pudo generar en la población participante del proyecto a la que le extendemos nuestra gratitud, creando no solo un cierre que consideramos exitoso para nuestro proyecto, sino llegando a la conclusión de una meta personal y profesional, siendo muestra de la resiliencia que nos representa.

Recomendaciones

Las recomendaciones del proyecto “Recrea, Juega y Vive”, las dirigimos a cuatro entes diferentes, siendo estos: la población participante, profesionales del área de educación preescolar y primera infancia, la División de Educación Básica y la Universidad Nacional y el Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE).

A la población participante se destaca la importancia de que las familias puedan seguir involucrándose como agentes con gran influencia, en el desarrollo integral de los niños y niñas, ya que pueden brindar a los infantes espacios, actividades y momentos que beneficien y promuevan el desarrollo de distintas áreas como la social, emocional, física, cognitiva, psicológica y motriz. Lo que además permite que puedan conocer los intereses de los niños y niñas y fortalecer los vínculos afectivos que establecen con ellos y ellas.

Al área de docencia en educación preescolar y primera infancia se recomienda la continua investigación sobre el desarrollo psicomotriz, ya que en muchas ocasiones se sigue fraccionando el desarrollo promoviendo en las actividades desarrolladas un solo fin u objetivo, sin tomar en cuenta como el desarrollo psicomotriz es un área integral, el cuál contempla muchas funciones dentro de la docencia. Además de reconocer la importancia que tiene el uso del juego y la recreación en los procesos de aprendizaje de los infantes.

Por otra parte, subrayamos que como docentes de primera infancia, muchas veces, nos centramos solamente en nuestra población inmediata, sin embargo instamos a invertir tiempo y compartir espacios en otros contextos y poblaciones, enfatizando entonces que las investigaciones fuera de un espacio de confort pueden llegar a ser muy gratificantes, no solo para los participantes, porque estarían recibiendo una interacción diferente con los docentes, sino también para las personas investigadoras, ya que abre la puerta a nuevos puntos de vista.

Así mismo, se recomienda involucrar más a las familias, de modo que esto permita fortalecer y estrechar los vínculos afectivos entre familia-infante y familia-docente, reconociendo a la familia como un recurso o herramienta importante de la educación, destacando la puesta en práctica de la triangulación, conformada por escuela, familia, niño-niña, en la cual se toma al párvulo como el centro de esta triangulación y los agentes como, la familia y la escuela (docentes y personal) quienes buscan el bienestar del infante, así como el beneficio y acompañamiento de su desarrollo y sus procesos de aprendizajes.

A la División de Educación Básica se le recomienda involucrar o fomentar más espacios que tomen en cuenta el estudio del desarrollo psicomotriz,. Considerando la

posibilidad de habilitar cursos optativos sobre recreación y juegos que complementen los cursos de la malla curricular de la carrera.

Finalmente, se realiza una recomendación para el Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE) y Universidad Nacional, referente a la importancia del trabajo interdisciplinario, por ejemplo poder realizar trabajos, prácticas y proyectos donde se relacionen carreras como preescolar, ciencias del movimiento humano, psicología, orientación, educación especial, danza, e incluso especialidades como el área de administración educativa rescatando aspectos como la capacitación de profesionales docentes, que aunque si bien es cierto este tipo de trabajos ya se han desarrollado, vemos importante el potenciar aún más estas interacciones, dentro de la realidad universitaria.

Referencias bibliográficas

- Acuña, M y Mauriello, A. (2013). Recreación y Educación Ambiental: algo más que volver a crear. *Revista de Investigación* 78 (37). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3761/376140393010.pdf>
- Acevedo, J. (2020). El juego y la recreación para el aprovechamiento del tiempo libre en tiempos de cuarentena. Recuperado de http://uniminuto-dspace.scimago.es:8080/bitstream/10656/11446/1/UVD.T.EFIS_AcevedoMoraJorgeLuis_2020.pdf
- Alarcón, A., Coronel, H., Benjumea C. y Rodríguez H. (2016). Influencia de la familia en el desarrollo de la primera infancia. *UNACIENCIA: Revista de Estudios e Investigación* (9) 17. Recuperado de <http://revistas.unac.edu.co/index.php/Unaciencia/article/view/162>
- Alarcón, M., Hueche, C., Lagos, G., Ríos, N. y Silva, E. (2019). Vínculos afectivos en adolescentes institucionalizados, Chile. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 17(2), 1-19. Recuperado de [doi:10.11600/1692715x.17217](https://doi.org/10.11600/1692715x.17217)
- Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica. (1990). Convención sobre los derechos de los Niños y las Niñas. Recuperado de http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=RTC&nValor1=1&nValor2=6606&nValor3=7032&strTipM=TC
- Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica. (1998). Código de la Niñez y la Adolescencia. Recuperado de https://www.oas.org/dil/esp/Codigo_Ninez_Adolescencia_Costa_Rica.pdf
- Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica. (2002). Ley General de la Persona Jove. Ley N o 8261. Impresa Lara SEgura Asoc. San José, Costa Rica.
- Barón, F., Herrera, G. y Velandia F. (2017). *Las actividades recreativas como herramienta pedagógica y humanizadora para fortalecer el auto-control*. (tesis de licenciatura). Recuperado de

<https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/1496/baronflor2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Batallas, C., Cevallos, E. y Angulo, A. (2017). “Juegos recreativos y su incidencia en el desarrollo psicomotriz” *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*. Recuperado de <http://www.eumed.net/rev/atlante/2017/09/juegos-desarrollo-psicomotriz.html>

Biglia, B. y Bonet-Matí, J. (2009). La construcción de narrativas como método de investigación psicosocial. Prácticas de escritura compartida. *Revista Forum Qualitative Sozial (10)* 1. Recuperado de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/6521202/2666.pdf?response-content-disposition=inline%3B+filename%3DNarrative_Construction_as_a_Psychosocial.pdf&Expires=1592355175&Signature=HHZg~LKufIpMVu3q55I22nLFGtJyO96p5QqubuPVie5lW7O3yrZOS~o3bKcLiMyctIQwsmrKvknRKMzAc9wcavt4KAvEkZea4RushZuaLFNBR6lwC~JgNaxUQ2gUpMEwmWhJPsm-pmz~ZjLiZmrHucR66e2WW-He0hiZ1HUI-tcPzXsROVMD5mrHKfLRn2ynALUr5MZU7CaSlFjm8QsBfjY~J7mbbjRqhjwQtwGDXLJOz-Ag9mBhMIXkJsCVb-Oy013Sgxnfil9A57tBjBZyLwnVJX6-iv5KyqwnA~HVEDsQTnKmaVPP3gfp2vdLVmn4moenZ5-JHyfjmZ3YgRR2qg__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Borge, D., Buelvas, K. y Cortez, E. (2019). Comprensión del vínculo afectivo entre madres adolescentes con sus hijos de edades entre los 0 a 5 años. *Búsqueda* 6(23). Recuperado de <https://doi.org/10.21892/01239813.474>

Burutxaga I., Pérez C., Ibáñez, M., de Diego, S., Golanó, M., Ballús, E. y Castillo, J. (2018). Apego y vínculo: una propuesta de delimitación y diferenciación conceptual. *Revista Temas de Psicoanálisis* 15. Recuperado de <http://www.temasdepsicoanalisis.org/wp-content/uploads/2018/01/I.-BURUTXAGA-C.-P%C3%89REZ-TESTOR-M.-IB%C3%81%C3%91EZ-S.-DE-DIEGO-M.-GOLAN%C3%93-E.-BALL%C3%9AS-J.A.-CASTILLO.-Apego-y-v%C3%ADnculo..pdf>

Cabezuelo, G. y Frontera, P. (2016). El desarrollo psicomotor: Desde la infancia hasta la adolescencia. Recuperado de <https://books.google.co.cr/books?id=IvekDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=des>

arrollo+psicomotor+infancia&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiLrtCMhtDpAhWkUt8KHQqfDeQQ6AEILTAB#v=onepage&q&f=false

- Caffarena, C. y Rojas, C. (2019). La autorregulación en la primera infancia: avances desde la investigación. *Revista Scielo* 28(2). Recuperado de http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2631-25812019000200037&script=sci_arttext
- Castro, M., Reyna, C. y Ríos, M. (2017). *Indicadores para la evaluación de proyectos sociales*. Metodología de intervención en el trabajo social. Recuperado de <http://www.acanits.org/assets/img/libros/Metodologia%20TS.pdf#page=166>
- Castro, Y., Burbano, M., Cabrera, B., Toro, J. y Zabrano, D. (2019). El desarrollo psicomotor normal en el niño: compromiso social. Recuperado de <http://editorial.umariana.edu.co/revistas/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/1935>
- Ceballos, C., Lozano, J., Murúa, A., Salazar, M., Sánchez, A. y Vargas, P.(2016). Percepción del beneficio de los deportes y actividades recreativas en habilidades para la vida en niños y adolescentes de Ciudad Juárez, México. *Sportis: Revista Técnico-Científica del Deporte Escolar, Educación Física y Psicomotricidad*, 2(3), 356-378. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5656329>
- Cejudo, J. y López, M. (2017). Importancia de la inteligencia emocional en la práctica docente: un estudio con maestros. *Psicología Educativa* 23(1) 29-36. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1135755X16300331>
- Chaves, K., Jimenez, J., Morera, M. y Román, A. (2016). Beneficios de las Actividades recreativas y su relación con el desempeño motor: Revisión de Literatura. *EmásF: revista digital de educación física*, (43), 9-24.
- Cifuentes, D. (2015). Desarrollo socio-afectivo. Primera infancia. Recuperado de <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/1870/Desarrollo%20Socio-Afectivo.%20Primera%20Infancia.pdf?sequence=1>
- Cobos, M. (2010). Propuesta de un programa de estimulación del vínculo afectivo entre madres e hijos de 0 a 2 años, a través del juego corporal.(Tesis de licenciatura). Recuperado de <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/6578>
- Cobeña, E. (2011). Los juegos recreativos y sus incidencias en el desarrollo psicomotriz y el aprendizaje de los niños/as del nivel pre escolar y escolar del centro educativo “mis pequeños traviesos” de la ciudad de portoviejo en el año lectivo 2010-2011. (Tesis de licenciatura). Recuperado de <http://186.46.160.229/handle/123456789/2025>

- Cruz, S. y Maganto, C. (2004). Desarrollo físico y psicomotor en la primera infancia. Recuperado de http://www.sc.ehu.es/ptwmamac/Capi_libro/38c.pdf
- Del Mastro, I. (2015). Entre madres-adolescentes y adolescentes-madres: un análisis de su trayectoria de vida y los factores que influyen en su configuración. *Debates en sociología* (40), 31-60. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/debatesensociologia/article/view/13858>
- Díaz, A., Dias, K. y Sanchez, S. (2002). Los medios audiovisuales e informáticos como herramienta pedagógica para mejorar la expresión oral y escrita en el área de español y literatura con los alumnos de séptimo grado de básica secundaria de la institución educativa San José de Carrizal en el municipio de San Carlos. (Tesis de Licenciatura). Recuperado de <https://repositorio.unicordoba.edu.co/bitstream/handle/ucordoba/891/tesis2.pdf?sequence=1>
- Díaz, D., Di-Gregorio, N. y Pimiento, M. (2017). Psicología del desarrollo: espacio de observación y tutoría. *InterCambios* 4 (1). Recuperado de <file:///C:/Users/pv/Downloads/118-Texto%20del%20art%C3%ADculo-122-2-10-20190217.pdf>
- Escobar, J. (2018). *Propuesta de un diseño de intervención: fortalecimiento de los vínculos afectivos en las familias con hijos en edad preescolar*. (Tesis de maestría) Recuperado de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/7033/ESCOBAR%20CORT%C3%89S,%20JANNETTE.pdf?sequence=1>
- Flórez, R. y Vivas, M. (2007). La formación como principio y fin de la acción pedagógica. *Revista Educación y pedagogía*, 19(47).
- Gallardo, J. y Gallardo, P. (2018). Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo para el desarrollo integral infantil. *Revista Educativa Hekademos* 24. Recuperado de <https://rio.upo.es/xmlui/bitstream/handle/10433/6786/hekademos%2018.pdf?sequence=1>
- García, M. y Martínez, M. (2016). Desarrollo psicomotor y signos de alarma. Recuperado de https://www.aepap.org/sites/default/files/2em.1_desarrollo_psicomotor_y_signos_de_alarma.pdf
- Gutiérrez, F. y Prieto, D. (1993). La mediación pedagógica. Apuntes para una educación alternativa. Editorial: Radio Nederland Training Centre (RNTC) e Instituto de

- Investigaciones y Mejoramiento Educativo (IIME). Recuperado de https://ciberinnova.edu.co:10004/archivos/plantilla-ovas1-slide/documents-UCN-Canvas/Diplomado-educacion-medios-comunicacion/7-mediacion_pedagogica.pdf
- Ibarra, P. (2018). Los juegos recreativos en el desarrollo socioafectivo de los niños y niñas de 3 a 4 años. Recuperado de <http://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/4094>
- Instituto de Estudios Interdisciplinarios de la Niñez y Adolescencia. (2007). Importancia del juego para los niños y niñas. Guía para padres y madres. Recuperado de <https://www.cide-ineina.una.ac.cr/index.php/documentos/category/3-folletos>
- Jaramillo, K., Navia, F. y Camacho, W. (2017). Niños y Adolescentes. Su dependencia de la tecnología móvil. *Revista Pertinencia Académica* 2. Recuperado de <http://revista-academica.utb.edu.ec/index.php/pertacade/article/view/17/17>.
- Jaroslavsky, E. (2018). El vínculo primario: la matriz del vínculo. *Revista Psicoanálisis & Intersubjetividad* 8. Recuperado de <https://www.intersubjetividad.com.ar/el-vinculo-primario-la-matriz-del-vinculo/>
- Jiménez, C. (2000). Cerebro creativo y Lúdico. Documento en línea. Recuperado de http://www.academia.edu/download/32092267/CEREBRO_CREATIVO__Y_LUDIC_O.doc
- Marrone, M. (2018). La teoría del apego y el psicodrama. *Revista de Diagnóstico Psicológico, Psicoterapia y Salud* (9) 2. Recuperado de <https://www.revistaclinicacontemporanea.org/art/cc2018a9>
- Mera, A. (2019). La sistematización de experiencias como método de investigación para la producción del conocimiento. *Rehuso*, 4(1), 113-123. Recuperado de http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2550-65872019000100113
- Morales, A., Chaves R., Ramírez, W., Jiménez X., Vargas, D., García A. y Yock I. (2018). Situación actual de la población adolescente en Costa Rica. Estudio realizado en centros educativos de Guanacaste, Puntarenas y Limón. *Revista Dialnet* (16) 2. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6807833>
- Montoya, A. e Impatá, D. (2011). *La recreación y el esparcimiento como derecho humano fundamental en niños y niñas del grado tercero tres de un colegio público en Pereira* (Tesis de licenciatura). Recuperado de <http://repositorio.utp.edu.co/dspace/handle/11059/2292>

- Mite, G. y Pardo, M. (2018). Vínculo afectivo madres - hijos neonatos a término según edad y paridad: una comparación. *NVESTIGATIO* 12. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.31095/investigatio>
- Muñoz, F., Ortiz, D., Serrano, M. y Villarroel, J. (2017). La entrevista como técnica de diagnóstico y enfoque para ayudar a los estudiantes en programas de acceso inclusivo en la Universidad Católica de Temuco. En *Congresos CLABES*. Recuperado de <file:///C:/Users/pv/Downloads/1684-Texto%20del%20art%C3%ADculo-7830-1-10-20171111.pdf>
- Noy, M. y Jaimes, G. (2019). La lúdica estrategia curricular para la convivencia escolar. *Revista Actividad física y deporte*. 5 (2): 40-57. Recuperado de <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1253>
- Papalia, D. (2009). *Psicología del Desarrollo: de la infancia a la adolescencia*. Editorial McGraw Hill. Recuperado de <http://salud.mendoza.gov.ar/wp-content/uploads/sites/16/2017/03/Psicologia-del-Desarrollo-PAPALIA-2009.pdf>
- Pineda, A. (2013). Los vínculos afectivos en las familias como recursos ante la vulnerabilidad. *Revista Aletheia* (5) 2. Recuperado de <https://aletheia.cinde.org.co/index.php/ALETHEIA/article/view/162>
- Rico, C. (1999). *Recreación y adulto mayor: la tercera edad en el Plan Nacional de Recreación*. Recuperado de <http://www.redcreacion.org/articulos/terceraedad.html>
- Rodríguez, A., Rojas, B. y Sánchez, M. (2008). La mediación, el acompañamiento y el aprendizaje individual. *Revista Investigación y Postgrado* (23) 2. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/658/65815752013.pdf>
- Rojas, F. (2002). *La recreación como estrategia para mejorar la convivencia*. (tesis para optar por el grado de licenciatura). Recuperado de <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/5862>
- Salazar, M., Lozano, J., Sánchez, A., Vargas, P., Ceballos, C., & Murúa, A. (2016). Percepción del beneficio de los deportes y actividades recreativas en habilidades para la vida en niños y adolescentes de Ciudad Juárez, México. *Sportis: Revista Técnico-Científica del Deporte Escolar, Educación Física y Psicomotricidad*, 2(3), 356-378. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5656329>
- Salazar, C y Juniu, S. (2019). Documentación de vivencias recreativas de un grupo de mujeres de Los Cuadros mediante Fotovoz. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 19(2), 1-32. Recuperado de. Doi. 10.15517/aie.v19i2.36901

- Samada, Y. y Sánchez, A. (2020). La psicomotricidad en el desarrollo integral del niño. *Revista Científica Multidisciplinaria* 6(1). Recuperado de <file:///C:/Users/pv/Downloads/1838-6681-1-PB.pdf>
- Universidad Pedagógica Experimental Libertador, (2016). Manual de trabajos de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales. 5ta. Edición. Caracas, Venezuela: Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador, UPELFE DUPEL
- Véliz, R y Mateo, J. (2022). Actividades recreativas para motivar el aprendizaje de los niños con síndrome de Down. Podium. *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(2), 557-568. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522022000200557&lng=es&tlng=es
- Vidal, T. y Pol, E. (2005). La apropiación del espacio: una propuesta teórica para comprender la vinculación entre las personas y los lugares. *Revista Anuario de psicología* 36 (3). Recuperado de <http://hdl.handle.net/2445/99095>
- Vidal, M. y Rivera, N. (2007). Investigación-acción. *Revista Scielo* 21(4). Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412007000400012

Apéndices

Apéndice A

Consentimiento de participación en el proyecto

Universidad Nacional

Centro de Investigación y Docencia en Educación

División de Educación Básica

Licenciatura en Pedagogía con Énfasis en Educación Preescolar y Primera Infancia

Consentimiento Informado para Uso de Imagen de Menores de Edad

Instrucciones generales: Lea detenidamente el formulario de consentimiento y conteste lo solicitado.

Yo madre (), padre(), encargado legal(), cédula _____, sí ()/ no () autorizo que la imagen del menor de edad sea utilizada para el proyecto “Recrea, juega y vive: Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en familias con niños y niñas de 0 a 6 años, mediante la recreación y medición lúdica”, con el conocimiento que los videos y fotografías enviadas en el período de mayo y junio del dos mil veintiuno (2021), será únicamente de uso académico y divulgación de resultados del proyecto pedagógico.

Firma _____

Apéndice B

Entrevista de diagnóstico para las familias

Universidad Nacional

Centro de Investigación y Docencia en Educación

División de Educación Básica

Licenciatura en Pedagogía con Énfasis en Educación Preescolar y Primera Infancia

Entrevista de diagnóstico para las familias (formulario)

Objetivo: Conocer las experiencias y percepciones previas que tienen las adolescentes madres sobre la recreación.

Instrucciones generales: Conteste de forma clara y concisa las siguientes preguntas de acuerdo a su propia opinión. La información brindada será confidencial y será utilizada con fines educativos.

Nota: Esta entrevista se realizará por medio de un formulario en la plataforma “Google forms”, por lo cual los saltos de preguntas se realizan de forma automática. El formulario se puede encontrar en el siguiente enlace

https://docs.google.com/forms/d/1imYFscKTBiU0sAThzGzAhSMWgVYEohrZ3D_WCogdPNM/edit

1. ¿Conozco qué es la recreación?

En caso de marcar Sí pasa a la pregunta 2, si marca No pasa al punto 3

2. ¿Qué es la recreación para mí?

3. La recreación según Salazar (1996) “es un conjunto de actividades y experiencias placenteras que contribuyen con el desarrollo integral de la persona de la persona participante, realizadas durante tiempo libre, y cuya selección y participación son voluntarias” (p.59).

4. ¿Tengo espacios de recreación?

En caso de marcar Si pasa a la pregunta 6, si marca No pasa a la pregunta 5.

5. ¿Por qué no tengo espacios de recreación?

6. ¿Comparte los espacios de recreación con alguien?

7. Cuando comparto mis espacios de recreación ¿Con quién lo hago?

8. ¿Le gustaría aprender diferentes formas de recrearse con hijo o hija? ¿Por qué?

Apéndice C

Entrevista final para las familias

Universidad Nacional

Centro de Investigación y Docencia en Educación

División de Educación Básica

Licenciatura en Pedagogía con Énfasis en Educación Preescolar y Primera Infancia

Entrevista final para las familias (formulario)

Objetivo: Conocer las percepciones que tienen las adolescentes madres sobre la recreación, una vez que ha finalizado el desarrollo del proyecto.

Instrucciones generales: Conteste de forma clara y concisa las siguientes preguntas de acuerdo a su propia opinión. La información brindada será confidencial y será utilizada con fines educativos.

Nota: Esta entrevista se realizará por medio de un formulario en la plataforma “Google forms”, por lo cual los saltos de preguntas se realizan de forma automática. El formulario se puede encontrar en el siguiente enlace

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc4E0dShHWohnOvmLsw3N5Lcp655mmaDAlQE-gYLxj2zfbA2g/viewform?usp=sf_link

1. ¿Qué es la recreación para mí?

2. ¿Este concepto ha cambiado después de participar en las actividades?
En caso de contestar Sí pasa a la pregunta 3, si contesta No pasa a la pregunta 5.
3. ¿Se algo que antes no sabía? Justifique su respuesta
4. ¿Qué cosas aprendí?
Pasa a la pregunta 7
5. ¿Tenía ya un conocimiento sobre lo que era recreación?
6. ¿Qué cosa me hubiera gustado aprender?
7. ¿La información que me brindaron fue útil?
En caso de contestar Sí pasa a la pregunta 8, si contesta No pasa a la pregunta 10.
8. ¿Utilizaré los juegos que aprendí?
9. ¿Conocí diferentes maneras en las que me puedo recrear?
Pasa a la pregunta 11
10. ¿Considero que este tipo de talleres fueron de utilidad para mí? ¿Por qué?
11. ¿He tenido más oportunidades de recreación gracias a los talleres? Justifique

Apéndice D

Cronograma de ejecución del Proyecto Recrea, Juega y Vive.

Actividades por realizar	2021						
	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre
Presentación del proyecto, acercamiento de toda la población participante. Preparación de paquetes de materiales, para los y las participantes.							
Revisión y reconstrucción de instrumentos.							
Organización de datos diagnósticos.							
Revisión y reconstrucción de los talleres.							
Entrega de paquetes de materiales para los y las participantes. Desarrollo del trabajo de campo.							
Organización de los datos de trabajo de campo.							

Apéndice E

Formulario percepción sobre los talleres

Universidad Nacional

Centro de Investigación y Docencia en Educación

División de Educación Básica

Licenciatura en Pedagogía con Énfasis en Educación Preescolar y Primera Infancia

Formulario percepción sobre los talleres

Objetivo: Conocer las percepciones que tienen los(as) participantes sobre el proyecto y los talleres que se realizaron.

Instrucciones generales: Conteste de forma clara y concisa las siguientes preguntas de acuerdo a su propia opinión. La información brindada será confidencial y será utilizada con fines educativos.

En estos se preguntan aspectos que llamaron la atención, cómo fue la experiencia (breve descripción) y si es una actividad que se pueda realizar en momentos cotidianos (fuera del proyecto).

Los diversos formularios se encuentran en los enlaces:

Hora de talentos:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfotk0f4AfnEUepmiapjauz0Xbi-hf4mtx419CgtaDAxT1oZg/viewform>

A movernos:

https://docs.google.com/forms/d/118VzdgHu59Qskiz6e6pv_HC6_gxYGjQ_m8qISgTMmb4/edit

Cocinemos juntos:

<https://docs.google.com/forms/d/1JzkPq95GRJf7gtoDyUqq9xVeQkeBY6KTL7cMjLWMc98/edit>

Vamos a comer juntos:

https://docs.google.com/forms/d/1FMt2WWMKBOTFVYXOwwS4pC_jESEfQh8ruOL8UB_YQJY/edit

Apéndice F

Consentimiento firmado de participación en el proyecto

Universidad Nacional
 Centro de Investigación y Docencia en Educación
 División de Educación Básica
 Licenciatura en Pedagogía con Énfasis en Educación Preescolar y Primera Infancia



Consentimiento Informado para Uso de Imagen de Menores de Edad

Yo madre (x), padre(), encargado legal(), cédula 1-13250421, sí (x)/ no () autorizo que la imagen del menor de edad sea utilizada para el proyecto *“Recrea, juega y vive: Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en familias con niños y niñas de 0 a 6 años, mediante la recreación y medición lúdica”*, con el conocimiento que los videos y fotografías enviadas en el periodo de mayo y junio del dos mil veintiuno (2021), serán únicamente de uso académico y divulgación de resultados del proyecto pedagógico.

Firma ANA LUCIA PEREZ MONGE (FIRMA)

Firmado digitalmente por ANA LUCIA PEREZ MONGE (FIRMA)
 Fecha: 2023.05.22 09:57:28 -06'00'

Apéndice G

Consentimiento firmado de participación en el proyecto

Universidad Nacional
Centro de Investigación y Docencia en Educación
División de Educación Básica
Licenciatura en Pedagogía con Énfasis en Educación Preescolar y Primera Infancia

**Consentimiento Informado para Uso de Imagen de Menores de Edad**

Yo madre , padre(), encargado legal(), cédula 114910599, sí , no () autorizo que la imagen del menor de edad sea utilizada para el proyecto *“Recrea, juega y vive: Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en familias con niños y niñas de 0 a 6 años, mediante la recreación y medición lúdica”*, con el conocimiento que los videos y fotografías enviadas en el período de mayo y junio del dos mil veintiuno (2021), serán únicamente de uso académico y divulgación de resultados del proyecto pedagógico.

Firma Natalia Sáenz R.

Apéndice H

Consentimiento firmado de participación en el proyecto

Universidad Nacional
 Centro de Investigación y Docencia en Educación
 División de Educación Básica
 Licenciatura en Pedagogía con Énfasis en Educación Preescolar y Primera Infancia



Consentimiento Informado para Uso de Imagen de Menores de Edad

Yo madre o, padre(), encargado legal(), cédula 112310222, sí / no () autorizo que la imagen del menor de edad sea utilizada para el proyecto "Recrea, juega y vive: Favorecimiento del desarrollo psicomotor y vínculo afectivo, en familias con niños y niñas de 0 a 6 años, mediante la recreación y medición lúdica", con el conocimiento que los vídeos y fotografías enviadas en el período de mayo y junio del dos mil veintiuno (2021), serán únicamente de uso académico y divulgación de resultados del proyecto pedagógico.

Firma

Apéndice I

Consentimiento firmado de participación en el proyecto

Universidad Nacional
 Centro de Investigación y Docencia en Educación
 División de Educación Básica
 Licenciatura en Pedagogía con Énfasis en Educación Preescolar y Primera Infancia



Apéndice J

Matriz de Sistematización de Resultados

Propósitos del Proyecto	Relación de etiquetas	Resultado obtenido	Evidencia de los resultados	Principio pedagógico presente
<p>Conocer la visión de recreación que poseen las familias y sus espacios recreativos, para partir de sus conocimientos previos y oportunidades para recrearse.</p>	<p>Recreación</p>	<p>Las participantes escriben su conocimiento o concepto de recreación. Indican que tienen espacios de recreación en su mayoría con familia y una de las participantes toma un tiempo de recreación con amigos.</p>	<p>Resultados del google form/diagnóstico (Anexo 1)</p>	<p>Actividad: El proyecto y nosotras como facilitadoras deseamos que los participantes se apropien y que ellos y ellas sean quienes puedan observar su propio progreso y beneficios, siempre de nuestra mano, guía y mediación por lo que como indican Flórez y Vivas (2007), “Este principio significa que la mejor formación se gana no recibiendo pasivamente conocimientos y valores, sino actuando reflexivamente sobre la propia vida, sobre los propios</p>

				conocimientos y valores a que tiene acceso” (p. 170).
<p>Propiciar espacios para que las personas participantes reconozcan la importancia de vivenciar la recreación como beneficio en su vida cotidiana, mediante momentos de esparcimiento y disfrute para los niños y niñas, y sus familias.</p>	<p>Recreación Música</p> <p>Yo quería preguntar, digamos, a veces yo sé, mi hijo tiene 4 años recién cumplidos y yo quisiera como que el.</p> <p>¿Obviamente tomará interés por parte de él si es que le nace como algún instrumento, pero yo sé que está digamos, como que cuesta obviamente saber cómo cual le puede gustar o cual le podría interesar más y además de obviamente su atención es de platitos, verdad? ¿Como todo niño, entonces, cómo cuál podría ser como una buena herramienta manera cómoda y lo metiendo ahí? ¿O cómo tal vez sea más fácil para ellos de de ir conociendo más? Diferentes instrumentos o el cual tal vez él va notando como más interés así.</p>	<p>Los participantes muestran interés por diversos temas que les permite propiciar la recreación en su vida cotidiana, a través de nuevas ideas o aclarando dudas en los espacios de los talleres.</p> <p>Retomando conocimientos de las familias al implementar juegos tradicionales, disfrutaron y vivenciaron espacios de recreación</p>	<p>Respuestas formulario “A movernos” (Anexo 2)</p> <p>2 Vídeos de juego tradicional. Varios videos del baile (actividad propuesta).</p> <p>FOTOS PICINIC (actividad enviada a casa)</p> <p>Formulario (anexo 5)</p>	<p>Enseñanza lúdica: Este principio es una guía y orientación para nosotras como proyectistas, debido a que nos señala la función que tiene la recreación y mediación lúdica en nuestro proyecto y nuestro quehacer, rescatando lo que mencionan Flórez y Vivas (2007),</p> <p>La actividad lúdica como actividad formativa. El juego como principio pedagógico no es sólo un recurso didáctico para la enseñanza y el aprendizaje, sino una experiencia original que forma a los jóvenes sin las consecuencias de seriedad y responsabilidad propias de los adultos. (p. 171).</p>

	<p>De hecho, hace como semana y media traté de hacer algunos ejercicios de yoga con Gabo, pero no le gustó tanto. Nunca se me ocurrió hacer de animales, claro, porque eso contando una historia y todo, los atrapamos.</p>			<p>Actividad: El proyecto y nosotras como facilitadoras deseamos que los participantes se apropien y que ellos y ellas sean quienes puedan observar su propio progreso y beneficios, siempre de nuestra mano, guía y mediación por lo que como indican Flórez y Vivas (2007), “Este principio significa que la mejor formación se gana no recibiendo pasivamente conocimientos y valores, sino actuando reflexivamente sobre la propia vida, sobre los propios conocimientos y valores a que tiene acceso” (p. 170).</p>
<p>Fortalecer el vínculo afectivo entre las familias, niños y niñas mediante la vivencia de forma conjunta del momento “juego con amor”,</p>	<p>Musica Vínculos Familia Desarrollo psicomotriz Recreación</p>	<p>Se visualiza interés por parte de las familias cómo fortalecer los vínculos afectivos, por medio de las actividades de recreación y a luz de una realidad diferente, que aquejaba en ese momento (pandemia COVID-19).</p>	<p>Formulario (Anexo 3) Formulario (anexo 4) FOTOS (actividad enviada a casa)</p>	<p>Enseñanza lúdica: Este principio es una guía y orientación para nosotras como proyectistas, debido a que nos señala la función que tiene la recreación y mediación lúdica en nuestro</p>

<p>donde se brinden formas de recreación y mediación lúdica.</p>	<p>ok, yo yo quería preguntarle en el caso de mi hijo de 5 años y 8 meses, a mí me llama la atención porque a él le gusta. El rock, De hecho, hoy he estado oyendo una emisora y puso una canción de ACDC, llega y me dice me encanta el rock, mama, yo no, yo no soy como. Yo no soy mucho de rock, verdad. He hecho yo generalmente no escucho esa música, eso fue una canción que ella y la pasaron, pero quería preguntarle en la edad de él verdad, ese tipo de música que para mí es fuerte, verdad que que podría yo ponerle digamos que sea rock, pero que sea conveniente para la de la ahí le gusta eso, no sé qué tipo de música o qué o qué grupo que podría ponerle a él. Le encanta vieras cómo se pone a bailar Y yo espero que le paso y me dice es que esto lo que a mí me gusta mamá fue lo que me dijo, pero estaba inspirado y con ese sí.</p> <p>Diferentes, claro.</p>			<p>proyecto y nuestro quehacer, rescatando lo que mencionan Flórez y Vivas (2007),</p> <p>La actividad lúdica como actividad formativa. El juego como principio pedagógico no es sólo un recurso didáctico para la enseñanza y el aprendizaje, sino una experiencia original que forma a los jóvenes sin las consecuencias de seriedad y responsabilidad propias de los adultos. (p. 171).</p> <p>Afecto: Los autores citados Flórez y Vivas (2007) definen este principio como “integrar lo cognitivo con lo afectivo. Este principio propone no sólo que el afecto es una necesidad del ser humano, sino que el “calor humano”, en el aula, facilita y propicia el aprendizaje y la formación de los estudiantes”</p>
--	---	--	--	--

Él siempre quería que alguien esté a la par de él cuando iba a jugar o hacer algo.

En cambio, ella le encanta hacer las cosas, o sea, dejarla un rato en el encierro sola con los juguetes y eso le encanta. Eso con mi hijo mayor era imposible.

Felipe ama yo le paso, Y cuando va a la playa en la arena No lo sé pues no lo soporta exacta le da miedo. y precisamente eso es porque nosotros tenemos la maña de correr y quitarle la arena

Me ha costado porque desde pequeña, cada vez que la ponía de espalda, espalda, se se me ponía a llorar y así fue el mayor.

Y yo trata mira, ya puedo convertir a poco un ratito ahorita sí, o sea, ella se voltea, se queda feliz así un rato, pero no hace la posición a la tierra, entonces lo que hago es que la pongo con cuidado con mi esposo, con mi mamá y yo soy la que empieza a gatear para que ella me vea a mí y que ella vea que.

Yo puedo hacer una pregunta o al final es que a mí me pasa este

(p.168). Este principio para nosotras es de suma importancia, ya que como hemos desarrollado en párrafos anteriores deseamos favorecer los vínculos afectivos entre las familias (madre-padre-hijo-hija-abuelo-abuela, entre otros), ya que como se alega en ocasiones previas un buen vínculo afectivo da seguridad, confianza al niño o niña, lo que es de beneficio a lo largo de su vida en diversos aspectos, tales como generar buenas interacciones con otras personas, seguridad y confianza en sí mismo, enfrentar con mayor éxito distintas situaciones.

Actividad: El proyecto y nosotras como facilitadoras deseamos que los participantes se apropien y que ellos y ellas sean quienes puedan observar su propio

	<p>bueno más por haber la situación de sobrinitos de tanto los dos lados de la familia entonces no tiene como tanto chiquito pequeño para convivir verdad, entonces tendrá pero siempre son como más grandes y si se topa alguno chiquitito lo vemos allá una vez perdida porque la cuestión del covid él en ese aspecto por lo menos la parte de la socialización con otros chiquitos no le afecta que no tendríamos que en este momento no se haya podido como es que el otro año convivir con tanto chiquito de la edad incluso yo siento que eso le ha afectado.</p> <p>Bueno a él habla pero todavía no articula Como oraciones muy complejas o pronuncia ciertas palabras verdad porque este bueno yo lo pongo igual hacer ejercicios pero yo digo si tal vez que con otro chiquito se hace tiene que ir obligado verdad entonces ya tal vez se dice su mamá pero la parte social eso no sé como que a eso en ese momento o sea no le afecta hasta cierto punto, no poder convivir con</p>			<p>progreso y beneficios, siempre de nuestra mano, guía y mediación por lo que como indican Flórez y Vivas (2007), “Este principio significa que la mejor formación se gana no recibiendo pasivamente conocimientos y valores, sino actuando reflexivamente sobre la propia vida, sobre los propios conocimientos y valores a que tiene acceso” (p. 170).</p>
--	--	--	--	---

	otros niños de la edad de él y todo eso.			
Valorar la percepción final de las familias acerca de la recreación y su influencia en los vínculos con sus hijos e hijas.	<p>La presencia de mi hija con relación con mi hijo ha sido complicado eso porque si quiere como más atención hemos estado trabajando eso porque ya está el hermano la niña porque por por la edad que tiene a la mamá de verdad y igual que la que la chiquita aquí en la imagen el mismo proceso verdad yo yo no la dejo llorar yo la calmo la tranquilizo y ya después cuando veo que ya está tranquila la pongo a jugar solita Entonces ya ahí ve que ella ya puede estar sola y mi hijo mi hijo siempre pidió mucha atención desde pequeño y ahora que llegó la hermanita</p> <p>Bueno a mí me pasó algo similar, yo ya estaba estudiando verdad, entonces como el periodo del año los dos años a mí me costaba mucho pero ahí está, me pasaba mucho que como yo pasa periodos largos de tiempo universidad claro obviamente era muy difícil porque tal vez como el miedo como Ay se</p>	A través del proyecto se pudo conocer un poco la realidad de la parte afectiva de las familias y como a través de algunas actividades enviadas, pudieron vivenciar momentos diferentes y que fortalecieron los vínculos afectivos con sus hijos e hijas, aprendiendo nuevas actividades que aplicarán en diversos momentos para el compartir familiar.	<p>Formulario (anexo 4).</p> <p>Videos de los masajes de estimulación con cuento (actividad enviada a casa)</p> <p>Formulario (anexo 5)</p>	<p>Enseñanza lúdica: Este principio es una guía y orientación para nosotras como proyectistas, debido a que nos señala la función que tiene la recreación y mediación lúdica en nuestro proyecto y nuestro quehacer, rescatando lo que mencionan Flórez y Vivas (2007),</p> <p>La actividad lúdica como actividad formativa. El juego como principio pedagógico no es sólo un recurso didáctico para la enseñanza y el aprendizaje, sino una experiencia original que forma a los jóvenes sin las consecuencias de seriedad y responsabilidad propias de los adultos. (p. 171).</p>

me va o cuestiones así verdad este, bueno mi hijo tiene 4 años y creo que en el momento así como cuando lo metí como en el kínder Pero de ahí ya poco a poco también como cuando ellos se dan dando cuenta que uno regresa verdad que solo y fue como un proceso muy respetuoso porque lo metí como por poquitas horas al día y así para que no fuera un cambio tan tan gigantesco pero ya el hecho de que sean de personas desconocidas este otro ambiente.

En realidad yo siento que ahorita que tiene 4 años es también como otra red enorme porque ellos ya identifican varias emociones y las pueden razonar mejor entonces también están como buscando esos límites a ver hasta dónde puedo llegar y qué puedo hacer y mi hijo es muy temperamental no sé si la palabra correcta pero si un momento está súper este feliz verdad y cariñoso y se enoja por todo pero yo creo que es como parte también como de la edad pero sí me llama la atención porque no sé por qué se ha empezado así le

Afecto: Los autores citados Flórez y Vivas (2007) definen este principio como “integrar lo cognitivo con lo afectivo. Este principio propone no sólo que el afecto es una necesidad del ser humano, sino que el “calor humano”, en el aula, facilita y propicia el aprendizaje y la formación de los estudiantes” (p.168). Este principio para nosotras es de suma importancia, ya que como hemos desarrollado en párrafos anteriores deseamos favorecer los vínculos afectivos entre las familias (madre-padre-hijo-hija-abuelo-abuela, entre otros), ya que como se alega en ocasiones previas un buen vínculo afectivo da seguridad, confianza al niño o niña, lo que es de beneficio a lo largo de su vida en diversos aspectos, tales como generar

empiezas a explicar porque no es tonto y que que uno no debe decirse a uno mismo verdad esas cosas. Entonces cuando está como frustrado o sí dice que es un tonto dice, porfa decime Por qué no soy un tonto entonces como que ocupa esa reafirmación de que le explique. Pero él me lo pide.

Yo puedo hacer una pregunta o al final es que a mí me pasa este bueno más por haber la situación de sobrinitos de tanto los dos lados de la familia entonces no tiene como tanto chiquito pequeñito para convivir verdad, entonces tendrá pero siempre son como más grandes y si se topa alguno chiquitito lo vemos allá una vez perdida porque la cuestión del covid él en ese aspecto por lo menos la parte de la socialización con otros chiquitos no le afecta que no tendríamos que en este momento no se haya podido como es que el otro año convivir con tanto chiquito de la edad incluso yo siento que eso le ha afectado.

buenas interacciones con otras personas, seguridad y confianza en sí mismo, enfrentar con mayor éxito distintas situaciones.

Actividad: El proyecto y nosotras como facilitadoras deseamos que los participantes se apropien y que ellos y ellas sean quienes puedan observar su propio progreso y beneficios, siempre de nuestra mano, guía y mediación por lo que como indican Flórez y Vivas (2007), “Este principio significa que la mejor formación se gana no recibiendo pasivamente conocimientos y valores, sino actuando reflexivamente sobre la propia vida, sobre los propios conocimientos y valores a que tiene acceso” (p. 170).

Bueno a él habla pero todavía no articula Como oraciones muy complejas o pronuncia ciertas palabras verdad porque este bueno yo lo pongo igual hacer ejercicios pero yo digo si tal vez que con otro chiquito se hace tiene que ir obligado verdad entonces ya tal vez se dice su mamá pero la parte social eso no sé como que a eso en ese momento o sea no le afecta hasta cierto punto, no poder convivir con otros niños de la edad de él y todo eso.

o le digo a él que él y yo somos un equipo ocupamos el ayudar y yo también entonces yo lo que hago es decirle cómo mira hoy de verdad no me estás ayudando mucho ocupo que pongas más de tu parte pero digo obviamente siempre van a ver como escenarios externos y así. O esa carita de para ver cómo voy a reaccionar verdad Entonces yo trato como de decirle de que tienes que ayudarle más a la teacher pero si es ss difícil de ver como uno los hace como analizar sus emociones y todo sin que ellos se sientan también como son como muy

	sensibles verdad no quiero hacerlo sentir atacado por ejemplo yo siempre trato como de no generalizar.			
--	---	--	--	--

Apéndice K

Transcripción Taller “un espacio de recreación y vínculo” 15 de mayo del 2021

Documentar para la tesis entonces que sepan que el taller está siendo grabado.
 Él está ahora sí mismo.
 Bueno, tenemos el placer de contar con el máster John Ramírez Núñez, él él trabaja en el área de música y nos va a dar ese taller de un espacio de recreación y vinculó a través de la música.
 Él tiene muchos años de experiencia trabajando con niños y también siendo dando con adultos y jóvenes al hacemos.
 Yo.
 Pues muchas gracias, espero que que que que estén todos bien y todas.
 Es un gusto de verdad y un placer.
 Participar en este en este proyecto es enriquecedor tanto para ustedes como para mí, también para para ir.
 Pues aportando algo de de de eso que nos han enseñado en la Universidad.
 Y no muy contento, espero brindarle las herramientas adecuadas para el desarrollo.
 ¿De los chicos, verdad? Más que todo y buscar ese vínculo afectivo, que que es súper importante a la hora de crecimiento, verdad de cada de cada niño niña.
 Bueno, me presento así las gracias AA Michel por presentarme.
 Yo trabajo en el jardín de niños escuela maternal montessoriana como profesor de música.
 Y he innovado un poquito porque para cuando trabajamos los docentes de música a niveles de preescolar e tempranas edades, no teníamos nada escrito como como algo que nos ayude una guía del del Ministerio, algo más, entonces hay que, como dicen, jugarlo la

verdad. Pero a partir de eso, con la experiencia en han surgido un montón de de actividades que ayudan tanto al crecimiento de los chicos cognitivamente como inhabilidad es este.

Psicomotrices, desarrollo de la lateralidad, espacio de juegos a como actividades afectivas que ellos van a generar un vínculo o tal vez conexiones más positivas en su desarrollo.

Es importante también hablar desde la edad que se trabaja, porque si estamos con niños desde muy temprana edad que son años como d cero A 1, año y medio, una cosa así.

Este, en este caso podemos hablar de estimulación musical.

Donde contemplamos como sonidos más.

Más suave, más relajantes. A veces los ponemos en un ambiente esté un poco trágico. Podemos es la música muy alta.

¿Escuchan, pues pleitos, escotillas, es importante tal vez apartarlos o generado un espacio donde los sonidos que creen un ambiente diferente que él salga de ella, salga de eso, verdad? ¿Por ejemplo, bueno, voy a estar interviniendo como instrumento con guitarras YY demás cosillas, pero la idea es esa verdad?

Eh trabajando con sonidos bonitos, pues podemos buscar notas. Hay una página en youtube, creo que se llama se llama roca baby.

Rockabye baby es son son canciones.

¿Luego les puedo facilitar el link por por por el chat, son canciones que son están hechas en xilófono, entonces son melodías de canciones populares, pero con una instrumentación diferente, entonces son sonidos diferentes, verdad? ¿Que podemos escuchar?

Ok.

Ahora si usted me dice, pero no soy músico, no, no sé tocar instrumento queuitar. Bueno, eso es cierto, pero tenemos el acceso a la

tecnología, se está accedendo ya ahorita es porque tenemos un celular, tenemos algo con que conectar no es verdad, entonces buscar en internet esta música relajante, mito, mentira que se escuchan monster, los chiquitos son más inteligentes, eso es un mito.

¿Por cualquier cosa y rompiendo también un poco de esquemas, verdad? Con esto no necesariamente Mozart puede ser Beethoven, chupan back, eh, puede ser Liz, pueden ser hasta no se sabe cuando sans música popular Jackson eres de verdad.

Ok, ahora sí vamos con el tema de este, entonces a temprana edad es el de un seroma bueno, antes es importante. Uy, perdón, me salté eso en etapas de embarazo, es importante que que las madres y está en un ambiente muy, muy tranquilo, pero también la estimulación musical puede venir desde esa etapa del embarazo.

La ponerles un parlantito por el celular en la pancita, verdad que estoy escuchando música y sí recomendaría música ya más tranquila y porque las ondas musicales, los niños la van a percibir de una manera que que le relaje. La idea es buscar ese tipo de relojes para que ya eso es cuando nazcan ya tengan un acercamiento positivo a esa misma música que escucharon entonces. Bueno, estoy tranquilo y tarda.

Una canción súper conocida de brahms. ¿Está de dormir, verdad? ¿Ok, tienes un niño relajantes? La idea es esta. ¿Cuando hablamos de música, hablamos de sonidos, tantos sonidos fuertes, sonidos, suaves, sonidos rápidos, lentos, con una duración, sonidos largos cortos, verdad? Pero también el timbre es muy, muy importante en los instrumentos.

No sé si hoy, pero tengo acceso AAA compartir.

Sí creo que sí, no, sí.

Realizas poder ver si si puede compartir y si no se vuelven.

Partir.

Ok está chévere.

Okey, por ejemplo, estoy aquí, ella tenía listo esto.

Esta vamos a ver circo.

Audio, creo que sí.

Ok eso es que yo les decía con la música.

Entonces sonidos diferentes con una instrumentación diferente.

¿Eso es un sí lo fue no?

¿Un siglo no es un instrumento pequeñito de de de piecitos de metal que van verdad?

¿Bueno, cómo se golpea con un con palitos, como cuando vemos la Lira, verdad? ¿O vemos una marimba, pero un poquito más pequeño él, sino no aporta mucho mucho a los chicos porque el sonido es un timbre muy agudo, verdad? Entonces, al estar en primeras etapas de la infancia.

¿Les puede ayudar a llamar la atención después de tranquilizar verdad? Y hasta pueden empezar a explorar el instrumento. Entonces, bueno, pues les hablaba de esta página de de.

En youtube son es un canal que tienen todos.

Tienen música la orquestación.

Ven ok ahora sí.

Escuchamos entonces.

Pero creo que no lo está.

Comprando se compran.

Con sonido.

Con sonido.

Yo meetings dígame.

Ya.

No sé.

Ah ok ok ok ok ahora sí.

Si no puedes.

Pensar y.

No lo hizo listo, yo creo que ya.

¿Verdad? Sí ok, sorry ok. Entonces vemos, no escuchamos.

Tenemos es ilófono, tenemos este instrumento de percusión.

Y aquí va la clave para estimulación temprana, no importa la edad es prescindible usar no perdón imprescindible usar instrumentos de percusión, por ejemplo usar. Yo recomiendo mucho los huevitos. Otras son este tipo de de instrumentos cheque cuando dice además que no son muy baratos, igual los podemos hacer, yo los he hecho, compramos lo que están en el esas cositas que siempre están un huevito con cositas, con chicles o juguetitos. No sé, verdad es que tengo un sobrino, le paso comprando porque detrás de saurios. Entonces, bueno, no le echa rosito algo bueno en este caso lo sirve con conté y ya tenemos nuestro donde escuché que tenemos no, no, no hace falta tampoco comprarse el el instrumento profesional, entonces teníamos el cheque, entonces la idea es ésta, podemos ser 2 porque la él podemos vincular la afectividad dentro de estimulación temprana, entonces tenemos 2.

Cuando empezamos a mover el instrumento, ya empezamos a hacer un ritmo.

¿Por qué estás comiendo verdad? ¿Entonces tenemos en este caso eh? ¿Sonidos cortos, tata, tata, tata, tata, ok?

Que vamos a buscar con los chicos que ellos no repitan, no necesariamente tiene que ser igual. ¿La idea es que ellos lo repitan, verdad? ¿O que empiezan a explorar? ¿Van a llegar un momento que lo van a hacer igual porque el aprendizaje de los chicos se basa también en mucho de la repetición, esto de de modelo de quiero ser verdad? ¿Quiero hacerlo como el eh quiero que suene igual a como está sonando el cheque con mi mamá, verdad? ¿El huevito, ok?

Entonces, cuando usamos instrumentos de percusión, las sensaciones tanto están visualmente.

Auditivamente, pero la percepción al tacto de usar material concreto es súper importante.

Entonces tenemos esto de de estar escuchándolo y.

Además, estamos.

¿Sintiendo y sentimos las vibraciones, esto para los chicos es muy, muy bueno porque genera este más conexiones que enriquecen el el sistema nervioso central, verdad?

Hablamos también, no sé si me toca un poquito con con neurociencia, pero hablamos de las de las de neuronas espejo.

¿Que están en que se ubican en la parte prefrontal, que si no me equivoco, entonces eso busca generar, eh? Las las emociones para buscar los, compartirla, disfrutarlas, entonces el cerebro lo que va a hacer es que besa a ellas va a generar vínculos y bajar conexiones específicas que fortalezcan el aprendizaje con.

¿Con respecto a lo que están haciendo, entonces en este caso van a estar tocando los huevitos, los hackers, entonces lo sentimos, lo escuchamos, los vemos, verdad? Estamos con mamá o con papá que también creo que el trabajo de trabajo más, pero ok, estamos ahí en casa, entonces la idea es que que están están compartiendo.

Esos son a una edad temprana y así pudiéramos ir avanzando. Voy a voy a Ah bueno.

Voy a ponerles, por ejemplo.

Se le gusta Coldplay tenemos, tenemos un repertorio bastante grande, hasta tenemos este de rock.

Pop si no me equivoco, tenemos esa sta regué, tenemos de todo.

¿Entonces eh? ¿Eso ayuda muchísimo, ok?

Ahora si por ejemplo voy a poner una canción, está.

O no.

O sea que saber.

Luego bastantes, yo tenía unas aquí pensadas, pero no se me sale.

Ok bueno, no sabes el click entonces la idea es esta.

Ya cuando vayan creciendo es importante solventar un poquito más la necesidad de otros nuevos instrumentos. ¿En este caso tengo unas claves, son las claves de madera, igual pueden usar palitos de madera donde se les quebró la escoba, verdad? ¿Siempre les digo a los encargados de demi chicos quebrados como parte de un pedacito, ya lo saben un montón de claves, entonces?

Tienen claves.

¿Qué vamos a hacer con las claves?

Ok, en este caso es importante saber.

¿Qué es el pulso?

El pulso de la música es digamos que.

¿Con lo que sentimos, medimos, bailamos los ritmos, verdad? Entonces, por ejemplo, vamos a escuchar la canción portando sí.

3.

Ahí está, ese es el pulso de la música, entonces empezamos a contar a partir de lo que escuchamos, ok, cuando usamos las canciones ya en edades, como de 2 a 3 años y medio, una cosa así, ya podemos empezar a usar también canciones que a ellos les empieza a gustar. Si le gusta el regeton, súper bien, está bien.

¿Trump verdad cualquier ritmo? La idea es que también sepamos distinguir que que música ponerle, porque no vamos a poner algo que genere violencia, algo que le recuerde, tal vez una.

Una anécdota que no lo que implica un regaño, un pleito o algo así, entonces buscar algo que sea diferente con respecto a la vivencia, que que que no sea positiva, entonces lo que buscamos es que esos vínculos sean positivos. Ok, entonces vamos a escuchar la música. Por lo general el ser humano se acostumbra a llevar el ritmo, digámoslo voy a escuchar, iba a entender lo que iba.

No, sí, sí, por lo general hasta los chicos.

Indiferentemente si saben que expulsó, no, ellos van a empezar a mover la cabeza en las

manos y muchas veces así puedo decir que el 90% de las veces el estudiante está llevando el pulso.

¿Verdad en este caso a esas edades?

¿Que cuando avancemos de instrumentos en eso con con con el código, con la madre, con las claves a poner un poco para ver las claves que lleven el pulso, entonces ok, qué hacemos ahí? Es bueno que incorporemos coreografías, vea que ya pasamos de tocar los huevitos así nada más usted se lo mismo que yo hago lo mismo hacemos el ritmo diferente, es verdad, tocamos rápido, lento, ya estamos incorporando, ok, hagamos coreografías, entonces llevamos el pulso, es bonito porque podemos decir.

Ok Levante la mano derecha, levantamos la mano derecha, la mano izquierda lo podemos acompañar con ellos, hacer bailes, yo siempre les pongo los chiquillos, un baile.

Voy a poner un tipo de.

Ok un baile que.

Les ayudamos bastante y les gusta.

Marcando el pulso, digo, con ese ritmo yo voy a activarme con ese ritmo, yo voy a cantar, entonces mientras voy cantos es pequeñito, digo yo, por ejemplo, levanta la mano si levantan las manos que levanten los pies y levanta los pies. ¿OO brinquen o den una vuelta, ok? Cuando involucramos coreografías, la estimulación temprana ayuda muchísimo a los chicos y les ayuda a devolver un montón, lo que es la parte expresiva, es decir.

Sí son muy muy cohibido, escuelas, vergüenza. ¿Todo eso va a ayudar a trabajarlo, entonces esa parte, la parte expresiva, la parte de desarrollo motriz, verdad entender el espacio donde están este que se mueven la derecha a la izquierda, la coordinación, no estamos hablando con esto, verdad? Okey, entonces puedes seguir con ese ritmo, yo voy a activarme.

Como yo voy ya cantar y después dicen mano derecha, mano izquierda, pie derecho.

Y a izquierdo la cabeza y 9 en la cabeza. No sé.

Buen inventar. Es importante también que a partir de los que yo estoy diciendo es es por ejemplo mi contextó.

¿Qué pasa que no todos los contextos son iguales? Entonces ahí es donde tenemos que involucrar el contexto y ustedes tienen en la. Es cercanía tenemos en su comunidad este el el barrio, verdad la casa.

¿Qué palabras se usan?

Y eso les quería contar yo porque estoy en documento y todo ok.

Fortalecen las relaciones afectivas si usamos las palabras que a ellos se les toman, familia familiares, entonces eh. Por ejemplo, los alajuelenses que le decimos melcochón al Albacete, el pan francés.

¿Verdad?

Eh ustedes dicen bueno que hay chicos y hay una canción y dice baguette y el chiquillo sacar, pero es baggett. ¿Entonces Ah ok, la idea es como adecuar esas cositas, verdad? Al lenguaje que nosotros en este tengamos o manejemos eh, para que ellos se les haga mas familia familiar.

Mucho de esto porque bueno, además, que que la música es una excelente terapia. ¿EA ellos les vas AAA educar o estimular la inteligencia, verdad? Demostrando una ayuda ante los problemas que ellos generen. ¿Por ejemplo, desde ya vamos con una edad más avanzada, vemos que estamos como materno, como de cuatro a 5 años, que que todavía se mantienen ahí en un cambio ya después de 5 años, ahí este se pueden ver un montón de cosas más, verdad?

Es importante y voy a recalcar acá. Tal vez la pandemia ha hecho que estemos más en casa. ¿Entonces han surgido, pues un montón de cosillas IA los padres tienen que cargarse mucho de la educación del estudiante,

verdad? Entonces ahí se tal vez el compromiso de ellos.

Pero es muy bueno que es que ya a partir de una edad.

3 años y medio creo haha 4:30 o 5 años la creatividad.

Vaya de la mano de la autoestima del estudiante. ¿Entonces, qué pasa con esto como nosotros, cómo, cómo, cómo, cómo pasamos? Bueno, no sepa, pero sí como papás.

Manejemos los chicos a partir con con esta creatividad.

Siempre vinculándolo a.

¿Manejos afectivos bonitos, entonces yo les ponía antes hasta la canción, verdad? Las coreografías y vamos a ir manejando otras cositas, vamos a ir manejando creación de canciones, por eso te decía lo del lenguaje, entonces cuando tengamos, por ejemplo, no sé, hay una canción.

El, que cantó con los chiquillos que se llama la hora del té. Estamos invitados a tomar el té. La tetera de porcelana, pero no se ve es de marinera Walsh.

Ahorita les pongo también en los comentarios algunas de las cosillas que que estaba diciendo como herramientas.

Esa canción.

Una Costa Rica no se hace la hora del té. Pero es un poquito más comprensible, porque bueno, entonces yo le digo chiquillos a la hora del café, no sé que una tarde que estaba invitado, que entonces hay pesado este involucrar un lenguaje diferente. Podemos hacer una canción.

¿Tal vez el niño le gusta, no sé el arroz con leche, pero en la caseta de arroz con leche me quiero casar, verdad?

No esa no la puedes cambiar como eh frases cortas, frases super simples, como gusta el arroz con leche y si se nos parece a la primera, pues no importa, me gusta el arroz

con leche que hace mi mamá, no sé una cosa así.

Entonces cuando cantamos es cancioncitas, nos ayuda a generar ese vínculo afectivo con los chicos. ¿Además, estimula la creatividad porque ustedes pueden preguntar a los chicos y que les gustaría hacer este les gustaría? Imponer otra otra palabra, este cómo hacemos la canción y entonces siempre salen con algo, es que quiero que mi peluche, este Bobby está una canción entonces.

Al peluche móvil y gusta comer.

El arroz con leche que hace mi mamá no sé una cosa así, entonces vamos a involucrando este cosas y elementos que ellos les son atractivos.

Además, vamos vinculando afectivamente y fortaleciendo la relación. Esté con los chicos de forma positiva.

Íbamos además.

Desarrollando la creatividad de que ellos se esté comprendan que pueden crear, construir verdad, canciones, juegos, rimas a bueno cuando hablamos del ritmo es muy bonito porque podemos hacer hasta hasta.

Hasta rimas sé cómo no sé, por ejemplo, dónde vive en el barrio, tiene una apuesta entonces y digamos que que se llama Ana la chiquita.

¿Entonces a Ana le cuesta subir la cuesta? Voy perdón, yo estoy en la isla hospedadora, hay una Lucía que creo que está esperando que lo acepten y a mí no me sale.

A Ana Pérez.

Sí.

Gracias, perdón.

Ok.

Entonces.

¿Ah ok, cómo? Cómo seguía entonces cuando hablamos, por ejemplo, con rimas vea que ya estamos con ritmos, no sé si voy muy rápido, es importante. ¿Lo voy a preguntar, tal vez a Lucía, a Natalia, cómo voy en mi Chelo?

¿Ana, que si me puedes ayudar, qué tal voy?

Súper bien.

Ah ok ok.

Pero yo quería hacer una pregunta, pero no quiero interrumpirte, no sé cuándo pueda ser el momento.

No sé cuánto tenemos de de.

¿No no esté usted decida si quiere las preguntas y así las quiere más tarde usted?

Maneja el tiempo como usted prefiera.

¿Podemos podemos ir este hacer las preguntas si ir preguntando ir resolviendo en el camino, porque si vamos al final tal vez no me acuerdo de qué pasó? ¿Se nos fue la pregunta, verdad? Sí, sí, sí, ok, entonces cuando pregunta.

Es si era exactamente como al principio que hablaba recién empezando y ya he escuchado mucho sobre el sonido blanco o el ruido blanco.

Ah ok.

¿Quería preguntarte cómo al respecto, como que pensabas Y que nos expliquen más o menos como que es para los que no lo conocen?

A ok ok bueno, el ruido blanco, hay varios tipos de ruido es importante.

Comprendemos que el ruido es eso que molesta, pero no, no, no, no, que molesta al oído.

¿Cómo? ¿Cómo puedo definir ruido sin que suene peyorativo?

Ok ruido entendamos lo que no es que como algo que conocemos que no es música, entonces es un sonido.

Pero es música o puede ser un sonido que que no tenga la misma cualificación que música establece asocia como ruido.

El ruido blanco.

Eh bueno, le llamaba el río rank blanco, pero realmente es una frecuencia que se manejan como entre los 2600 Hz.

Ah en adelante creo que llegan hasta los.

No sé 9000 es una cosa sí, es un río que está dentro de la frecuencia. El ruido blanco ayuda

mucho porque a mí me concentramos, yo expongo río blanco Y hago trabajos y cosas así.

El ruido blanco es un ruido que es constante en musicales. ¿Le llamamos obstinado all a ese ritmo constante que suena y suena verdad? Pues él él voy a ver, voy a buscar tal vez un ejemplo.

Pido.

Sí como para albergar a los.

Entonces lo que busca es eso exactamente muchas gracias. Natalia busca relajar y bueno, la gente lo usa mucho para dormir a los bebés.

Igual podemos utilizar estos sonidos ambientales, eso es súper importante ahora que que que que vamos con esto. ¿Los sonidos del medio ambiente, ojalá una lluvia Serena, verdad? ¿Entonces con lo hablamos del río blanco, es esto si puede compartir? Blanco.

En este caso, bueno, no sabía, pero tiene música de fondo.

Pero en que el ruido sigue estando presente. ¿Verdad ok es vacilón porque les habla usted de que hay diferentes ríos? También estaba la frecuencia del país.

El metida, igual que vacilón.

Ok bueno.

Cuando hablamos ok, entonces no sé si si si, si voy a responder preguntas, la frecuencia gris es, es como cuando pones el y no funciona el cable.

¿Verdad?

Ese tipo de sonido y muy parecido al río blanco, pero el río blanco es, creo que la intensidad es menor. Si no me equivoco, los jets que se mueven es mucho menor que la frecuencia gris, porque la frecuencia de gris llega un punto que molesta.

El río blanco se se mantiene, es un poquito más tranquilizador, entonces por eso tal vez que lo usan los chicos. Bueno, mucha gente

lo uso para para dormir, para estudiarse, para concentrar.

Verdad, eso es para concentrarse eso creo que es una herramienta muy bonita.

Y bueno, pues me he saltado más bien muchísimas gracias por recordarme.

Del sonido blanco, el sonido blanco ayuda mucho a tranquilizar a los chicos, ojalá después de de de.

¿De la cena digamos que a punto de dormir esas cositas, verdad? ¿O hasta para resolver un conflicto?

Ponemos ruido blanco antes de llegar a hablar, pero creo que eso más como adolescentes.

¿Qué puedo seguir trabajando así? Pero eso es otra etapa que que es una desintegración cerebral que les pasa en este momento los adolescentes, pero porque es como despacito. Pero no sé si te respondí Natalia.

Sí, sí, claro, si es que me llamaba mucho la atención, el no sé qué es lo que hacía verdad, pero yo creo que es como esa constancia de la frecuencia que que lo haces, entrar como en un estado aide de relajación.

Pero sí gracias.

Un gusto creo que también lo usan muchísimo en grupos de yoga para para para hacer ejercicios y clases de yoga así, ojalá que que que retiros cosas y utilizan bastante.

¿Vamos a ver por un día, ok? ¿Entonces sigamos por el rimas cuando utilizamos rimas, eh, siempre usando el lenguaje que tengamos cada uno en casa, más un lenguaje, más, más más, más, más más cercano, verdad? ¿Por ejemplo, del comentaba él, él, él él esto de una rima con una cuesta, entonces no sé decir el barrio, hay una cuesta, hay una bajada, una pendiente, verdad? Entonces hasta la pueden este irse con él.

Con el hola niña hacer pues la costa entonces van caminando la manita vuelven a subir.

Entonces ok acuesta, por ejemplo, Ana a Ana le cuesta subir la cuesta.

Cuando sube va y se acuesta.

¿Entonces tenemos palabras que son muy parecidas, verdad? ¿Okey, qué pasa con esto?

¿Dónde está la música?

Cuando hacemos Palmas se cortan antes del concepto de este pulso. Bueno, no sé para Ana.

¿Estamos en que se conecta ahorita pulso es cuando escuchamos la música, verdad? Y por lo general la bailábamos, movemos la mano, vamos haciendo chasquidos o aplaudimos.

Los conciertos y una plata y las casi siempre no aplaude el pulso los niños.

¿Si se les pone una canción?

Ustedes piden que aplaudan, va a llegar un momento en que van a aplaudir exactamente igual que el pulso de la canción.

Indiferentemente la velocidad de la música.

Entonces, eso expulso.

Esto con lo que medimos, la velocidad este de la música o pedimos también este los ritmos y montón de cosas más.

Pero ya son mas musicales, entonces ok rimas entonces lo que podemos incorporar cuando hacemos una rima con los chicos para ir este.

Ayuda al pueblo a es que no sé veo, dice

David, pero no me ese nombre.

Karla.

¿Karla ok ajá como Karla Que, escala que tiene un un chico más grande, verdad?

Sí.

¿Qué edad tiene?

1 tiene 3 años y nueve meses, el otro tiene 5 años y 8 meses.

5 años y 8 meses Ah ok bueno ya con 5 años y 8 meses está súper bien ahí, el más bien podría ser la rima Shell.

Sí.

Sí, sí, ahora sí.

Entonces eso cuando hacemos las mismas ya ya con con, por ejemplo con él de cara, entonces ya él puede llevar el pulso más hasta puede experimentar con diferentes faltas.

¿Por ejemplo, a andá le cuesta subir la cuesta

y cuando sube bicep West vean que también estamos haciendo con una división con las sílabas, verdad? Ana le cuesta subir en los pulsos vaquero que va fuerte.

¿Eso para ya con yo estaba como chicos de como te digo yo como de cuatro a 5 una cosita así ya con chicos más grandes pueden ir comprando diferentes ritmos, verdad?

Hasta el ritmo musicales como el León.

¿Ana le cuesta subir la cuesta?

¿Verdad? Entonces no sé cosillas así.

Pueden ir comprando, entonces cuando nos trabajemos, entonces está en casa y están con los chicos. Hola chicas.

Es bueno apoyar los, entonces ustedes le van marcando el pulso cuando lo van diciendo, oh, eso es como un juegos más, más más recreativo, pero realmente lo que está haciendo es como construyendo habilidad de este chico es psicomotoras. Este habilidades de lateralidad, como les decía y desarrollo de la creatividad, pero también es muy importante, pero muy importante para las matemáticas.

En Costa Rica, este sistema de aprendizaje se basa mucho en la matemática.

Verdad es un sistema que hasta las notas son numéricas desde creo que en segundos ya empieza a ponerle nota a los chicos.

Entonces siempre es un hay un conflicto con las matemáticas, pero si hacen estos ejercicios, el cerebro empieza a los chicos.

Empezas, empieza a estimular entonces las 2 este áreas del cerebro.

La lógica, la lógica, digamos.

Constructiva y la lógica creativa e empiezan a entrelazarse en todas las conexiones. Son más fuertes se.

Y está comprobado en las mujeres, se desarrolla la conexión entre los 2 hemisferios del cerebro mucho más sólidas que en los hombres.

Todavía no se ha explicado por qué, pero sé que qué pasa si entonces, por ejemplo, y

viene esto es que este hombre no puede hacer 2 cosas al mismo tiempo.

Sí, muchas veces la conexión que que hace entre 2 entre los 2 ministerios ayuda que podamos hacer estas cosas al mismo tiempo, por ejemplo, que ustedes a veces.

Bueno, si no, por ejemplo es porque después no, no, no sé, no sé, pero sí sé que pueden hacer varias cosas al mismo tiempo y pues ejemplar a los hombres son como más de actuar rápido va a ser una cosa y se y se enfoca en esa, eso es importante también cuando ustedes tengan chicos o chicas.

¿Las actividades eh?

Van a ser iguales, pero comprendan que tal vez el desarrollo no va a ser, este igual que que que con los chicos.

¿Hola chicas, por ejemplo, yo les enseño un ritmo y voy con esto, ya se le hace una parte que son 5 o 6, vamos de 5 a 6 años más o menos tenía unos años, los bolillos los dejen a casa ok?

Se trata de una pandereta.

Una banderilla del Rey.

Verdad este iguales pueden hacer agarran.

Un plato o algo malo no se le puede poner una cubierta con plástico y hizo que en el platito, una vez que esté sólido.

Cuando les enseñé un ritmo a las mujeres, por ejemplo, un ritmo como mantequilla. Ah bueno, eso es bonito que los ritmos tan bonito enseñaros este con palabras que ellos estén cercanas. Entonces a mí me encanta el café con pan.

Creo que eso no era de mis obras favoritas de comida.

Porque llega uno de la tarde a comer, que en verdad café con pan, café con pan, entonces se aprenden el ritmo super rápido cuando enseñamos el ritmo en la pandereta.

Más podemos hacer el el el la actividad, vamos a ver, pueden encender el micrófono un momentito.

Aquí estoy, pero que ella habla.

Aunque no tranqui de teclear ok, hagámoslo con Las Palmas.

Derecha.

¿Okey okey, bueno y tiene una pandereta súper bien, cómo se llama ella Ana?

Helena.

Helena.

Hola Elena.

A esta bueno es que Ana no estuvo antes, yo hablaba con los a las ciudades como Elena, usar este los huevitos, los chequers.

Ella tiene una.

Bueno, que tiene también una maraquita.

De hecho, la Natalia es mi cuñada, ella se la regaló, tiene una maraquita, es muy.

Bueno y super bien.

Y, bueno, en realidad son de Felipe.

¿Porque?

Pero.

Ellos.

Yo les tengo instrumentos musicales.

Cambiamos por semana.

A les llama mucho la atención de hecho.

Sí ok vieron.

Que el que que fue tal vez un poquito. Bueno sé es que bueno es un ritmo fácil verdad ta ta ta ta ta cuando lo enseñemos a sus hijos o hijas.

¿Es importante que les digan que lo hagan con la boca, porque nuestro cerebro asocia la parte del lenguaje a la parte motora y por eso yo le decía lo de matemáticas, verdad?

Porque eso también esa parte estimula mucho las conexiones con el la, la lógica, la lógica de funciones ejecutivas. Si no me equivoco, creo que el término, entonces eso lleva un montón.

Entonces, cuando soñamos los señores con la boca, entonces digamos que digan.

Pan.

¿Qué pasa con nosotros con la boca?

Rápidamente lo el cerebro lo agarra, lo toma. Y ya después lo puede hacer con Las Palmas.

¿De una manera más rápida, ok? Intentamos lo intentémoslo decir café con pan y con Las Palmas al mismo tiempo, 123 café con pan, café, café, café.
 Con pan, café con pan.
 Se hace más fácil.
 Es más fácil, más o menos okey okey.
 Me cuesta.
 Súper bien, no te quería tranquilidad, igual es algo verdad que hay que acostumbrarse y haciendo verdad este con los chicos y también ayuda un montón AA nosotros los adultos porque nos ayuda a gritar hasta el Alzheimer.
 Por el desarrollo que tiene el cerebro también con con con la música, entonces todo un montón.
 ¿Ok, luego están ritmo, mantequilla, usar palabras, chocolate, galleta, entonces, eh?
 ¿Podemos individuos por sílabas, galleta, galleta, galleta, galleta, bueno, pues un ritmo muy sencillo de 3 pandas, verdad?
 Cuando los niños igual nos vamos con la boca gallet, pero la idea es que ya esas edades el chico pueda o chico chica perdón.
 Puedan hacerlo por el solo, digamos que ser pregunta.
 Y sé no sé, por ejemplo, mi mi, mi sobrino Germán, queque palabra le gusta entonces que el bueno a veces no habla muy bien todavía, pero tiene un montón de cosillas super chivas.
 Spiderman no sé, entonces te lo dice Spiderman, Batman, una cosa ahí está anunciada. Entonces Lucía de de.
 Si soy yo aquí estoy.
 Les presento a Lucía, la mamá y mi sobrino. Hola mucho gusto.
 Ahí les puede dar fe de qué sobrino hace todo, pero es que está estimulado, entonces por eso entonces es importante, entonces palabras que ellos les gusten y las puede hacer verdad con Las Palmas OOO, con los con los juegos que tengan, pero en este caso

se mantiene, va para cuatro añitos estúpidos, pequeñito, entonces el desarrollo es más diferente lo que les decía cuando les enseñamos a una mujer OA un hombre es muy diferente. Yo la agarro enseñó un ritmo a una mujer.
 Llegamos AA una chica y el ritmo lo agarra en 2 toques. Logra súper rápido.
 ¿Con los chicos me cuesta un poco mas trabajarlo, verdad? Por ejemplo, tienen a correr, este lo hace más rápido como para terminarlo como ya gané, digamos, hay como un poco de competitividad qlae, las chicas suelen hacer el bien y de una vez lo hacen bien, entonces lo que hacen ellas es que pues yo les enseñó un ritmo por mantequilla, mantequilla, mantequilla, llegan lo, interiorizan, lo dicen y lo hacen bien.
 ¿Menos 1 asunto de que me haya querido competir, no nada más, ellos saben que lo que lo que lo hacen bien por hacerlo bien, verdad?
 ¿Entonces los chicos no es como que corren, son un poquito más como a tropiezos, verdad? Ahí van por ahí van.
 ¿Eso es bueno, ya va a llegar un momento en que se nivelan, verdad? Iban juntos, pero a tempranas edades y se nota un poquito que que las chicas aprende un poquito más, más más rápido que los chicos.
 ¿Eso no, no, no sin sin sin dañar verdad que me da sienten un hijo, no tenemos súper bien esos indiferentemente también hay problemitas que a veces pasan cognitivos que tal vez tenga un problema de desarrollo psicológico, cognitivo, verdad? Entonces eso es diferente.
 ¿Ok alguna preguntita hasta el momento? Súper bien súper bien Ana.
 Ok vamos a ver si si repasamos tal vez un poquito porque al final les tenía ello. Bueno, no. Al final dice que les quería contar sobre una técnica muy bonita.
 ¿Que se llamaba sofo no?
 No sé si ustedes alguna vez.

¿A mí sí, sí, sí, sí, sí, mi mamá me puso agarrar un vaso plástico, le hace un huequito, verdad? En el paso de plástico vamos a ver si tengo un vaso.

Con el perdita.

Sí, sí, con la cuerda, entonces agarrar un vasito bueno, pues este es bueno. Este video le hace un huequito, la marca, una cuerditita y al otro lado hacen, repiten lo mismo, entonces tienen una cuerda, ojalá como 1 m metro y medio.

Con los vasitos plásticos, ojalá reutilizables, no es necesariamente tiene que comprar verdad o que se les plástiquillo de.

De los blanquitos.

¿Cuando hablan las vibraciones van a viajar por la cuerda y le va a llegar al otro lado del vaso, verdad? Te lo puedes escuchar y hablar y escuchar.

¿Eso es, no sé siento que que eso le va a ayudar muchísimo, muchísimo, muchísimo, eh? Hasta la parte cuando resuelvan conflictos que mira qué pasó, tal vez no se Jason le pegó a.

¿A María o José o María les abro el pelo gei son unas cositas y entonces ya la niña le comentó a ustedes llegar a la casa, mira qué pasó? No sé qué.

Agarren el vasito.

Y empiezan a hablar.

¿Entonces les preguntan, cómo se sintió, cree que estuvo bien lo que hizo, verdad?

¿Obviamente no sea escuchar claramente lo que dice, pero con solo ya tener un un objeto que medie entre entre ustedes de figura de autoridad con ellos que son, tal vez quisieron algo, verdad?

Ya solo con eso va a facilitar muchísimo muchísimo las cosas, entonces el vaso fue no ese no sé, pues creo que es una técnica muy bonita de utilizar. Además se pueden divertir un montón, porque si es creo que se hacen el el cable más largo se puede seguir escuchando siempre y cuando no toque a

alguna superficie porque va a tocar una superficie y se iba esas vibraciones. Se va a pasar a la superficie y no al vaso, entonces sí es una técnica muy bonita que pueden seguir este utilizar.

Vamos a ver si tengo.

Ok voy a pegarles esto, esto es una página que se llama bebé y mas no me pagan pero pero es una página super Chiva de cual tiene como 15 actividades que son muy bonitas que ustedes pueden desarrollar lo voy a pegar en el.

Acá en el chat.

Igual si quieren se los voy a copiar y los mando por el whatsapp también para que lo tengan por ahí.

Ok, entonces vamos a ver.

Y una vez para pasarles esto.

Postales del sonido blanco.

Por acá.

Que tenía y a lo de las canciones en.

Con instrumentos.

Son Tito.

Okey y se los pago por acá.

Ahora sí.

Entremos, ya hablamos un poquito más o menos de las fases de los chicos. ¿Cómo estimularlos con instrumentos, verdad?

¿Como ser actividades que ellos les les les les parezcan más divertidas? OO, tal vez ustedes también les ayudó mucho con la festividad, con ese vínculo que tiene que fortalecer.

¿Pero es importante ya tocar un poquito al respecto de la música cuando hablamos Ian edades?

¿Más maduras, eh? ¿Por ejemplo, ya después de los 6 7 años ya se escucha la música que más o menos les va gustando, verdad? ¿OA veces la música que que el colectivo, pero no sé si les hizo daño, no porque el colectivo les gusta, entonces ya ya sean por esos gustos, verdad?

Bueno.

Okey y pasa una cosita.

Antes de esas edades podemos intervenir tal vez en una manera muy positiva, mostrándoles todo tipo de música, pero todo tipo de música, todo desde bachata hasta nose, música experimental y de percusión, hasta sonidos, por ejemplo, que sean que vayan de la mano con con flautas, violines de música muy, muy básica, como lo que es hacer maraquitas OO ritmos pequeños.

¿Hasta poner orquestaciones grandes, verdad? Cosas así es importante que ustedes siempre muestren es.

¿Siempre lo faciliten perdón ese desarrollo de los chicos con respecto al sonido, entonces que siempre que escuchen cualquier tipo de música, porque cuando ellos lleguen a otras edades IA pueden empezar a discernir qué música les gusta la música? ¿No porque sí, porque no, verdad?

Pero la música cuando la manejamos de una manera terapéutica, siempre buscamos un enfoque muy positivo.

¿Buscar sonidos que ellos les guste buscar e instrumentos que que les guste ya después de los 4 años pueden aprender un instrumento muy bien, pueden aprender a tocar piano, le recomiendo piano, les recomiendo los instrumentos de percusión que son más de tacto, verdad? Como la pandereta, los los, los huevitos, las maracas, instrumentos que además no conllevan como que un gasto que.

¿No es lo importante, verdad? Pero les ayuda un montón a al desarrollo con las canciones, las canciones ya, pero con la con la creatividad y las emociones.

¿Qué pasa? ¿Una cosita muchas veces también, eh? Le queremos decir, bueno, le compré a mi edad, le compré un piano, le compre una neta porque no toca.

¿Y el chiquito de los 5 o 6 años? No no, que porque no todo entonces ya hay como una obligación.

Si el acercamiento será de pequeñitos y se les pone un instrumento ya tal vez ellos sólo van

a llegar y se van a sentar, van a entender lo iban a tocar.

¿Verdad? Entonces por ahí empieza a generar un interés de parte de ellos, de ellos mismos. Que quería cerrar. Bueno, no sé si tengo una preguntita ahorita de algo.

No todo bien pero yo Ah, bueno, no sé. Natalia va a preguntar algo.

Preguntas preguntas, **ok, yo yo quería preguntarle en el caso de mi hijo de 5 años y 8 meses, a mí me llama la atención porque a él le gusta.**

El rock, De hecho, hoy he estado oyendo una emisora y puso una canción de ACDC, llega y me dice me encanta el rock, mama, yo no, yo no soy como.

Yo no soy mucho de rock, verdad, He hecho yo generalmente no escucho esa música, eso fue una canción que ella y la pasaron, pero quería preguntarle en la edad de él verdad, ese tipo de música que para mí es fuerte, verdad que que podría yo ponerle dígame que sea rock, pero que sea conveniente para la de la ahí le gusta eso, no sé qué tipo de música o qué o qué grupo que podría ponerle a él.

Uff bueno eh rock a los 5 años y que tiene 5 años y.

5 años, 8 meses y me encanta.

Esto sí, transición.

Está en transición.

Ajá bueno chiquillos míos desde que tiene cuatro añitos que entran a cumplir 5 inmaterial, no les les les enseño rock y les enseño rock aparte que es un ritmo básico porque es un ritmo que se marca en 41234 por el pollito en la guitarra. Entonces, por ejemplo rock.

Ok las canciones que yo le mande cristalin que tienen rock, pero es un poquito más suave. ¿No creo que les llamó mucho la atención así, entonces eh? ¿Siempre buscaron, por ejemplo, música rock de los 80 de los de los de los setentas ochentas

noventas, verdad que es un rodillo más baladas rock, más bonito ahí sí, es una banda que tiene rock bonito, verdad? Buscar the police Sting, vamos a ver qué puede ponerles. Les ayude a bueno.

Led Zeppelin, Pink Floyd no sé, perhaps es un rodillo bueno, pero ya no tanto, pero a veces tienen la letra es un poquito más. Más complicadas, pero son rojillo. La idea es esto, entonces cuando manejamos igual el ritmo.

El volumen, entonces él ahí sí, ahí sí es muy importante, porque si le ponemos volumen muy alto, aparte que bueno puede sufrir daños en el oído.

¿A veces uno dice, no es tanto, pero sí realmente sí afecta un montón los los los, los audífonos o escuchar música fuerte, no sé eh? 3 horas al día, por ejemplo, dar un ejemplo, aunque aunque sean este intercaladas, verdad, llega a afectar al oído del niño que tanto que ya después en adolescentes ha perdido un 10% del oído, entonces el volumen manejar el volumen esté nadamas mediano que si se escuchan rock.

Que les guste, mas que puede bailar porque menos que si le gusta el rock que tiene mucha energía.

Le encanta vieras cómo se pone a bailar
Y yo espero que le paso y me dice es que esto lo que a mí me gusta mamá fue lo que me dijo, pero estaba inspirado y con ese sí.

Mira.

No sé si.

El encantadoras.

Como le gusta el agua y thunell les encanta, no sé porque les encanta esta canción y nada más bajar el volumen y ojalá que que que que también están ahí y hacerlo no sé qué intente. Una coreografía sirveste una coreografía y baile con el rock.

Verdad y ya después vuelvo a manejando la parte de coordinación, entonces este que Levante una mano que la otra que mueve el

pie que brinque, entonces viendo iba a estar trabajando esa área motora mientras escuchas la música que le gusta.

Perfecto muchísimas gracias.

Mucho gusto.

¿Alguna alguien más?

Yo quería preguntar, digamos, a veces yo sé, mi hijo tiene 4 años recién cumplidos y yo quisiera como que el.

¿Obviamente tomará interés por parte de él si es que le nace como algún instrumento, pero yo sé que está digamos, como que cuesta obviamente saber cómo cual le puede gustar o cual le podría interesar más y además de obviamente su atención es de platitos, verdad? ¿Como todo niño, entonces, cómo cuál podría ser como una buena herramienta manera cómoda y lo metiendo ahí? ¿O cómo tal vez sea más fácil para ellos de de ir conociendo más?

Diferentes instrumentos o el cual tal vez él va notando como más interés así.

¿Bueno, es importante desde pequeñitos, a veces éste se les impone un instrumento y pasa, por ejemplo, en la escuela rusa de cddn nacional y también chiquillos de 6 años y tocan prokófiev, tocan conciertos enteros en piano, verdad? Pero llega un momento que chiquito es harto y ya es buenísimo, pero no, él no quiere eso, entonces.

A edades tempranas hay hay unos instrumentos que se llaman golf, son caros. Entonces son carillos.

Nos ayuda un montón porque son instrumentos de percusión, pero podemos jugar con esto, entonces son instrumentos de percusión.

¿Que tengan un palito, una cajita, verdad de madres que pueden golpear? Se parece. Este semestre se semeja perdón, mucho un instrumento orf.

Verdad, no va a ser la misma calidad pero pero, pero el fin va a ser el que sí mismo y les va a empezar a gustar. Entonces puedes

seguir viendo que que te digo, shaqiri nos hace verdad.

Con el tal vez videos de gente tocando este instrumento es una guitarra, un piano que. Tengo un teclado y a él le gusta.

Teclado.

Ah ok entonces, por ejemplo, teclado, entonces usted no sé si toca, toca teclado.

¿Velasco se juega con las teclas, son ustedes, pueden jugar y entonces este va a pasar y que va a ver entonces ya ya ya ya estar viendo eso, verdad? Dice, bueno, me gusta tal vez el teclado, el teclado es un instrumento muy bonito, porque nada más es deprimente quieta y ya suena, no es como la flauta, bueno que que la flauta.

Flauta tiene y le gusta mucho.

Ver.

Ah ok ok ok.

Es bonito, a veces la sopla y sopla y sopla, y si no hacen notas pero soplan soplan.

¿En qué momento se la di?

En esos casos, eso es un tip ve la boquilla de la flauta.

Ajá en esos casos es bueno meter un pedacito papel.

En medio de la boquilla.

Que buena esta.

Ok pero bueno, él recomiendo el teclado instrumentos de percusión porque son instrumentos que tenemos. ¿Vos tocas una nota ya el teclado ya ya ya lo son o no es como la guitarra que tenías que poner el dedito, tocarte con la cuerda, las flautas oponen los deditos, verdad? Violín no lo recomiendo porque el violín no tiene ni trastes, igual hay que poner el delito de la cuerda, agarrar el el el, el el.

¿El ahí se me fue el arco, de tal forma es, digamos, es un instrumento ya para cumplirlos avanzado entonces? Tal vez sí. Tal vez como una guitarrita ukelele o una guitarrita que que que sea como pequeña.

¿Por si acaso quien también guitarra, pero ya estoy como despuesito de los de los 5, verdad? Pero que qué como que se vaya acercando, la idea es que sea un acercamiento y no una imposición, porque si se pone, entonces ya hice lleva a costar un poco más que el chico le guste o la chica del instrumento.

Perfecto. Muchas gracias.

No con mucho gusto.

A eso tal vez y tal vez mi pregunta más o menos ligada eso que.

Por ejemplo, Felipe, que es el mayor, este va a cumplir en agosto los 4 años.

¿Y tal vez de por influencia del tío, es que el tío vive en España, pero cómo?

De toda la vida de los a los 4 años lo ha visto, ha venido aquí a Costa Rica como 2 o 3 veces.

Entonces, durante ese tiempo el arma, la batería de él y él se depende de que el AVE se desarma.

Y él, De hecho, le le en Navidad la tierra regaló una una batería pequeña, entonces.

Io le pongo música y le digo que siga el ritmo y que según él está tocando batería.

¿Pero yo no sé qué tanto eso como que a que edad más bien, a qué edad podría yo digamos meterlo ya a que él realmente estudié?

¿La música, verdad?

En la notas musicales, el ritmo sea yo yo estuve en el en el.

En la Sinfónica y estudié música, una parte de mi vida.

Pequeña ya no lo estoy, pero trato de ayudarle trato de de enseñarle las notas, pero ya siento que es demasiado profundo para esa de él. No sé si me estoy equivocando o aprovechar.

Que él quiere.

Que sea el bekasi que 2 horas de video de niños tocando batería y lo ama.

Y después él va y se sienta arma la batería del de de de mentira, o sea de de.

Es no es una batería de profesionales, una batería de esas que uno compra.

Si tienen un medio, tiene tamborcito el jardín. Bonito, pero él usted lo ve y le ponen los 2 las 2 manitas bien con los bolillos YY él no quiere a los bolsillos de plástico en los bolsillos de verdad y el uso de verdad ya tienes pegada a la batería.

¿No sé qué están aquí, punto díganos meterlos ya a clases de algo, verdad?

Bueno tiene edad para entrar a clases yo lo que yo recomiendo una cosita y bueno yo trabajaba en el cine ajá trabajé 4 años y dando los cursos de iniciación musical y todo esto. Era complicado enseñarle a este solfeo los chiquillos desde pequeños porque les aburría.

Sí.

Entonces siempre decía, Ah, pero.

En parte como yo también ya ves feo y todo en en en.

Apreciación musical y todo trató de enseñarle el que me siga que me siga el ritmo que me siga.

Veo que si le si le gusta, pero como como dicen a ti season 155 minutos y me voy.

Así, la atención es super cortana, esto.

Sea, lo que me importa es sentarme en la materia y darle hasta lo que sea. ¿Entonces no, no le interesa, digamos esa parte como de aprender, qué es lo que está haciendo? A eso lo pongo por aparte con la canción que está tocando la batería y le digo, oiga el ritmo y se la hago con las con Las Palmas, pero.

Ya después no le interesa.

¿Si es que soy bueno, es esa parte enseñarle el ritmo con Las Palmas, verdad?

Es bonito también ponerlos como que la veo con los pies.

Que, que también bastante con los pies.

¿Pero bueno, cuando se llamó se solfeo? Sí, yo yo yo voy a temprana edad. Es lo que recomiendo es enseñar el instrumento de una vez a que toquen.

Si enseñamos la parte teórica, se van a aburrir y se han aburrido un poquillo, la verdad.

Bueno, bastante. ¿Hasta puede ser un mundo que que llega un momento que no les guste y no quieran porque ya esa parte no les gustó y le generó degenerado como algo negativo, verdad?

Entonces se va aburrir, es viendo las notas el valor.

O pueden ver lo diferente cuando yo trabajo con los chiquillos de transición, les pongo, por ejemplo, el.

Bueno, voy a hacerlo rápidamente. No, no les ya no escrito mucho tiempo para seguir con esto. Compartir, compartir.

Ah, pero tú querida esto.

Vamos a ver entre estaba fallando más bien antes a los súper bien.

Entonces no voy a buscar aquí.

¿Ok, yo creo que ustedes están viendo en la pantalla paint, verdad?

¿Sí, sí, entonces, bueno, yo les busco, por ejemplo, chiquillos, qué color quieres?

Entonces ya me dicen que queremos, es que creo que en la estrella una estrella amarilla, entonces les hago una estrella amarilla, entonces, por ejemplo otros que quedó un un círculo azul, un círculo azul, no sé una cosa así, entonces ok, no vamos a ver figuras negras ni blancas, ni eso porque todavía, pero estamos viendo figuras.

Y figuras que ellos mismos se escogió el color y que ellos mismos escogieron la forma. Entonces yo le digo que hay chiquillos, haga una cosita.

La estrella amarilla.

Va a simbolizar.

Una Palma.

El círculo va a simbolizar.

No sé por qué no podemos decir.

Un bueno, es que si todavía silencio nos íbamos a empezar, sería bueno como el círculo a simbolizar un salto que brinquen. Verdad, voy contento con los audífonos.

¿Tenemos este ritmo super facil, están viendo, creo que una estrella, un círculo azul y una y otra estrella, verdad? Entonces, dice okey, entonces la estrella amarilla, una Palma.

El círculo que salte.

La estrella otra amarilla atrapalo.

¿Ok, entonces si este puede leer los textos ya llevan a leer entonces estrella amarilla?

5 estrella amarilla.

Y lo van a ser súper rápido, podemos esos 5 minutos que las súper rápido, luego pueden avanzar y poner, no sé.

Este cambio en el ritmo.

¿Entonces, por ejemplo, esto, entonces ellos ya vas a ver, vas a saltar?

¿Soy alma, alma, verdad van a hacer una cosita? ¿No va a ser aquello, van a saltar para saltar, verdad? Va a hacer esto.

¿Por qué no va a seguir el pulso? Pero bueno que le pongamos del este con el pulso.

Este aprendiendo, entonces ahí vamos a estar nosotros ayudándoles aplaudiendo para que lleven el pulso. ¿Tease las figuras, entonces, qué pasa que vamos a estar viendo?

¿Es sonidos como ritmos, como solfeo posición leyendo música, verdad? Porque al fin y al cabo que está haciendo negras.

Y.

Indiferentemente de mostrarle la música como es.

Y como un juegos exelente, acercamiento, pero si yo si recomiendo que empiecen con el instrumento tal como es que ojalá que toquen canciones que no se metan en la parte teórica de de okey vamos ta ta ta ta ta bueno, entonces para que tienes es bueno que practiquen pero que que no se metan, no se metan mucho con la parte de.

Vamos a ver si Cristo, ya que no se meta con la parte de solfeo porque se va a abrir Salvador y la templanza de su casa pueden verlo.

A partir de los 8. Una cosa así vean que nosotros cuando aprendemos a leer, tampoco

es que aprendemos a leer desde los cuatro.

¿Bueno, ahí ahí, ahí, ahí es secciones, verdad? Pero pero si eso es importante, mejor que empieze a edades un poquito más tarde esa leer, pero que hagan otras cositas como este ejemplo de los de los de los materiales pueden usar hasta hasta figuras, por ejemplo, bueno es que tiene una colección dinosaurios. Este dinosaurio, entonces este dinosaurio va a representar una Palma, entonces lo pone y pone otro dinosaurio. ¿Si no hablas en brinco y entonces qué? ¿Y que él mismo puede armar esos tipos de ritmos, verdad? ¿Y el después lo va a hacer y ojalá que diga, cómo mira mamita con usted para usted entonces que también los haga?

Eso es buenísimo.

¿De acuerdo?

Sí, entonces sí, sí, te respondí.

Sí, claro, claro que no hay por ahí, por ahí voy a empezar, bueno, estamos en eso.

Deja lo que quiera que siga con una canción y bueno, vamos a sacar en no sé alguna canción only rock 4/4 uno o una batería más sencilla que sea caja bombo, caja bombo, una casa así ya vas teniendo un ritmo verdad que él escucha la canción y que se sienta como un chico. ¿Estoy tocando, verdad? Porque lo primero que todo esté gáneles la motivación a eso de de de cuando empecé con un instrumento.

¿Es una recomendación, yo creo que la batería, si la teoría la batería del teclado son como los instrumentos que que yo recomendaría cierto cierto, cierto?

Y, sobre todo presión y todo momentos.

De desahogo.

También también.

Totalmente.

Sí es muy bueno.

Y como a ellos les gusta eso, como decir los chiquitos son como mas no bruscos en el mal, en el mal sentido verdad, sino como que les gusta más la fuerza.

Y a naturalmente es como que trae esa energía más comodidad.

A mí.

Me parece una chica así, teclado una cosa así, pero sí.

Moses y que sé que les pareció. ¿Sí, sí, de alguna preguntita con un tema aparte o les gustó el tallercito?

Para ir finalizando porque creo que dan 40 minutos, pero no estoy robando un montón. Super Chivas mejor que estábamos todos, muchas gracias, más bien yo entré tarde.

Disculpe ahí.

Novela.

No se preocupe.

A poco tu voz, no yo le agradezco mucho, estuvo muy, muy interesante. ¿Realmente verdad?

Muchas gracias. Muchas gracias ya.

Yo no sé si sería como si esta fuera de lugar mi pregunta, pero bueno, si no no se preocupen, pero digamos yo el próximo año mi hijo ya tiene que empezar el preescolar y parte de la búsqueda y del lugar donde quiero meter los tienen que sea, influye mucho. Es como esa estimulación musical, o sea yo quisiera como que.

¿Fuera bastante importante como para su desarrollo YY en muchas escuelas es nulo, verdad? O apenas supera así como la el enfoque quedan musicalmente, entonces no sé si si vos sabés hoola chicas como cuáles opciones o.

No sé cómo ya eso tal vez sea mas también como de parte de uno, como hacerlo en la casa, no necesariamente en la escuela, pero sí me gustaría como que.

Que él pudiera detener como esa influencia más cercana.

No sé si llamar a responder.

Claro que sí.

Bueno.

O.

Sé que que venía preescolares muy, muy, muy poco en la parte de música que dan.

Verdad de trabajo de las maestras en sí da música tienen expresión corporal, expresión artística, creo que se llama la la lalala quedan. Sí dan.

Pero no es como tener el profe música de verdad, por ejemplo, yo ahorita estoy dándole este 3 elecciones de 40 minutos a cada grupo, verdad virtual y presencial ahí, pues ahí estamos.

En el kinder.

¿Pero son muy pocos los kinder que tienen io trabajo con la metodología montessori Ana, por eso tal vez esto de construir, decidir explorando cada instrumento, verdad?

Y las bueno, no sé si será contado trabajo, perdón, no conteste nada el primer quinteto Costa Rica el la escuela jardín de niños escuela nace este ya se me fue el hambre.

Eso, jardín de niños, escuela maternal monte soriana, la que se ubica en el en la en la escuela metálica.

En el parque morazán, en barrio El Carmen, en San José. Y bueno, ahí tenemos música, sé que la altura bien también da música en San José, pero desconozco en otros lugares así, desconozco totalmente.

Similares creo que les iba a comentar un poco bueno en cuanto a kinder públicos, como mencionaba Jon, sí bueno, De hecho nosotros conocimos a John ahí en en la escuela maternal monte soriana, en nuestro proyecto de bachi.

Lo conocimos ahí, bueno, pues aquí está ayudándonos un poco también y sabemos que ahí se va, pero realmente en las publicas es muy poco, porque los códigos de música se han cerrado para preescolar.

Entonces son muy pocas las que tienen, como es las elecciones en cuanto a quindes privados.

¿Igual creo que es como de preguntar porque no todos los kínderes da música, digamos

algunos enfocan mas, como en las áreas de robótica, de Ciencias, de tecnologías y no tanto en la parte artística como mencionaba yo, entonces creo que es más como una búsqueda de de familia, verdad? De tal vez como pedir nada más o cuando uno va, digamos pedir cita en algun kinder que quieres conocer a los demás, ellos tienen que darte como el programa como bueno, aquí se da.

No sé, por lo general la estimulación temprana, música y actividades con con las profesoras que van a ser este enfocadas en parte sensoriales en parte de motoras en partes cognitivas y este emocionales, por ejemplo, o tal vez van a tener un programa de robótica, matemáticas y tecnologías, o sea, son como muy marcados. Entonces creo que eso es más como una búsqueda de.

¿De de acuerdo al kinder? Sí sé que hay kínderes enfocados en la parte artística. Pero desconozco con nombre exacto cuáles son, entonces sí es como más esa búsqueda, pero De hecho, bueno, tenés podés pedir el plan y que ellos te digan que quedan, por ejemplo, en un kinder donde yo trabajaba olmos.

Sé que hay dan música, entonces digamos todas las semanas, desde bebés hasta los 6 años que ellos atienden.

Reciben una vez a la semana una lección de música de 30 minutos.

¿Sí, De hecho, estaba haciendo eso como que viendo los programas de digamos el castela me gusta mucho, pero ahí es como a partir de la escuela, verdad? ¿No tienen cómo, pero la vuela y colegios y igual este igual bueno, como comentaba yo en las públicas se manejan cuatro ambientes, hay un ambiente que es artístico, entonces depende mucho de cómo trabaja la profesora porque puede enfocarse en la parte artística solo algo, eh? Pintar este.

¿Bailar o puede enfocarse lo más? Ah, bueno, sí, vamos a aprender este todo eso que nos enseña Jon, porque tal vez no hay un profe de música.

¿Entonces creo que sí puedes, como tal vez averiguarte más concreto en los kinder? Sí, porque va a depender mucho. También como dijo John del profesor y así no la profesora a bueno, muchas gracias.

Bueno yo les agradezco muchísimo.

Voy a hacer el pastel Ana Catalina gracias por conectarse. ¿Espero haber superado muchas de las necesidades que tenía algunas preguntitas y cositas así, con todo el gusto del mundo, verdad? Y no puedes decirles mi mayor bendición a todos queque y todas las que les vaya muy bien y no esta búsqueda también de kinder es el este con los chicos y siempre paciencia.

¿Y de verdad no dejarse vencer, por qué hay? Me siento cansada, muy cansada energía, porque ellos están esperando, verdad para. Para compartir con ustedes y pues desarrollar esa ese lado positivo con las familias.

Bueno, muchísimas gracias a Dios para que bueno muchas gracias Chao gracias a usted esté nadamas a las familias, a las chicas aquí presentes, a lo mas nos regalan 1 segundo para y comentarles.

De una actividad.

Bueno, voy a ver si ya puedo compartir pantalla, yo creo que me tienes que hacer.

¿Hospedador otra vez?

Saber y es donde se hace.

En la parte baja, participantes y más.

Amor y.

Listo.

Creo.

Sí, gracias.

Ok.

Vamos a ver.

Voy a compartirlas por acá.

Y voy en pregunto.

La pantalla.

Me avisan cuando la ven porfa.
 Ya.
 Bueno, aprovechando este taller que nos dio yo.
 Acerca de la música que ya vimos que.
 Es sumamente importante para muchísimas cosas. Nosotros ahorita vamos a enfocar en la música a una parte de recreación y pues vínculo afectivo, que es lo que enfocamos nuestro proyecto entonces.
 Familia tiene la primera tarea.
 Éste se llama hora de talentos.
 Lo que vamos a hacer.
 Vamos a ver por acá.
 Lo que vamos a hacer.
 Es lo siguiente.
 Para ver la misma.
 Ok.
 Que es la hora talento.
 Primero vamos a hacer una actividad que es darles el espacio de que los chicos o chicas canten una canción.
 ¿La que ellos quieran, la que ellos elijan o pueden elegir la en familia, eh? Si hay alguna preferencia, lo pueden hacer.
 Ese va a ser como él. La actividad rompehielos, por así decirlo.
 En segundo lugar vamos a hacer.
 Bailar al ritmo de la música.
 Entonces michiyo, le vamos a facilitar a ustedes por medio de whatsapp 2 audios.
 En los que van a hacer el primero.
 Va a ser de esta música, es música clásica.
 Entonces va a venir como no vienen toda toda la canción como tal, sino como extractos de las canciones y que yo puedan bailar este no sé aplaudir, brincar y gritar lo que quiera hacer al ritmo de la música y.
 ¿Pues al lado de de la familia, verdad? Ya sea mamá, papá, tíos y a quienes quieran participar.
 Em con los chicos más pequeños, como por ejemplo con Elena, que tal vez no, pues no camina sola OO tiene un poco el movimiento

es un poco más dependientes, podemos como nosotros hacer los patrones. ¿No sé que aplaudirle, que mover los hombros, que mover las manos, verdad? Para ver si ella este.
 ¿Por repite los patrones o hacen sus propios movimientos, verdad? ¿Entonces con ella es como más, como una guía, por así decirlo, incluso bueno, ojalá lo hagan también Elena y Felipe al mismo tiempo, verdad? Porque incluso puede que Elena vaya a repetir lo que está haciendo felipinho lo que está haciendo mamá.
 ¿Verdad o le cause más gracias lo que hace Felipe, que lo que hace el papa, verdad?
 Sí.
 ¿Igual este con frases que Juan Pablo verdad que puede que Juan Pablo síganlo que hace Francisco, que Francisco vaya a seguir a Juan Pablo, verdad? Estén podemos esperar miles de respuestas de los chicos.
 Entonces, esta es la idea después de ese audio de música clásica, hicimos un audio que es de música costarricense.
 Entonces, por ahí va a estar un extracto de El torito, que es un folclor, un extracto de esa caeun de Marfil del cangrejo de jaque mate y de playa, montaña y sol verdad.
 Generalmente los chicos no escuchan estas.
 ¿Esta música verdad? Tal vez si con mamá y papá a veces que pone el radio que pone música o demás, entonces también vamos a ver cómo reaccionan ellos ante esta música.
 YY lo mismo bailar o que griten o que aplaudió que lo que a ellos les fluya para poder ver y este potencial, el desarrollo de la parte sicomotriz. Recordemos que la el desarrollo psicomotriz no es solo la parte motora, sino que influye sentimientos y parte cognitiva.
 Entonces.
 Luego de hacer estas actividades.
 ¿Vamos a conversar con ellos y decirles, bueno, cómo te sentiste? ¿Te sentís feliz, te

gustó o no te gustó o no te gustó la música? O incluso puede que la quiten y no y eso no música no me gusta. ¿Bueno, entonces lo decimos y qué música quieres escuchar o qué música te gustaría bailar? ¿Qué música te gustaría compartir con nosotros?

Igual.

Eh con Elena, pues obviamente no. ¿De momento no ha desarrollado su suave, pero si interactuar con ella, verdad? ¿Como preguntá te gusta esta música? Está feliz hacer los gestos y gesticular mucho esta interacción, esa interacción, perdón.

¿Y de cuarto y si tienen algún otro talento que quieran demostrar, pues adelante verdad? Ya sea tocar un instrumento o cantar bailar, eh, no sé cualquier talento, pues artístico en esta ocasión.

¿Lo pueden aprovechar en ese momento? Y como quinto punto, pues que se diviertan que es lo más importante.

No sé Mitch si quiere.

¿Agregar algo?

No lo mismo que es una oportunidad muy. Perdón, están construyendo por mi casa. Es una actividad muy.

Buena, muy divertida, que pueden aprovechar y no solamente ahorita que estamos mandando tarea la pueden hacer, sino en su vida diaria. Porque realmente la música es un es un gran, es una gran herramienta para.

Unirnos los unos a los otros, entonces consideró que esto puede ser una actividad, una tarea, por decirlo así que pueden realizar varios días o un día. Hoy es el viernes de bayle. Una cosa así.

Para poder.

Balzar eso que no sacaba sillón de todas estas herramientas que nos van a ayudar en un futuro para mate o, para nuestro desarrollo cognitivo.

Entonces realmente bien aprovechen y disfruten mucho esta esta tarea que les

estamos dando porque tiene muchos beneficios, no parece porque es algo este. Que no que no se ve, digamos sólo cantar, jugar, pero realmente tiene muchos beneficios si lo ponemos en práctica.

Ok y por último, puedes pedirles que cuando realicen estas actividades ojalá puedan tomar fotos o un video. ¿No es necesario que estén ahí, verdad? ¿Con el celular de no no eh, para un momento para tomarle una foto, verdad? ¿Pueden dejar grabando el celular y ponerlo ahí en un punto estratégico, verdad? ¿Porque lo importante ahorita es ese, esa interacción que van a tener con los chicos, entonces verdad? Un celular hay de por medio, no es lo más.

Ideal.

Pero este si pueden hacerlo, se los agradecería montones y los pueden compartir. ¿Sí, gustan, lo pueden compartir en el grupo de whatsapp, incluso ahí interactuar, verdad? ¿Como les fue que resultados tuvieron, cómo se sintieron ustedes y cómo se sintieron los chicos, verdad? Porque es una actividad que no sólo los chicos van a disfrutar, sin ustedes también lo van a hacer, esperamos que lo hagan, entonces pueden hacerlo en el grupo, si ustedes prefieren hacerlo.

De manera personal, pues lo pueden compartir de forma personal, ya sea Mich OA mí.

¿Y, pues no aprovechar también como dijo mi todo esto que nos comentó yo hoy estas actividades que qué van a hacer ahora?

Igualmente, nosotros les vamos a facilitar una pequeña, un pequeño formulario de 2 comentarios que nos puedan dejar sobre la actividad para también tener su sus experiencias verbales.

Y por proyectar las dentro del.

Del trabajo.

¿Y si no sé si alguna tiene alguna duda, comentario o consulta eso de los vídeos y todo eso para cuando lo necesitan, digamos o

no necesariamente hay como una, no hay como una fecha específica, pero lo ideal sería que este ojalá puedan hacer la actividad en esta semana verdad? Antes del sábado, porque ya el sábado vamos a tener otro taller y ya probablemente vayamos a tener otra actividad por ahí. Entonces para que ojalá no se les vaya acumulando y lo ideal, es que por lo menos se haga una actividad con los chicos una vez a la semana, porque ese espacio de recreación y de vínculo que queremos fortalecer en ustedes.

Perfecto si era para para acomodarme. No, no ustedes acomodan al tiempo que ustedes consideren más oportuno para realizarlo.

Nada mas que ojalá sí, sí, lo puedan hacer durante esta semana que viene.

¿Alguna otra duda? Consulta, comentario.

No todo súper claro, igual de bien les voy a mandar igual este PDF y al grupo y los audios de los vamos a mandar al al grupo de whatsapp para que lo tengan ahí por cualquier duda, igual si si tienen alguna consulta que las surge después estamos ahí pendientes en el whatsapp.

Entonces listo, muchísimas gracias.

Gracias a ustedes y gracias a John por el taller. Sí, muchas gracias, muchas gracias, todo muy bonito me.

Gustó.

Muy interesante, gracias Chao.

Apéndice L

Transcripción Taller “Actividades de estimulación”, 22 de mayo del 2021

Cualquier cosa tengo.

Está ok este bueno, no sé empezar tranqui, vamos a empezar este bueno, voy a presentarles a Marcela. Ella es licenciada en terapia física y es que nos va a estar compartiendo el taller de hoy sobre actividades de estimulación temprana de los cero a los 6 años.

Bueno, muy Buenos días este muchas gracias por estar por acá e compartir el espacio. En este caso vamos a conversar un poquito sobre actividades que podemos realizar con los chicos, desde los cero hasta los la primera infancia que llamamos nosotros los 6 años, que es la primera infancia en donde la parte más importante les voy a ir compartiendo un poco las actividades que podemos ir realizando en estás en estas etapas.

¿Cualquier consulta que ustedes vayan teniendo conforme vamos presentando, la haciéndola la exposición y la presentación podemos ir interrumpiendo verdad? Porque acá la importante es que ustedes.

Di la tarea día a día de nosotros, los papás, después ingeniamos cómo hacer actividades a los chicos y a las chicas que nos puedan permitir, pues un desarrollo a futuro conforme vayan creciendo y cosas muy didácticas que desde casa podemos realizar, que incluso hasta los chicos ya o chicas pueden estar realizando. Si nosotros imaginarnos que es la importancia que en el desarrollo, tanto a nivel motriz a nivel de la motricidad fina en en la parte del lenguaje.

Todo esto viene a pelear, repercutir en ellos, verdad a futuro y que todo eso pues les va a ir dando a ellos, pues un mejor desarrollo fuera de donde vamos a poder colocar o vamos a poder este desarrollar un poco más sus habilidades y sus destrezas. No hay recetas como tal que se digan, bueno, hay que hacer esto para esto, no todos los chicos son diferentes, todos tienen sus habilidades y sus destrezas y nuestro objetivo, pues.

Es estimularlas lo que ya ellos como innato trae sin nosotros saber cómo poderlo trabajar. Entonces les voy a compartir la presentación. Voy a iniciar un poco desde el inicio. Voy a presentarles, no sé si por ahí ya pueden ver. No saben.

¿Si sigue ahí ya sabes?

¿Bueno, básicamente, verdad? La estimulación temprana desde los cero a los 6 años de edad. Nosotros le llamamos que es la primera infancia en donde pues hay una plasticidad cerebral en los niños. ¿Qué quiere decir esto que nosotros podemos?

Ir formándoles a ellos todas esas conexiones, esa intercomunicación entre las neuronas, entre los chicos, con diferentes actividades y cosas tan simples que no nos lo podemos imaginar.

Desde el vientre podemos decir que a los niños se pueden estimular y desde la parte prenatal en donde nosotros vamos creciendo poco a poco se pueden estimular. ¿Ellos escuchan todos los ruidos de afuera e inclusive la música es una de las partes muy importantes de estimulación que les va a crear a ellos, pues un vínculo entre lo que es la mamá y el bebé, verdad? Entonces, por medio de la estimulación.

De la musicoterapia es una de las formas que desde el vientre podemos estimular al al bebé e inclusive se dice que este cuando ya el bebé nace y tal vez le hemos puesto durante toda la fase del embarazo o una x canción sea clásica, lo que nos guste cuando el niño la escucha, el recién nacido a escuchar esta misma canción.

Ellos ya en su cerebro y en su konex.

¿Y un neuronal ya tienen esa esa identificación de la música, también de lo que se les está presentando, verdad? ¿En la edad perfecta para abrirle las puertas del mundo al niño, verdad? Está entre los cero a los 6 años. Son como una esponjita, decimos, nosotros ellos son super receptivos.

Todo lo que nosotros les enseñemos estimulemos, le coloquemos música, sonidos e idiomas, tienen la capacidad de aprendizaje. Es importante conocer en este caso.

Que la parte.

Voy a comenzar por acá un momentito de la pantalla.

¿Las que él, aparte de la estimulación, se van a ir estimulando los 2 hemisferios, nosotros tenemos 2 hemisferios en hemisferio derecho y una en hemisferio izquierdo dentro de lo que se llama cuál va a ser nuestra dominancia si es derecha o izquierda? Así es como los hemisferios estimulan, hay algunos que son para el lenguaje, otros que son para.

La parte de matemáticas, aprendizaje, entonces, así es como El Mundo se les va a ir abriendo a ellos. La estimulación en el bebé de los cero a los 12 meses de edad tomé estaba como desde los cero a los 12 meses, porque es la primera parte en donde nosotros podemos aprender que hacer que es lo que le hacemos a los niños, nosotros cuando hacemos estimulación, por ejemplo cosas como colocarle medias con diferentes sonidos, esto va a hacer que los niños sepan que hay algo más allá.

De cuando tocan de cuando se mueven, que eso existe, que eso se llaman piernitas, que es que esas son las manos, esos son los dedos. Se va a hacer una estimulación en diferentes áreas como por ejemplo el área sensorial, el área motriz, la cognitiva, el lenguaje e incluso la socioafectiva. Dentro de los cero a los 12 meses o en los primeros de los cero a los 3 meses, uno le puede hacer a los bebés todo lo que son masajes a nivel orofacial, por ejemplo.

Para ir estimulando la succión, en este caso en los niños y cuando empiezan con la parte de lo que es ya a partir de los 6 meses que empiezan a comer papillas, las texturas les sea más fácil porque a nivel sensitivo estamos trabajando toda el área orofacial y en la parte

de la orofacial estamos hablando que todos los músculos de la cara de la boca alrededor son los que vamos a estimular con diferentes masajes, en este caso para poder preparar.

La deglución cuando llegan a los 6 meses.

De los cero años pues ahí lo que nosotros trabajamos mucho es ir trabajando, si no sé si han visto que cuando los bebés nacen siempre tienen las manitas cerradas en esta postura y esa postura uno tiene que ir les abriendo los deditos, las manitas sigue haciendo masajes en La Palma de la mano para que todas esas conexiones cerebrales empiezan a funcionar a transmitir diferentes señales en donde ellos van a descubrir que sus manitas se abre y se cierra que sus dedos se mueven.

Inclusive por medio del masaje, también es una de las partes muy importantes que es ese chinito es chinerito que todas las mamás les hemos dado a los bebés.

Tiene un objetivo, ver a ese instinto de mamá, pues lo traemos todos y ya sin saber que estamos estimulando consola el hecho cuando pasamos una esponjita, un pañito para bañar al bebé para poner frutales su cabecita, lavarle sus piecitos, las bracitos. Todo eso es para estimular cada parte del cuerpo del bebé y es sumamente importante porque cuando el bebé nace el bebé.

¿Necesita esa conexión entre mamá?

Bebé mamá, papá, para que para poder hacer el vínculo afectivo que generalmente y pues ellos están en su burbuja cuando están adentro y cuando salen, tienen que empezar a sobrevivir por ellos mismos. ¿De qué es lo que pasa, qué es lo que viene? Porque estoy llorando como comunicó, que es lo que necesito, entonces básicamente por medio de la estimulación temprana que nosotros realicemos a ver al bebé, vamos a estimular todas estas partes. Eva sensorial, bueno.

Por medio del baño, nosotros podemos con las esponjitas vamos hacia abajo, nosotros hacemos una veces, inclusive uno, a veces

empieza a hacerle al bebé hacia arriba y eso es para estimular al bebé cuando hacemos hacia abajo de la cabeza hacia abajo, eso el relajamiento, entonces existen 2 fases, 2 conceptos importantes que deben de aprender tanto para beber como para chicos grandes. ¿Cuándo tenemos chicos que decimos que están cansados, que están muy activos, cómo hacemos para relajar a un chico?

En toda una chica. ¿Entonces, qué es lo que hacemos? Hacemos diferentes masajes si hacemos el masaje de arriba hacia abajo, estamos relajando. ¿Si hacemos un masaje de abajo hacia arriba, estamos estimulando esa parte, entonces en el bebé nosotros cuando colocamos hacia en boca abajo al bebé, que son estas posturas que podemos ver por acá, por ejemplo, qué es lo que podemos hacer como una estimulación para cómo hacemos un masaje? ¿Qué es lo que vamos a hacer? Bueno.

Al inicio de los cero a los 12 meses de edad empezamos a trabajar diferentes posturas.

Trabajamos un poco en la estimulación para poder despertar todos esas sensaciones y esos. Sensaciones que ellos tienen de mira. Me están tocando los pies que siento y me los están moviendo. A mí me están haciendo flexión y extensión de piernas. Me están haciendo hacia arriba. Esta postura del chico de rayitas de blusas rayitas, ahí lo que estamos haciendo es fortaleciendo.

La parte de que viene más hacia adelante, donde él va a poderse dar vueltas y al lado hacia arriba hacia abajo, porque lo que estamos estamos fortaleciendo la parte abdominal.

Y la parte lumbar, la parte de la espalda con el masaje, por ejemplo, como les comentaba, entonces si tenemos a bebé boca abajo, íbamos a relajarlo, entonces hacia abajo vamos a empezar a hacer diferentes movimientos hacia abajo. ¿Podemos colocar crema, podemos colocar los iones siempre y

cuando, verdad? Tomando en cuenta que no sean alérgicos a ningún producto, generalmente se recomienda a los aceites el aceite que es como de la banda.

Que vienen para el bebé, entonces uno puede darle técnicas de terapia. En este caso masaje podemos trabajar. Contextura en las texturas son súper importantes desde los primeros meses de edad, porque es cuando el bebé empieza a tener más conexiones neuronales y eso significa que él va a empezar a descubrir que hay un mundo más allá de este de que puede tocar, puede sentir, puedes lo que todo lo que son sensaciones. Además de eso, pues empezamos a tener fortalecimiento de brazos. Piernas para las etapas que vienen, por ejemplo, que es el gateo cuando caminan cuando se vuelven boca abajo o boca arriba. Las posturas importante de verdad este no solamente tener a bebé acostado boca arriba sin oponerle de medio lado que él descubra que puede hacer por él mismo boca abajo. Bueno, lo podemos colocar y empezamos a hacer sobre la espalda, podemos hacer un tipo de tapín que llamábamos, que son los 2 deditos hacia arriba.

Para que el Levante la cabeza. No sé si recuerdan cuando di el bebé está recién nacido, puede generalmente no tiene fuerza en la cabeza hasta que ya después de los 3 meses va tomando una firmeza más, va a tener un control de su cabeza y cuando lo colocamos boca abajo es cuando el bebé y le vamos dando un tapping hacia arriba, estimulando toda la zona lumbar para que él pueda empezar a descubrir que con la cabeza hacia arriba va a poder ver objetos que puede volver a ver hacia la derecha y la izquierda y de ahí podamos colocar diferentes cosas. ¿Entonces, cómo se trabajan en este tipo de actividades? Se coloca.

Están los niños en diferentes posturas de acuerdo a los meses de edad que tengamos después de los 3 meses ya podemos empezar

con diferentes posturas en los de hacer siempre hacer una rutina diaria, de ejercicios, de extendería flexionarlo, que son las piernas, los brazos para poder ir, que ellos tomen un control más verdad. ¿Sepan descubrir que existen esos movimientos en ellos, verdad? Porque a veces pues lo dejamos en una sola postura.

Y ellos pierden la perspectiva de que pueden volver a ver hacia la derecha hasta la izquierda que pueden ver hacia arriba, que pueden ver hacia abajo, que pueden llegar a un objeto por sí mismos.

Eso es lo que nosotros pues.

Estimulamos desde los desde que nace hasta que hasta los 6 años, básicamente que es la primera infancia con diferentes formas de texturas, masajes, fortalecimiento, movimientos, por ejemplo de flexión, extensión de sus piernas de sus brazos, girarlos hacia el lado, dejarlos en una postura, por ejemplo, colocar un rollito en la espalda para que él sepa que puede dormir de medio lado del otro lado y siempre hacer esos cambios de postura.

Porque eso es parcialmente nivel cerebral, pues va a ir teniendo un sentido.

Conforme va avanzando las etapas en lo que es la primera parte de lo que es ser bebé.

¿Cuáles son los beneficios del masaje? Bueno, en este caso se va a hacer lo que fortalece un apego entre el vínculo. ¿Afectó efectivo mamá bebé, ayuda al bebé a relajarse, a liberar tensiones cuando sea el bebé, pues todo es diferente, verdad? Ya está acostumbrado a alimentarse por la mamá, pues ahora tiene que aprender a alimentarse por él mismo en la que la succión. Entonces trabajamos con masaje la parte orofacial para que para las opciones para prepararle toda la parte de alimentación posteriormente a los 6 meses.

Y por los, por ejemplo, acá podemos ver como nosotros, desde bebés, podemos

estimular todo lo que es el fortalecimiento de piernas en brazos les va a aliviar también un dolor en las posturas. Los niños, generalmente los bebés, pues se cansan de estar acostado de estar en un coche. Entonces por medio de diferentes posiciones, incluso masaje, nosotros vamos a aliviar la bebé dolor en las posturas, también a estimular todo lo que la circulación sanguínea va a fortalecer las toda la parte del sistema respiratorio.

Iba también aumentar el autoestima del bebé. Y no solamente cuando es bebé, porque si nosotros hacemos una rutina desde bebe esa rutina la vamos a seguir en un chico. Vea la foto tan linda que se ve en la parte superior, donde ya el bebé inició con sus masajes desde yya cuando es más grande se los van a pedir como como a la senos no lo van a pedir a nosotras como mamás ay mami un masajito claro porque ellos tienen en sus recuerdos que siempre se les ha chingado y entonces de esa forma es que nosotros vamos a enseñarles a ellos cómo canalizar también la energía.

Verdad, porque a veces nos dicen, ahí es que este chico es muy, es muy activo.

Bueno, esa es la parte de la actividad, es lo que nosotros podemos trabajar con muchas técnicas como lo que son el masaje, lo que la música, todo eso, ellos siempre lo van a tener en su inconsciente desde la estimulación que se haya dado, no más, no importa que no se dio en el vientre, porque algo muy importante que a mí siempre me gusta compartirlas es que el niño tiene una capacidad de plasticidad cerebral.

Tan increíble que ellos son totalmente moldeables, todas las conductas son moldeables.

En lo que llamamos nosotros en la primera infancia de los cero a los 6 años, no sé si hasta aquí hay alguna consulta alguna duda.

No todo bien perfecto, De hecho me estaba visualizando porque tengo 2 verdad, uno de

cuatro, uno que ya casi cumple los 4 años y la bebé de 9 meses.

¿Tiene cuánto nuevamente?

Tiene 9 meses.

9 meses, ok, entonces a esa edad en meses, cuando nosotros podemos hacer miles de cosas con verdad en posturas en.

Ahorita estamos practicando el levantarse.

¿Qué hace un rato?

El balanceo el.

Balanceo y a veces le digo que haga , entonces lo que hago es que la pongo encima de mis pies y le enseñó mi mamá está haciendo poquito y ella le encanta.

Ya gatea.

Ajá no hubiera costado. Me ha costado porque desde pequeña, cada vez que la ponía de espalda, espalda, se se me ponía a llorar y así fue el mayor.

Y yo trata mira, ya puedo convertir a poco un ratito ahorita sí, o sea, ella se voltea, se queda feliz así un rato, pero no hace la posición a la tierra, entonces lo que hago es que la pongo con cuidado con mi esposo, con mi mamá y yo soy la que empieza a gatear para que ella me vea a mí y que ella vea que.

¿Generalmente bueno cuando uno vamos a estimular lo que es el gáteo deja la postura de 4 puntos, precisamente puede ayudarle mucho lo que es el masaje y como parte de la simulación exacto, porque usted lo que va a hacer es que le va a empezar a ella activar que supe Por su parte de atrás del cuerpo tiene sensaciones, también tiene que estar la espalda que entonces eh? ¿Es importante que la ponga usted misma entre 4 puntos, entonces usted por ejemplo usted le va a fijar en las 2 piernitas?

Y la verdad, ya sea su mamá o su esposo, entonces en este caso pueden ir trabajando. Esa disociación se llama, por tanto, que ella aprenda que con las manos puede llegar a algo que a ella le interesa también porque cuesta que gateen porque no le ellos no han

descubierto que pueden llegar a todos los hogares gateando, sino solamente con la postura de sentado.

Logran todo su exterior hacia sus lados, pero no han descubierto que abajo con las manos. ¿Existen otras aventuras? ¿Este, sí, eso es muy importante, siempre he, aunque no lo haga ahorita, pero que sigue porque yo les voy a explicar por acá, por ejemplo, que es lo importante que se espera un niño, todos hacen diferente las cosas, verdad? ¿Este? Porque la otra chica más la chiquita más de 4 años, hizo.

Fue otra cosa y así sucesivamente. No podemos decir es que uno hizo una cosa y el otro no.

Dijo, no, no, no, no, no tengo más que más que tenga una actitud. No sé clarísimo, son diferentes, totalmente.

Diferentes, claro.

Él siempre quería lque alguien esté a la par de él cuando iba a jugar o hacer algo.

En cambio, ella le encanta hacer las cosas, o sea, dejarla un rato en el encierro sola con los juguetes y eso le encanta. Eso con mi hijo mayor era imposible.

¿Puede trabajar también? Bueno, ahorita vamos a empezar a ver, digamos, esto es como en la parte más importante de lo que podemos hacer con bebés, pero por ejemplo hay actividades y lo más importante para ellos es ponernos siempre a la altura de su edad.

Igual todo siempre tiene que ser es ser lúdico, didáctico, este para que ellos tengan esa es es interés de hacer las cosas, entonces, por ejemplo, le puede funcionar, hacer un rollito con una sábana y colocarla en una postura de rollito e inclusive hacer ese mismo ejercicio que usted ve que ella pueda haber, porque acá lo que usted va a hacer es estimularle y fortalecer en la parte lumbar. Tenemos que fortalecer el incluso con una bola que se

coloca sobre la bola y entonces te va a hacer el ejercicio de tomarla.

Con las piernas hacia adelante y hacia atrás para estimularle lo que es el balanceo. Vamos a estimular el balanceo con una bolita, entonces usted la puede colocar, puede colocarla encima de la bola y hacer ejercicios donde ella va a tener que hacer la postura de equilibrio hacia arriba y de ahí vamos a poder potenciar en este caso y prepararla para que no le tenga miedo a lo que es el gateo porque generalmente a eso es lo que vamos a preparar. Es el equilibrio hacia adelante las.

Lo que se llama la es un reflejo de reacción, de acción, acción. ¿O sea, qué pasa si yo me voy hacia adelante como freno? Entonces por medio del balón, nosotros hacemos ese ejercicio de balanceo para que nosotros preparemos al bebé de que él ponía colocando las manos en el piso, entonces esas manos en el piso lo que van a hacer es él.

Mecanismo de de reacción, entonces le va a dar le va a permitir al bebé OA la bebe poder activar el mecanismo de reacción, generalmente lo que les da miedo es no saber cómo frenar cuando van hacia adelante. Entonces precisamente con el balón con un rollito, eso es lo que vamos a hacer. Entonces debes estimula que el bebé pueda tener un el mecanismo del reflejo de acción. Ese mecanismo de acción se prepara por medio de un rollito. Hacemos un rollito con sábanas.

Por ejemplo, y lo metemos debajo de la parte del abdomen y hacia adelante vamos a hacer que alcancen un juguete. Ponemos cosas que les interesen para que pueda alcanzar, entonces vea que acá en esta dónde está la figura donde hay un juguete hacia delante que es lo que hacemos. ¿Ella está utilizando una parte del tronco, la otra está flexionada, entonces que le permite hacer una disociación, entonces es como cuando nosotros hacemos este mecanismo, uno hacia adelante y uno hacia atrás el gateo es eso?

Se me despertó, voy a ir a.

Traer la llave está bien.

Y ahora.

Qué lindo.

Diles que estoy dormido después del baño, obviamente.

A mí desde.

Entonces a eso es lo que podemos hacer, incluso bueno, ellos a esas edades les gusta mucho solo estar boca arriba. La postura de trabajo es como la todavía no han descubierto, entonces es importante que hacemos nosotros. Bueno, estas alturas, esos ejercicios con una ola normal de esas bolas que son chiquititas, usted la puede colocar y hacer ejercicio, entonces lo que hace es hacer un balanceo, se balanceó, le va a ayudar a ella a estimular y fortalecer la parte.

Posterior de la espalda. Entonces es muy importante, es una de las partes que ellos siempre, pues explicó muy bien porque la relación del gateo con viene a dar posteriormente al desarrollo del lenguaje con la lectoescritura en el bebé.

¿Entonces, qué podemos trabajar? También podemos trabajar, por ejemplo, ya ella puede llevar la cuchara a la boca, hace intentos, pasa juguetes de una mano a otra. ¿Este ya busca lo que le interesa, se vuelve de medio lado en el encierro ya ella es un mundo, verdad? ¿Entonces, qué es lo importante en esto que se también se estimule la parte sensorial, por ejemplo? Eh, trabajar mucho masaje en las manos, contexturas, por ejemplo, con agua, con el jabón cuando se baña entonces.

Tenemos ejercicios en manos para a ir.

¿Haciendo lo que es la activando la parte de de de reflejos, también es importante trabajar reflejos, porque generalmente no pensamos que es importante, pero ellos lo que tienes temor de gatear de cómo voy a frenar si yo voy hacia delante, entonces cómo se trabaja? Todas estas reacciones por medio de un balón, entonces por medio de un rollito.

En donde nosotros podamos hacer ese balanceo para que la parte abdominal llegue a fortalecer a la hora que trabajamos hacia en boca abajo a bebé.

Estamos fortaleciendo la parte de la espalda y la parte lumbar de los chicos.

Entonces todo como juegos, porque para ellos todo es un juegos, entonces colocamos juguetes que les llamen la atención e inclusive ahen. Con ese rollito se pueden cargar pueden. Karla entonces la coloca en 4 puntos en cada.

Y este hace juegos e con ella en cada para que esa postura activa en lo que es el reflejo del gateo.

Entonces, si eso es muy importante, la parte del gateo para lo que es la lecto escritura y el lenguaje.

En la parte del gateo pues se puede dar entre los 8 y 9 meses de edad el gateo es importante porque voy a influir en la parte de lectoescritura va también le va a ayudar al bebé a leer y a escribir en un futuro porque estimula la motricidad fina en la mano, todo lo que es la mano, entonces él al gatear va a ir estimulando todo lo que es la parte de motricidad fina que suba traducirlo, pues aquí a un futuro tenga un buen control en el trazo de la escritura futuro.

Entonces se conecta. Además de eso, los 2 hemisferios cerebrales derecho izquierdo. ¿Por qué? Porque el bebé por medio del gateo hace una disociación, siempre vemos que el bebé, cuando gatea, lleva una mano hacia adelante y un pie hacia atrás. Esa parte contralateral del gateo le va a permitir conectar que existe un brazo derecho con una pierna izquierda, generalmente el gateo no se da como mano derecha pie izquierdo no es al revés, mano derecha pie izquierdo, mano izquierda pie derecho. Entonces, qué es lo que hace en este caso hace un patrón cruzado en donde se va a conectar el brazo derecho

con la pierna izquierda y viceversa. Eso es lo que fomenta el gateo.

Actividades, por ejemplo, también después del gateo ya viene la tapa que uno dice, ay es que no quiere gatear porque quiere caminar bueno, cuando pueda suceder y no está mal. Lo que sí es importante es que cuando ya que si llega a caminar pueda aprender a gatear, esta es otra actividad también que le puede funcionar mucho es colocar como una sábana entre lo que es la parte abdominal y tomarla hacia arriba para que ella vaya descubriendo a que el gateo como lo tiene acá la tenemos acá teníamos acá a la bebé.

En este caso ahí lo que estamos tratando de hacer es que ella logre y aprender a que si su pierna hacia adelante la mano también entonces y viceversa, entonces hay formas de de estimular el gateo contexturas también, por ejemplo, colocarla en el colocarla en zacate, en diferentes texturas.

Delante con el zacate, eso funciona y les va ayudando a activar toda la propiocepción y todos los sensorial en los niños.

¿Cómo podemos ayudarle al niño posteriormente a caminar a los 15 meses de edad? ¿Bueno, existen estos pre caminadores que que ayudan a que ellos mantengan el equilibrio y vayan a su ritmo, verdad? ¿Este? ¿Además de eso, es importante los ejercicios todos los días, hacerle una rutina de ejercicios tanto boca arriba como boca abajo, entonces, qué es lo que va a hacer, flexionar, extenderles las piernas, agarrarle los brazos y hacerla como para arriba, esto como?

Si fuese abdominales, todo eso le va a ayudar a la bebé o el bebé a que a que tenga un fortalecimiento tanto de su abdomen como de su espalda, y esto para que cuando es para que esté preparado, es importante también lo que les enseñe. ¿Anteriormente con el balón tanto boca arriba como boca abajo porque boca arriba estamos estimulando la parte posterior y boca abajo estamos estimulando la

parte superior, entonces, qué es lo que nos van a hacer el reflejo de que qué hago si yo me voy hacia adelante? ¿Cuáles son los mecanismos de reacción? Entonces siempre es importante.

Trabajar los reflejos para que ellos sepan que si la bola hacia adelante va a poner la mano, entonces eso la va a ayudar a ella, que inclusive cuando llegue a caminar o lleguen a caminar, este tengan ese mecanismo del reflejo de que no, que si se cae se va a ir en bloque como llama a uno y no se me voy a ir de frente, no nosotros tenemos que ayudarles a prepararse a toda la aventura que es el ganeo y lo que es caminar. Generalmente se hacen con balones, pueden colocar los rollitos por debajo.

Hacer como no sé si recuerdan cuando nosotros, los papás nos decían, voy a hacerle carretillo y agarran las 2 piernas y las 2 manitas van hacia adelante. Ese ejercicio también les ayuda a ellos a fortalecer toda la parte que son los brazos, el tronco, toda la parte de la espalda también y por medio de lo que uno llama carretillo, ellos están fortaleciendo su musculatura. ¿Entonces son ejercicios que uno jamás piensa que, pero para qué fortalecerá los chicos esa parte porque es la parte que tienen que tener fortalecida y a la vez tienen que aprender que hay un reflejo que si vas adelante, qué pasa? Qué pasa si me voy hacia adelante, no puedo frenar.

¿Con la mano, verdad? ¿Puedo colocar mi mano para no golpearme? Entonces todos estos ejercicios les van a ayudar para lo que es la parte del ganeo y posteriormente, cuando él aparte de que empiezan a caminar.

Importante también, yo siempre rescato mucho lo que es la musicoterapia en el bebe de los cero a los 12 meses de edad y ayuda sin que nos demos cuenta, la música nos va a ayudar mucho. Aumentar la memoria, la atención, la concentración va a mejorar la

fluidez, la expresión, la facilidad de resolver problemas. Posteriormente estimulan la imaginación y la creatividad, les refuerza el lenguaje también y vamos enriqueciendo el intelecto sin que nos demos cuenta.

Y a futuro la música, ya sea de de sonido, de animalitos con canciones a futuro, estamos también fomentándolo que la sociabilidad, entonces todo esto es importante con ella.

Que a veces le pongo sonidos de los animales y trata de hacerlo.

Carlos.

No sé.

Sí, todo eso es súper importante porque ya usted la está preparando a ella, a la memoria, a la atención, a la concentración a futuro, a imitar ellos. Ahorita a los 9 meses imitan todo lo que nosotros vamos haciendo. Entonces yo le dije, si yo le hago, por ejemplo, hacia arriba y hacia abajo, ella va a hacer lo mismo que yo le estoy haciendo. Eso se llama un mecanismo de espejo que significa que nosotros podemos hacer tantas actividades con ellos, porque ahorita están aprendiendo todo lo que le enseñemos. Entonces, por ejemplo, que.

A veces yo sé que es complicado hacer como un cronograma, pero que todos los días usted diga bueno a las 2:00 de la tarde vamos a escuchar música, entonces mientras escuchamos música hacemos otra actividad, entonces como una rutina, una rutina con música, enseñarle, por ejemplo, a dormir con música de instrumental, todo eso cuando ella está dormida y usted deja música, puesta instrumental, el cerebro está aprendiendo y el cerebro se está intercomunicado y las neuronas también están haciendo una comunicación.

Es importante también lo que es la musicoterapia, aunque estén dormidos, uno puede colocarle música, eso les va a ayudar mucho a ellos a futuro, a la parte de la

memoria, la concentración y ahí vamos enriqueciendo todo lo que hace el intelecto.

Con respecto a actividades que estimulan la motricidad fina, los niños de Del año a los 2 años de edad que podemos empezar desde pequeñitos cosas simples que podemos hacer en casa como cual es bueno importante, yo siempre les comento.

¿Pintura bueno que se pinten las manos, uy esas son sus manos, entonces hacemos ejercicios cuando ellos les ponemos pintura en las manos, entonces vamos a enseñándole que esto es un dedo 12 y ahí estamos estimulando cómo se dice el lenguaje también entonces?

Trabajamos muchas cosas sin darnos cuenta, por ejemplo, que estaríamos trabajando ahí. La motricidad fina que esto se llama la pinza, para que cuando ellos vayan a aprender a escribir, a hacer el hacer garabateo todo esto está estimulado, entonces por medio de la pintura podemos trabajar 2 formas en la parte de que estos 12345 y estamos trabajando ya sin darnos cuenta el lenguaje que estamos trabajando, también sensorialmente, ellos saben que eso es una mano.

Que esa es la mano y que con la mano podemos y se empiezan a descubrir los colores. Entonces ahí trabajamos. Pinza, también trabajamos todo social, todo lo que es motricidad fina. Por ejemplo, podemos tener un tarrito y en ese tarro podemos colocar fichas grandes y que las metan en la ficha que la saquen, que descubran cómo hacerlo, porque generalmente a veces les damos todo fácil. Hay no los trucos que sean grandes, entonces no un recipiente que tenga figuras que tengan formas para que ellos aprendan que eso puede ir adentro.

¿Que se puede sacar entonces va adentro afuera y ya estamos hablando de conceptos de que ellos van a descubrir de que si se fue adentro como lo saco, que sí está afuera, como lo meto, que que si, por ejemplo en una

botella de agua podemos darles este abrimos, la sacamos toda el agua y que me ingresen este tuquitos bolitas grandes dentro de eso cómo se hace? Porque consola coordinación entre el tomar un objeto e ingresarlo dentro de un recipiente.

Eso se llama la coordinación oculomotor, entonces estamos trabajando en la coordinación entre los ojos, las manos y todo lo que son las pinzas. Adicionalmente a eso empezamos a trabajar otras. Otra parte, la motricidad fina, podemos trabajar, podemos llenar botellas, por ejemplo con agua y podemos ponerle color antesala al agua y ahí podemos ellos van a decir van a mover y van a ver que dentro de una botella hay algo que es que se mueve porque estaríamos trabajando otras.

¿Sonidos también estamos trabajando, que eso es agua o qué? Por qué se mueve y porque las podemos poner garbanzos dentro de una botella y ahí estamos trabajando sonidos diferentes, entonces esos sonidos diferentes van a despertar en ellos un montón de sensaciones que al final de cuentas nos van a ayudar para lo que es la motricidad fina también.

Qué podemos hacer también en casa cosas también podemos hacer, podemos tomar una caja de zapatos.

Y hacerle figuras, hacer un círculo, un cuadrado, una estrella y hacer, digamos y.

Figuras y ingresarlos para que aprenda a donde vas a figura, entonces estamos identificando que eso es un círculo y cuadrado importante, siempre hablarles correctamente, por ejemplo circuló, esto es un círculo, esto es un cuadrado y uno dice, pero para qué les voy a decir que esos círculo cuadrado desde pequeño se le fomenta todo lo que es el lenguaje a futuro, va a ser súper más fácil para ellos de identificar todo queda grabado como yo les decía, el cerebro de ellos es plástico, como llama a uno como una

plastilina, la plastilina se va moldeando y ellos van a estar.

Durmiendo exactamente todo lo que nosotros les vamos dando, entonces lo que es lenguaje siempre círculo amarillo, rojo, enseñarles estos rojos amarillo, verde y entonces va a llegar un momento en donde el lenguaje de ellos se va a soltar y se suelta con mucha facilidad y porque ya los conceptos siempre han sido claro desde el inicio.

Chupón naranja va darles, por ejemplo, las frutas a la edad de de de ellos, así darle el pedazo de la fruta, sandía, la sandía y darle el pedazo de sandía que experimenté que hace el Con esa que hace con la sandía. ¿Cómo se come la sandía? Entonces empiezan a inspeccionar texturas, las texturas de las frutas es verdad, entonces esto zanahoria hay que dura la zanahoria, entonces empezamos a jugar con texturas.

Con frutas el melón, por ejemplo. Entonces agarran el melón y usted le da un melón y usted dice, bueno, aparte de grande el melón para que no se ahogara, entonces usted le da el melón grande y ellos van a experimentar. ¿Qué pueden hacer con ese melón que pueden hacer con sus manos? Entonces todo eso les prepara para cuando van a gatear que sus manos tienen la capacidad.

De ir más allá de lo que ellos se imaginan, entonces, por ejemplo, les les va a fomentar también mucho para el gateo porque estamos estimulando que con las manitas pueden tocar todas las texturas, entonces cuando ellos van a gatear, colocarles la gelatina, macarrones, los macarrones también son muy porque él, ellos, todos los bebés, tienen como como aversión a las texturas.

No les gustan, entonces uno les puede dar incluso una esponja de la de lavar platos que la suavcita. ¿Usted le da la espuma, toquen las Puma, toquen macarrones, tóquenles meten las manos en la gelatina y hasta que hacen así como uy, verdad? Porque son

sensaciones nuevas, pero sin que nos imaginemos todas estas partes que nosotros hacemos son super sumamente importante, no sólo para el bebé, sino para chicos grandes. Esto viene para edades de los.

¿De los del año hasta los 4 años, inclusive 5 años, porque siempre es importante estimular todas estas partes, eh? ¿Qué podemos hacer también con chicos? Bueno, podemos trabajar, vamos a lavar platos, bueno, eh, plásticos, entonces conseguimos platos plásticos, bengala, vemos aquí, ayúdame a lavar a chico de 4 años, chica de 4 años, venga, ayúdame a uno los ve, le da la esponja y aunque no lo crean, estamos trabajando. Motricidad.

Fina encanta.

Está con todo eso, les encanta.

Sí, todo eso les encanta y hay que hacerlo parte de partida. ¿Participe de todas nuestras actividades diarias, que es la forma más fácil de poderlos incorporar a nuestra vida cotidiana, verdad? En lo en los rollitos del mayordomo podemos tomar todos los rollitos de mayordomo, entonces los colocamos en una cartulina, los podemos pegar y ya con eso para ellos es una súper aventura porque podemos darles diferentes bonitas texturas, incluso tornillitos grandes.

Metano por el cómo entra y sale entonces todo eso hace lo que la pinza también, lo que es la motricidad fina.

Lo que es el agua también, pues son texturas, incluso eh. Poder colocar juguetes en la pila y poder decir bueno que que que hacemos bueno y no vamos a lavar platos convencionales, vamos a poner juguetes bengala, vemos juguetes, entonces, por medio de lo que es el lavado, por medio de lo que es la manipulación del poder tomar un objeto más pequeño, gesto más grande nos va a permitir que ellos tengan esa esa disociación de que con Ah es más pequeño, entonces tengo que cerrar más la mano, hay él el objeto

más grande, entonces tengo que abrir más la mano, incluso tomarla.

¿El objeto con las 2 manos, verdad? Lo que son móviles también son muy funcionales porque no le van a permitir también ver que que no solamente del lado o boca abajo o boca arriba están los objetos. Verdad que la disociación de levantar un brazo, levantar el otro brazo que lo puede tocar con una pierna con la otra pierna que pueden mover los dedos, también inclusive con sus deditos de los pies, pueden tocar lo que son, lo que son juguetes importante siempre dejarlos.

Qué anden un poco descalzos porque esto les va a permitir este a ellos descubrir texturas, por ejemplo, no solamente con las manos. Ahorita estamos enfocándonos en todo lo que es juegos que estimulan la motricidad fina que a futuro, qué es lo que nos va a permitir que ellos tengan una mayor control, un mayo, esto nos va a ayudar todo lo que es la la grafo motricidad cuando empiezan a pintar cuando empiezan a rayar.

Entonces todas estas actividades a futuro nosotros nos va a llevar a esto a que ellos cuando tengan que hacer todas estas actividades, pues tengan ya el maleabilidad como llama uno o más flexibilidad en la manipulación de lo que es la mano, lo que es la muñeca.

¿Baño sensoriales les llamamos también nosotros de estimulación, cómo se hacen esos baños sensoriales? Bueno, voy a preparar gelatina de todos colores y vamos a amasar esa gelatina, incluso, por ejemplo, vea los macarrones podemos ponerle un poco de decolorantes y hacérselos en casa, si son cosas que son fáciles de preparar, entonces eso se llaman baño sensoriales para vea, incluso la carita de bebé ahí, que es así como que es eso.

Precisamente para eso son los baños sensoriales para evitar aversión, en este caso

a texturas. Hay chicos que no soportan sentir absolutamente nada en las manos.

Entonces, yo siempre les he dicho eso, a veces es un poquito de culpa de nosotras mamás, porque apenas los besos y tenga ponía la mano. Ay no, no anda la mano sucia, entonces nosotros mismos les decimos verdades.

Felipe ama yo le paso, Y cuando va a la playa en la arena No lo sé pues no lo soporta exacta le da miedo. y precisamente eso es porque nosotros tenemos la maña de correr y quitarle la arena.

¿Si no le decía venga venga no?

Se va a meter a la boca.

Exacto, exacto. ¿Entonces, qué es lo que yo siempre he dicho? Bueno.

Preparémonos, preparémosla nosotros sus propias cosas para que ellos aprendan a que la textura de una gelatina es diferente en la textura de un espagueti.

E incluso hay espaguetis que son gruesos y espaguetis que son súper delgados y ahí hay chicos que hacen que asco y las terapias cuando las dany no se queda así y ellos se quedan así como no lo soportan. Incluso lloran porque las texturas tienen aversión a la textura. Entonces importante lo que son baños sensoriales, arena, sentarlos en arena venga, toquemos obviamente.

No les iba a dar un tip, digamos.

En nosotros en el kinder hacemos bueno, hacíamos esto mismo con los bebés.

Y uno puede incluso también teñir el arroz sin tener que cocinarlo. Sólo digámoslo agarrar un poco de colorante y alcohol en gel y lo dejás secar, entonces puede ser color arroz de miles de colores.

De color entonces.

Usted no puede, o sea, nosotros lo que hacíamos era que los entramos en una tienda y le echamos el arroz, además entonces eso o sea para ellos es espectacular icóno de la arena me da risa porque digamos, yo soy una

que no soporto la arena de la playa, o sea, digamos.

Me da cosa con los bebés nos pasó que hicimos una actividad con arena justamente y con espuma de afeitar.

Entonces.

Vi, obviamente para mí también fue un shock porque a mí no me gusta, pero vieras que cuando yo la sentí la arena con la espuma, como que la tolere un poco mas, entonces incluso puede trabajar con Felipe, de verdad conseguirse un poquito de arena.

YY las zonas afectadas y que lo revuelva primero, obviamente no le va a gustar y porque hasta que llore, pero después del baile entiendo y como que le ayuda a mentalizar que.

¿Qué día después del Olimpia no pasa nada y es más fácil limpiar las calles Puma de por medio y entonces por aquello también les comento eso, qué qué, qué pasó?

Si no YY, esta es la parte del baño sensorial. Es muy interesante porque suele pasar que que uno dice ay que no se ensucia entonces por otra otras técnicas que yo les decía también es con las frutas, con la comida, porque es una forma de textura también, entonces una sandía diferente, un melón.

Este entonces un banano diferente a una sandía. ¿Ahí estamos trabajando también en la propia sección de los niños con respecto a texturas y todo eso son, son mecanismos neuronales que se van verdad que se desarrollan en todos los niños a las celdas?

Porque cosas estoy escuchando, voy a nada más ayudarle en el baño a Felipe.

Tranquila, tranquila.

¿Entonces este todo esto de los baños sensoriales? Sí, sí, es importante podemos hacerlo en recipientes e incluso cuando vamos a trabajar un tipo de estas texturas o años sensoriales que llamamos, podemos

hacerlo dentro de una Tina de baño y colocar al bebé.

Solamente con pañal para que él sienta que todo es toda la sensación en todo el cuerpo, entonces en manos en los pies. YY que no pasa nada, porque básicamente eso es lo que ellos tienen miedo y que pasa es que estoy sintiendo que está frío. Estoy sintiendo que uy, que eso está áspero. Entonces precisamente las texturas para para darle la propia sección a ellos sumamente también importante para el futuro. Para sí hay, digamos, no sé.

Se usa solamente en bebé se trabaja también en chicos grandes, en chicos de 2,3,4 años. Hasta los 6 años se trabajan texturas. Recordemos que esto no, no como yo les decía, no es una receta, pero sí es importante que a pesar de que el chico ya este grande o vaya creciendo y ya no digamos Ah, pero ya no es bebe, ya no le va a gustar, claro, a ellos les encanta estas actividades, hay chicos que no les gusta, sí, es importante, yo siempre he sido partidario de que si hay un chico que tiene aversión a un tipo de textura.

O miedo no tenemos que obligar al chico a hacer la actividad.

Al tiene que nacer querer hacer la actividad porque si no estamos produciendo le miedo a la A la actividad, entonces generalmente cómo se hace una puede meter este a los 2 bebés en una Tina y vamos a jugar con gelatina.

Y, entonces ese día juegan con gelatina la textura de la gelatina, la textura de los espaguetis, el arroz también es una técnica muy bonita que también se parece mucho a la textura de la arena este esta otra parte de la técnica que decía acá, para qué es la harina con la, con la la, la espuma de afeitar porque la espuma de afeitar se ve, hay que Chiva y es de color miradas blanca, pero ahí adentro hay una textura más gruesa. ¿Y cómo se maneja esa textura entonces?

Tanto para humanos como para pies, eso nos va a servir mucho para lo que es el baño sensorial.

Pero hay otra también que bueno, no sé qué es la de la maicena.

Ajá la DEA.

Ajá con chicos más grandes como Felipe es superchiva porque la maicena usted la ve y arriba tiene como agua, es suavcita, pero donde el meta, la mano y la golpea esta dura, entonces con chicos más grandes como Felipe.

Hay un cambio de.

Textura ajá lo hemos hecho en el kinder y para ellos es como.

¿Qué es esto? ¿O sea, yo no puedo, cómo estás, sabes? Pues esta dura entonces con chicos como feliz, súper súper súper bueno.

Sí también e incluso eh, bueno, creo que a la A mamá le va a servir también todas estas otras técnicas que son técnicas que podemos hacer fáciles en casa, por ejemplo, podemos tomar los cartones de los huevos.

Y ponerle colores y a esos cartones de los huevos. A Felipe le va a poder funcionar también porque le tiene un temor a las texturas y el cartón del huevo tiene es como entre duro y suave, entonces lo vamos a poder colocar que camine encima de los cartones de huevos para la propiocepción y ahí va a ir perdiendo poco a poco hay mira esos áspero y con las manitas también, entonces va a servir para ambos porque a bebé le va a servir.

Para sensaciones de gateo inclusive colocarla encima y poder que ella sienta que hacer. Mira, estoy en rodillas, estoy boca abajo, boca arriba, qué hago ahí como com uy porque son se empiezan a despertar todas esas sensaciones sensitivas de a nivel de espalda, nivel de brazos a nivel de manos que generalmente con lo que nosotros a futuro siempre vamos a trabajar, estamos preparando al chico para que cuando ya vaya a estar más grande y tenga que pintar.

¿Tenga que recortar, tenga que utilizar y coordinar que el ojo con la mano se tiene que coordinar, entonces para qué son todas esas actividades para preparar al chico a futuro? Podemos hacer una alfombra de texturas súper también super didáctico y fácil en casa. Bueno, buscamos texturas, podemos colocar una textura más gruesa, una textura más suave y una textura dura y hacer una alfombra sensorial en casa con una cartulina, cosas simples que podemos hacer.

La plasticina.

También también, eso sí, es súper rico para lo que son las manos, también porque se trabaja mucho lo que es la musculatura de la mano, aunque no lo crean. Y aunque crean que, por ejemplo, este todo lo que es plasticina, tu coger masa, agarrar masa y el polvito de la masa y revolvamos la masa. Uy eso es super super bueno para ellos porque estamos dándole.

Fortaleciendo la musculatura de los dedos para que cuando ellos tengan que llegara a la primera infancia, que es a los 6 años donde los van a empezar a decirle vamos, sigamos estos circulitos para arriba, para abajo, estos son zigzag, la musculatura de la muñeca y de los dedos ya está fortalecida por medio de estas actividades. Entonces precisamente todo eso tiene un objetivo, desde bebé, que es lo que nosotros hacemos debe despertarle todos los las sensaciones que puedan encontrar, prepararlos para cuando ellos vayan hacia más adelante.

Y si tienen temor de alguna textura, los preparemos darle bolas, por ejemplo bolitas AABB también vea las que las bolitas son de diferentes texturas, bolitas que strip en bolitas bolitas con picos y ellos van a ser así porque hacen así todos e incluso pasarse las bolitas. Contextura por los pies, por las manos, por la espalda.

Por aquí todas esas sensaciones y eso se se despierten. Nosotros lo que estamos haciendo

es despertar para que debe gatear bueno, entonces podemos ponerle cosas interesantes, ya no van a haber cosas interesantes arriba y sentada, no hay cosas más interesantes abajo cuando ella vaya a gatear verdad, entonces hay que hacerle El Mundo interesante abajo y no solamente arriba. ¿Por qué? Porque ellos ellos están, ellos calculan, ellos dicen que aburrido abajo no hay nada para que yo voy a gatear entonces 11 alfombra de DS.

De de texturas le puede ayudar mucho.

Le puede ayudar en este caso AA la parte del ganeo a la parte de que ella quiera gatear a la parte que quiera descubrir qué hay más allá de solamente estar sentada o solamente estar de medio lado, entonces nosotros como papás podemos prepararle una alfombra de texturas, colocar una una parte que sea gruesa, otra parte que sea como como lana YY, obviamente todo eso se puede incluso personalizar o incluso es más, hasta un pedacito de plástico podemos colocar y por debajo del plástico podemos colocar cosas que les suenen.

Sonidos todo esto lo que va a hacer es que ellos descubran que esas sensaciones no están, no están solamente cuando estoy sentada, esas sensaciones están si están boca abajo, si está en boca arriba, entonces ella va a empezar. Van a empezar a descubrir El Mundo y con chicos más grande en lo que va a hacer es que los vamos a preparar, a que la musculatura de los dedos a él nos están listas para la grafo motricidad que trabajamos con los chicos ya de edad es más grandes también cuando trabajamos todas estas texturas.

¿Porque acá yo siempre he dicho este todo esto fomenta y estimula qué es lo que nos va a estimular en este chico que está acá encima de los cartones de los huevos? Bueno, cuando tengan 6 años eso nos va a ayudar a que él pueda disociar a que pueda estar bueno. Ahí podemos hacer ejercicios, podemos decirle Levante el pie hacia arriba, un perrillo, ahí

vamos a ver el equilibrio, entonces generalmente se van de lado cuando ya ellos tengan 6 años, ellos van a tener la capacidad.

De poder decir que levantó un pie y le mantengo una mano arriba y el equilibrio a nivel de de lo que es vestibular a nivel cerebral se empieza a activar, pero como lo activamos con actividades simples, desde desde edades tempranas, entonces no hay actividades que no sean para una dado otra, porque al final de cuentas todo van en función a que a futuro van a tener que hacer un desarrollo lectoescritura, grafo, motricidad.

Todas estas cosas también que nos permiten con la nivel sensorial que cuando tengan que hacer en el kinder las actividades de bodoquito 2.

Entonces, no sé si han visto cuando los chicos empiezan a hacer vochitos es súper lindo y super interesante. Al inicio hacen un bodoque que usted dice, uy qué grandote que lindo le quedó y después ellos van haciendo más fino al bodoquito y eso se logra por medio de toda esta parte de estimulación.

Entonces son cosas fáciles. AY alfombras, hay bolitas, hay cartones de huevos donde ellos van a manejar ese cartón de huevo y que él va a decir.

Es como una textura entre dura y suave y me desequilibré ajá si desequilibra un poco, pero eso es la idea de que ellos logren cómo mantener el equilibrio por sí solos y si tienen miedo, textura, trabajamos también esa parte. Les enseñamos a que esa textura no nos va a hacer daño y que es algo con lo que tenemos que aprender, también a tocar, a descubrir por sí solos. Es importante que ellos aprendan a descubrir también qué pasa si me como una sandía.

Sin Kutcher como hago para comerme la sandía sin cuchara a ok tengo dientes tengo boca puedo morder bebé no tiene dientitos. Bueno, cómo va a hacer para comerse eso va

a meter la mano y se la va a llevar. Bueno está bien porque va a rasgar la fruta, entonces, aunque no creamos todas esas cosas son cosas que nos van a servir al bebé para futuro, entonces se vea eso, son otras ideas que también son super lindas para los chicos en donde podemos hacer.

Cartulinas en donde podemos colocar en caracolitos podemos colocar un pedacito de de fon, podemos hacer un un pedazo de lija con la lija también incluso uno les pasa a los bebés laligaen las piernas, en los dedos de los pies, sobre las piernas hacia arriba hacia arriba para ir estimulando, por ejemplo en la espalda usted escoge un cepillito y de esos que son suavécitos y se los hacia arriba de de la nalguitas hacia arriba, entonces está estimulando que ella haga el reflejo.

De Ah mira tengo, tengo que activar la espalda, mira mi espalda existe. ¿Cómo le hacemos para activar esa parte en los brazos, en las piernas? Entonces todas estas cosas nos ayudan tanto para chicos pequeños como para chicos grandes, porque estamos trabajando diferentes texturas e incluso.

¿Para Felipe y también podemos aprender con un sí, pero usted puede colocar un zíper? Abre y cierra como sea para que estamos entrenando ahí cuando esté más grande y tenga que vestirse sólo va a aprender que el snyper va hacia arriba y que si él si permanecía bajo, podemos hacer técnicas de colocar un botón.

Colocamos varios botones sobre un fondo, íbamos la hacemos nosotros venga, juguemos abotonar y desabotonar que estamos trabajando ahí. La motricidad fina, también la pinza, porque el botón tiene que ingresar se, entonces si lo vemos como venimos en las etapas de bebé que les damos las tuerquitas para que los metan adentro de la cajita, pero cuando ya van creciendo a 234 años que estamos trabajando con los botones, abotono, desabotono, abro cierro, sí, pero para arriba.

Si prepara bajo inclusive con el cordón. Es súper interesante porque vamos a empezar a trabajar cuando tengan que aprender a amarrarse los zapatos, entonces todo esto es una estimulación cognitiva y sensorial, tanto para la motricidad fina. Fortalecemos musculatura de la mano y nos ayuda a futuro, lo que la lectoescritura, lo que la grafo, motricidad y también nos va a ayudar este a la parte también de ellos, de sensorial que podemos hacer, por ejemplo con podemos, con un cartón hacer esta otra secuencia.

¿Estamos, vamos a trabajar sube y baja y además de eso estamos trabajando colores, color verde, amarillo, celeste e incluso podemos hacer esta otra técnica que es muy interesante porque aquí hay una coordinación ojo mano, esto es para la coordinación del ojo con la mano, entonces yo tengo que tener una coordinación de ojo humano, metal, cordoncitos a que el cordoncito, si no tenemos de este tipo de material lo hacemos, cómo lo podemos hacer con una caja de zapatos en la parte más suave de la caja?

Hacemos huequitos y podemos coger un cordón de un zapato que ya no utilizamos, solo tomamos prestado y metemos y sacamos el cordón que estamos haciendo ahí. La coordinación de la mano con la coordinación del ojo a esto nos va a ayudar también cuando empiezan a hacer los primeros rayones o la primera parte de la grafo motricidad en el niño.

¿Cómo se estimula en este caso? Bueno, ni en chicos de 4 años importante utilizar lo que son crayones de diferentes texturas, no solamente los delgados, sino también comprar crayones gruesos, gruesos, gruesos, gruesos, para que aprendan cómo se hace para coordinar y sostener eso tan fuerte para que cuando ingresen a la primera infancia, que es la parte de los después de los 6 años, ellos hayan tenido fortalecidas la musculatura y hayan utilizado diferentes texturas para que

cuando tengan que escribir ya tenga un poquito como dicen.

Un poquito más flexible lo que es toda la parte de la musculatura de la mano. También se fue con todas estas técnicas se estimula también la coordinación Viso motriz del ojo humano en bebé pequeñito. Como coordinamos la coordinación ojo mano ok, hacemos una caja y va a ingresar y sacar sacar objetos adentro y afuera. Es el concepto en donde él ella aprendió el aprende a que mirara con esta mano puede ingresar una bolita, pero con la otra mano también puedo, entonces siempre aunque nosotros veamos qué.

Utilizan sólo una mano, activar la otra porque las 2 funcionan, entonces hay que enseñarles que con las 2 podemos hacer las mismas funciones.

¿Qué más podemos trabajar con los chicos? El rasgado de papel súper fácil.

En la calle está siendo rasgado de papel.

También.

Desde pequeño no hay papel y ella lo separa.

También y usted se lo e, incluso se lo puede ver dentro en una caja el papel, todo el papel de diferentes texturas y le mete la mano. Y entonces para que descubras que hay ahí adentro en diferentes.

Pero lo que le encanta es separarlo y la.

Ajá sí, todo eso es super super bueno. Sí, sí, y lo va a hacer así. Eso le ayuda a ella a tener fuerza en la musculatura de los brazos y las manos en los dedos. Entonces el rasgar tanto en chicos pequeños como en chicos grandes, ponerlos ahí me ayuda a destruir esta hoja.

¿El rasgado venga, ayúdame, rompamos la hoja, trabajemos con plasticina todo esto, qué es lo que nos va a hacer una relajación? El fortalecimiento en mano en dedos, en la coordinación y la concentración, el rasgado de diferentes texturas de papel, no solamente papel grueso, darle papel más suave, darle un clic que haga esto y que lo rasque la consola.

Eso estamos trabajando diferentes texturas también y esto nos va a ayudar que cuando ya empiecen también a hacer vochitos, pues ya entonces hay una coordinación, hay un fortalecimiento que se trabajó desde antes en la mano, los dedos.

Y la coordinación va a ser más precisa también.

Perdón llama meter otra vez.

Ajá.

Qué hay este una técnica super interesante es como darles un pliego de papel periódico.

Entonces usted les pone música, no sé, ya sea música clásica o música infantil o lo que sea y que éstos vayan rasgando el papel periódico al ritmo de la música. Es súper interesante verlos a ellos haciendo eso por si lo quiere aplicar también luce.

Eso ayuda a la sincronización de ellos porque entonces es como un reto. ¿Uy, la canción y cuánto, cuánto tiempo? Y entonces se hace, se hace como más interesan.

2 cosas a la misma vez escuché.

Ni exacto ay ay ay ay ay concentración. ¿A lo que tenemos que hacer hay una instrucción que usted está dando, ok? Cuando suena la música 123 terminó la música, eso nos va a ayudar para que también para que cuando nosotros vemos instrucciones a los chicos, los chicos estén acostumbrados a que cuando decimos bueno.

¿Vamos a sentarnos aquí por tanto tiempo, entonces hemos trabajado también el cumplimiento de metas también dentro de la canción con algo lúdico que le va a gustar, porque entonces el vas a bueno, entonces usted digamos que usted salió con el bebé y le dice, bueno, Felipe, teníamos que esperar aquí un tiempito, se acuerda cuando jugamos con la música así? Entonces uno y este y usted hace el mismo ejercicio, entonces eso les va a ayudar también a ellos, a tener la capacidad de recordar, de concentración y de

memoria, y entonces eso se va a hacer en él como una costumbre también.

De que podemos trabajar diferentes técnicas para lo que es el cumplimiento de órdenes. También entonces vean que todo se va uniendo y todo es esta verdad que es lo que nos gusta que nos lleva, entonces podemos hacerlo de una forma lúdica y enseñarles que yo les digo, bueno, vamos a la canción, rasguemos, hagamos, pagamos plasticina 123 y ya se terminó. Entonces vamos trabajando con tiempos más largos, ya no solamente 123, sino que ahí vamos aumentando el tiempo, entonces cuando salimos con con Felipe, por ejemplo.

A cualquier lugar podemos trabajar esa técnica porque bueno, aquí nos tenemos que quedar así. Bueno, sentados 123, como la canción se acuerda, entonces eso le va a ayudar a él a tomar control y a saber qué pasa en diferentes situaciones también.

Lo que es la motricidad gruesa también en los niños de los uno a los 3 años se trabajan de diferentes formas para poder este fortalecer la musculatura inferior que en este caso hablamos de piernas, incluso también de lo que es la parte del tren superior, todo lo que es abdomen, brazos, piernas dedos, este es por medio también de colocarle en una alfombra pintura nos pies y caminemos. ¿Qué pasa con eso? Entonces eso hay, esa es su pie. Pie derecho pie izquierdo, pie derecho, pie izquierdo, mano derecha, mano izquierda. Mire, entonces hacemos la figura de la mano de la pintamos, la recortamos incluso con bebés, también lo puede hacer. Es una técnica super linda porque le ponen papel periódico la llena de pintura y ella se va a usar sus manitas va a aprender a gatear también con eso se la pone abajo y entonces él la forma de la mano e incluso que sea interesante de colocarle la figura de la mano y el pie para que ella aprenda que.

Mano y pie a dormir a lama eso es una mano, eso es un pie en los chicos, en esta acá. ¿En este caso también va a aprender a la disociación de que sí está la mano derecha delante el pie izquierdo atrás, que si la pierna derecha hasta atrás, la mano derecha puede estar adelante, entonces él la disociación, verdad? Podemos jugar con con con bolas, con Felipe que también ya está grande o con los chicos que ya son después de los de verdad también grandes, podemos trabajar con las bolas dentro de las piernas.

Eso ayuda a que tengan equilibrio también es una eso iba a mantener a sostener y eso va a ser lo que es de resistencia muscular. También en los chicos, entonces y caminamos, caminamos hoy. ¿Cómo se hace para caminar entonces? Ahí trabajamos también equilibrio este actividades como por ejemplo bueno o el boliche en la parte de que uy tengo que tirar la bola con una mano.

¿Uy, cómo se hace? ¿Porque desitir hola hola, cómo me sostengo yo todas esas esas ejercicios, aunque creamos que son fáciles para ellos, no hay que prepararlos para que ellos aprendan a que pueden tirar sin caerse y todos estos ejercicios lo que hacen es preparar también el equilibrio conforme vayan creciendo este podemos hacerlo, ya sea con con las boliche, podemos poner botellas de colores con agua dentro de color la podemos teñir también y que?

¿Tiren y qué pasa si eso el sonido también les va a ayudar mucho? Ahí estamos trabajando. Sonido no es lo mismo. Esta estos estas figuras de boliche que enarbolan las botellas suenan diferente como que se quieran. Hay algunas que son más suave, citas iban a tener otros sonidos, podemos colocar en.

Si no tenemos los úvulas, yo lo que hacía era colocar este maskin y hacemos las figuras de maskin, entonces podemos hacer en los círculos triángulos hay Felipe brinqué de un círculo al triangulo, vamos a ver cómo

hacemos y entonces yo me involucro en esa actividad con la caja, por ejemplo con bebé que va a aprender a gatear este podemos meter a abrir una caja grande, revisar que no haya engrapan y nada revisar todo el interior y el exterior y meterlo por debajo de la caja, a ver cómo cómo hacer para salir de ahí.

Tiene que aprender a salir, entonces ingresas como un túnel y todo eso les va a dar a ellos este el descubrimiento de que hay algo más allá adentro y afuera podemos llenar polo, pintar las botellas, jugar con bolas, este hacer un tipo de túnel, inclusive con una sábana y que se meten debajo de la sabana, los 2, no importa y esos son aprenden a la también a la parte de la motricidad gruesa.

Ingresar, por ejemplo, balones dentro de un recipiente adentro afuera del concepto de tirar de la bola del agarre, por ejemplo. ¿Vea, acá tenemos una alfombra en donde nosotros les vamos a poner obstáculos, en este caso, cuándo van a aprender a gatear o cuándo van a aprender a caminar? La motricidad gruesa puede ser estimulada con diferentes obstáculos. Entonces yo me puedo colocar obstáculos para que tenga que pasar por encima de obstáculos, que es lo que estoy haciendo ahí preparando a bebé.

¿Y al chico y a la chica a que puedan, eh? ¿Qué es lo que va a ser? Bueno, tengo que levantar la pierna para pasar por encima de eso. ¿Obstáculo, cómo hago para pasar de encima de eso? Puedo colocar un rollo puedo colocar una almohada dentro de una dentro de la alfombra y decirle, bueno, ponerle cosas interesantes adelante para que el paso está culos hacia adelante y eso les va a permitir también estimular todo lo que es el gateo también en la podemos colocar almohadas, texturas y pasar con los chicos ya más grandes en este caso.

¿Como con Felipe, que ya se entonces brinqué de una de una almohada, otra de un obstáculo a otro, cómo se brinca? ¿Cómo se

hace para llegar por ahí? Podemos colocar una silla y del otro lado de la silla es un túnel, ahí vamos a pasar por un túnel, tanto debe chiquitito como bebé grande.

Porque los incluimos a los 2, entonces colocamos una bola, una bomba delante y se hace el sonido de la bomba olaso las bolas o las botellas y que pasen por debajo de una silla, entonces ahí van a tener que aprender a ver cómo hacen para pasar el obstáculo que tienen y eso le va a dar a ellos la ubicación. Espacio.

La ubicación entre el espacio que tienen para poder hacer el traslado. ¿Qué más podemos colocar? Maskin de un lugar a otro y vamos a pegar arriba las bolas, entonces eso que descoordinación, motricidad fina y gruesa, porque este y coordinación óculo motriz, porque tenemos que pegar en la superficie, tenemos que tener la capacidad de decir bueno, voy a colocar con las 2 manos este objeto arriba como lo hago también es muy interesante.

Que cuando nosotros podemos hacerlo y tenemos el espacio pintar con tiza diferentes figuras, triángulos, círculos y colocarlos con los piecitos sin sin medios y sin nada, hacía al natural para que ellos descubran la sensación de de la textura del piso, que es diferente. AA una acera aún zacate sintético es diferente a la textura a un piso también es totalmente diferente que que es lo interesante acá.

También siempre estimularlos mucho con música y con canciones, cantar, el cantar y el movimiento. Aprende que les hace a los niños cuando cantamos y hacemos movimiento, pues no se les estimula la creatividad y las habilidades de escucha.

El autoestima.

La la la vista y el enfoque, el gusto por la por la música de the en este caso, el equilibrio y la coordinación. Esto les va a ayudar también a habilidades emocionales y sociales también.

Todo esto es importante porque a veces decimos, ay no, no solamente juegos, no pongámosle música para que aprendan a poder tener la habilidad de escuchar lo que están haciendo con música diferente.

Y importante una de las actividades que también es supermente importante en chicos como Felipe 23, ed 3 cuatro hasta los 6 años.

Es importante que.

Se haga en la figura de ellos una actividad, por ejemplo.

Acuéstese boca arriba Felipe, vamos a dibujarlo y usted los dibuja en una hoja. Esté en papelógrafo hilo y les dibuja en la textura. Eso sí, les enseñan. ¿Felipe vea, este es usted?

Tiene cabeza, tiene ojos, manos dedos, estómago, pies. ¿Qué es lo que hacemos ahí? Enseñarles a que ellos interioricen y sepan que es a la figura de ellos.

Entonces eso les va a ayudar a ellos a tener un una propio sección de ellos mismos, de como son y adicionalmente a eso, pues van a aprender sí a ver cómo se ven desde afuera.

Cómo me veo desde afuera, incluso decirle bueno, ahora toca que usted me voy a hacer armello papa, yo me voy a dibujar. ¿Y cómo se ve? Y entonces lo ponen los 21 grande y uno pequeño guau, entonces todo eso son cosas que se trabajan, son actividades que hacen para identificar nuestro cuerpo. Podemos colocar también maskin entre lineales y es más que un paso para delante para atrás hacia camine hacia adelante y ahora hacia atrás.

No es lo mismo caminar hacia adelante que caminar hacia atrás. Hay que tener un equilibrio para atrás. Es importante trabajar mucho las posturas hacia adelante y hacia atrás hacia los lados. Exacto, por ejemplo, la otra figura en donde tenemos figuras circulares y tal vez hacemos una disociación. ¿Por qué? Porque los chicos después de los 3 a los 4 años, hasta los 6 años, es donde ya van

a empezar a integrar esa hora. ¿Si ya los movimientos para después decirle cuando ya después de los 6 años, ahora sí brinquemos en un pie, cómo se brincan un pie?

Pero para todo esto tenemos que haber trabajado todo esto, la propiocepción, lo sensorial para que lleguen a su vida más grande ya después de niño a los 6 años.

Circuitos para trabajar la motricidad gruesa.

Yo acá les traigo en ejercicios, por ejemplo, podemos cosas en la casa, por ejemplo, podemos colocar maskin de colores, entonces en línea recta, entonces con los chicos ya después de los 2 a los 3 años de 2345 hasta los 6 años podemos trabajar en línea recta, trabajar que no solamente existe en línea recta. Existen ziczac.

Entonces su hacia hacia arriba, hacia abajo, hacia arriba hacia abajo, colocar un túnel como si no tenemos el túnel, podemos colocar una silla y ese es el túnel.

Porque todos están imaginación de cómo nosotros se los damos a los chicos.

Un círculo a esos círculos, eso es un triangulo, entonces estamos trabajando sin querer las figuras geométricas en ellos de una vez.

Adicionalmente brinca con los 2 ft, entonces podemos colocar un elástico de una silla, otra silla. ¿Brinquemos, brinquemos encima del elástico y ustedes van a ver que los chicos se quedan y como incluyó, es elástico porque ya tienen que tener una coordinación de que yo puedo brincar con los 2 ft hacia el otro lado, entonces todo esto circuito es lo que van a hacer es que van a ir preparando a los chicos de como brincar obstáculos también y cómo superarlos? Generalmente a veces nos preguntamos qué es lo que los chicos deben de hacer o qué es lo que es normal que puedan hacer.

Todos los chicos son diferentes, sin embargo, de los cero a 2 de los 3 a los 4 años en general, pues ya los chicos se pueden

desplazar, desplazar hacia adelante utilizando movimiento locomotrices que son los movimientos locomotrices. Bueno, movimiento entre entre disociación mano adelante, mano atrás y ustedes ya los ven a los chicos cuando caminan más grandes ellos mismos van haciendo es así disociación, se puede desplazar hacia adelante y hacia atrás. Para eso son los ejercicios de circuitos donde les vamos a enseñar cómo hacer es como desplazarse hacia adelante hacia atrás.

Realizar un movimiento locomotriz de salto, por ejemplo, como saltamos como le enseñamos a los chicos a saltar, realiza el movimiento locomotriz de saltar con los 2 ft. Entonces hay chicos que saltan pero no saltan con los 2 ft sino que como un pie y el otro no, entonces todo eso se evalúa, realiza el movimiento de correr, entonces hay corramos, corramos, corramos.

Además de eso, esas son las habilidades que nosotros esperamos que puedan hacer. Generalmente estamos en los centros educativos, generalmente suelen darnos un tipo de evaluación de estas, entonces cuando nos ponen que el chico está en proceso de lograrlo, lo que significa es que hay que trabajarlo. Lo logra, pues lo logra o no logra de momento porque está próximo a lograrse.

Eh, por ejemplo, en motricidad gruesa, empuja y arrastra hacia adelante y hacia atrás cualquier tipo o cualquier juguete se sube y se baja de una silla. Un ejercicio básico se sube o se baja una silla sube o baja escaleras imita, por ejemplo, podemos y decirles que imiten imiten lo que yo estoy haciendo, entonces yo digo nariz.

Nariz ojos.

Ojos boca ay no nariz y boca y entonces esa disociación les permite a ellos la motricidad gruesa también. ¿Cómo se logra todo esto trabajando? Lo que ya hemos visto anteriormente y recordar siempre que la plasticidad cerebral en los niños y las niñas es

la capacidad de poder cambiar o modificar y moldear cualquier ámbito o conocimiento que se haya predeterminado. ¿Y qué pueden aprender siempre cosas nuevas? ¿Eso es algo muy importante porque aunque nos digan que hay no, ya pasó, ya no lo voy a hacer, no?

Seamos siempre perseverantes porque recuerden que los niños son tienen una plasticidad cerebral y son capaces de hacer todo lo que nosotros podamos enseñarles y estimularles. Todo es constancia y perseverancia y paciencia. Todos van a un diferente ritmo, ninguno puede ir a ningún ritmo igual y que en este caso, gracias a esta capacidad de la plasticidad cerebral que todos los niños tienen de los cero a los 6 años siempre esté podemos transformar toda esa información codificada en las neuronas.

Para que esas neuronas siempre estén activas y puedan realizar cualquier tipo de tarea o actividad que nosotros tengamos como objetivo. Lo más importante es siempre saber que ninguno es igual a otro y que todos tienen habilidades y destrezas diferentes.

¿Ese sería pues mi aporte, no sé si tienen alguna duda alguna consulta e trate de hacerse lo más didáctico posible, verdad? Porque todo esto se puede hacer.

Bien.

Por acá es un poco más complicado, pero bueno, espero que les haya servido.

Muchísimas gracias marce.

No con todo gusto.

No bueno.

Muchas gracias maestro de verdad creo que.

¿Que fue bastante interesante y podemos ver también, eh?

No sólo conocer acerca de ciertos aspectos y no ver ejemplos que podemos hacer entonces.

Muchísimas gracias y creo que.

Con todo gusto.

Que quedó super bien.

La diversión hace uno en la casa no hay que tener cosas ni caras ni tampoco cosas,

juguetes, caros o está en la creatividad y de la creatividad de nosotros les enseñamos a hacer creativos de ellos mismos a auténticos que ellos sepan que pueden hacer sus cosas ellos mismos, por sí mismos y nosotros como papás nos reinventamos porque ahorita con con todo esto hay que aprender a reinventarnos, aprender a hacerlo de formas diferentes.

¿Este importante, es decir, bueno, hoy voy a hacer gelatina, no sé voy a hacer arroz, sabe? Más ahora que ya no se puede ni salir al parque.

Exacto, entonces hay cosas super fáciles, esponja sea venga la vemos estos platos plásticos.

¿Por qué? Porque no Felipe nos vamos a intentar aviones.

Ajá.

Le encantan los aviones y un día que estaba soleada le dije, bueno, abrimos una caja de cartón que tenía ahí que la iba a tirar. Al final. Halamadrid, nos hagamos un aeropuerto.

Angola.

El pintor nos pinta.

Trabajo ahí, todo en conjunto.

La hizo diferente cosas que.

Exacto, porque para ellos todo es descubrimientos. Ahorita tanto Felipe y la chiquitita este.

Elena.

Todo eso son el descubrimiento, ella tiene que aprender a descubrir qué es lo que hay. La única forma de descubrirlo es tirando al suelo con ellos. Como yo digo, usted se tira con ella, boca arriba, boca abajo. Este compañía, nadamas para que sienta el piso.

¿Ella lo va a hacer cuando ella quiera también cosas, pero lo importante es estimular en esas ganas de hacer las cosas, verdad? ¿Porque a veces ellos dicen, Ah, yo aquí estoy tranquila, para qué me voy a complicar?

Cuentos pueda todo lo que repercute a futuro.

Que hagan todas las cosas a su paso a su ritmo, ver a todos tienen su ritmo y su paso importante que como nadie es igual a nadie y lo importante es eso también importante verdad que reinventarnos a hacer cosas nuevas. Todas estas opciones de poner texturas, incluso telas y más aún hasta ropa y agarran, recuerda el pedacito venga, recordemos, recordemos ropa.

Son texturas diferentes y ya estamos trabajando la pinza. Estamos trabajando en la motricidad, entonces sí, pero bueno, es lo que le deja la que les haya gustado bastante.

Claro.

Estoy para servirles.

Muchas gracias. Gracias.

Mucho gusto.

Y me hace de nuevo creador otra vez para compartir de un momentito alucinada presentación muy muy breve.

Más este me me avisas porque todavía no puedo.

Ya la hice ya le di la.

Masa.

Mhm.

Listo.

¿Listo, verdad?

No, no me deja.

Pero aquí está ya le pasé la propiedad así para que pueda pueda presentar.

Una tuerquita no esté donde estoy yo ahí hay como unos puntitos. 3 puntitos.

Ajá en el puntito ahí.

¿Y ahí dice cómo hacer hospedadora algo así?

Ya está y ahora 1000 gracias.

Bueno, muchísimas gracias, mucho gusto, espero Ana Lucía mucho gusto en conocerla Michel, muchísimas gracias, cualquier cosa estoy para servirles y que esté muy bien, cuidense mucho también.

Toda.

La información está muy bien.

Hasta luego.

Hasta luego.

Ok lo sé.

Este igual lo voy a pasar, lo vamos a pasar por el por el grupo, porque como las otras eh nomas no se conectaron para que lo tengan, es la tarea.

Las actividades de esta semana y pusimos toda todavía debo parte de la primera diga tranquila y poco a poco este se llama movernos y consiste en 2 actividades. ¿La primera que se llama llegó el momento, la hora de enseñar, verdad? Aquello que nos hace feliz es enseñar a los chicos.

Un juegos tradicional, entonces poder hacerlo, enseñarles cómo el juegos tradicional que usted quiera. Nosotros pusimos ejemplo que es como rayuela, jugamos en el bosque. Ahora que Marcela hacía elástico, me acordé del juegos de elástico que no hacía verdad, he congelado también pusimos rimas con Palmas, como por ejemplo con Elena con estos juegos de choco, choco lala chocote, verdad que no hacía con las manitas que tal vez para ellas como más.

Adaptado a la edad y este igual que pueden invitar a más familiares a realizar estos juegos con ustedes.

Y la segunda actividad que se las va a explicarme chino.

Bueno ya como.

Marcelo está contando el mensaje, entonces nosotros aprovechamos y pensamos en cuanto mensaje.

Más que todo para Elena, entonces ésta consiste en nosotras inventando una historia.

Y en la historia de ir haciendo con Elena haciendo las cosas, entonces por ejemplo, me levanté un día, seré los brazos, vamos a estar en los brazos, salen.

Home.

Oh empecé a caminar. Entonces podemos empezar le llamo de las penitas.

Oh empezó a llover, entonces podemos hacerle.

En la espalda como que está lloviendo y cosas así, un cuento súper libre, incluso de puede ser como de lo que ella hizo ayer. Entonces podemos hablar sobre lo que ella hizo ayer en forma de cuento.

¿Para qué vamos a ir sintiendo ese ese? ¿Ese vínculo por medio del del masaje?

Y así aprovechamos que, como también Elena toalla.

No podemos caminar y no estamos gateando, entonces también ella se pueda sentir. Está involucrado en las actividades de esta semana.

¿Y con perdón y con Felipe tal vez igual también lo podemos hacer, obviamente Felipe está más grande y cómo no va a ser acostado sino como asentado y usted el el masaje como en la espalda?

Igual ahí pusimos un ejemplo, por ejemplo, el lobo iba corriendo, entonces movemos las manos por toda la espalda y se atuvo a ver un castillo, entonces lo hacemos como como así verdad, como que de repente ese masaje en la espalda mientras se hace el cuento igual si ustedes quieren, pueden como inventar el cuento en conjunto.

Listo.

Y este bueno ya que disfruten la actividad.

Y este igual esperamos las fotos y vídeos.

Como tip verdad que recuerden que pueden dejar el celular ahí como grabando a un lado y para que no corte como esa interacción que van a tener ustedes en en en estos momentos.

Perfecto igualmente con la esposa.

El lunes no sé cuándo para ella es tiempo de hacerlo y les vamos a cambiar el formulario con otras 3 preguntas chiquititas para que las puedan rellenar.

Está bien.

Listo.

Hasta esa chica muy bonita si hay gustando apenas para mí con 2.

Bueno, yo ahora soy feliz y les cuento como me da a mí. Gracias bueno.

Piensa igualmente feliz fin.
Igual igual.

si les parece, igual la compartimos, pero creo que ya le doy la opción para que puedan compartir. Si quieres puedes probar lo que vamos a ver porque yo soy medio chapa con esta. Porque si no te la paso por. Por listo aca. Ya ahí la ven? Así y está como cargando. Listo?

Catalina: Si te ves de super

María Fernanda: ok, perfecto entonces. Bueno, como me comentaba Ana, bueno el taller va enfocado en la alimentación en chiquitines de 0 a 6 añitos y bueno su influencia en el desarrollo psicomotriz de una. Bueno les anticipo no, no en me involucré demasiado en el área de desarrollo psicomotriz porque bueno no es mi área, entonces yo antes de empezar a batear mejor, mejor me quedo como en mi lado que es la parte de la alimentación, que obviamente es lo que lo que conozco y lo que puedo aportarles, tal vez un poquito más.

Entonces ahí vamos a ir tratando de los temas, eh? Poquito. Qué entonces? Bueno, para empezar, y obviamente me enfoqué en la parte de la alimentación infantil. Verdad? Como alimentación, entendemos que es la oferta, ya sea de alimentos o líquidos que van a necesitar los chicos para satisfacer las necesidades nutricionales. Acá estamos hablando de alimentos o líquidos. Por qué? Porque de los desde el momento en que el niño nace. El va a tener necesidad de que está en la pancita, incluso va a tener necesidad nutricional. Es que tenemos que satisfacer a través de la madre en el momento en que la mamita está embarazada y en el momento en que nace a través de la lactancia materna y ya. Bueno, lo que es el proceso de la

Apéndice M

Transcripción Taller “Nutrición en niños de 0 a 6 años” 29 de mayo del 2021

Catalina: Aquí. Les presento entonces a la doctora María Fernanda Ramírez Mora. Ella es nutricionista y es quien va a estar hoy a cargo del taller. Entonces le cedo el espacio a ella.

María Fernanda: Hola, buenos días. Muchas gracias por invitarme a hablar de mi abuelita Ana. No sé, yo hice una presentación si quieren, como para un apoyo visual. No sé

alimentación que vamos continuando, verdad? Entonces acá el niño siempre va a ir cambiando sus necesidades conforme va creciendo, ya que necesita de estos nutrientes para irse desarrollando y desarrollando adecuadamente con forma creciente. Entonces para cada etapa, en los primeros años de vida, la alimentación cumple.

Bueno, pues siempre verdad? Obviamente toda la vida es importantísima, pero en los primeros años es crucial. Es un periodo vital donde tenemos que asegurarnos que los chiquitines tengan una adecuada ingesta de alimentos para que tengan un desarrollo normal. A que me refiero con desarrollo normal en todos los aspectos, en todas las áreas. Lo que son capacidades, habilidad, tanto en áreas emocionales, en área, cognoscitiva, así como toda la lingüística. Todo lo que involucre el desarrollo de un niño, verdad? Y para que lleguemos a lo que es un adulto, ocupamos de la alimentación. La alimentación es la que nos va a proveer todos los nutrientes que él necesita para poderse desarrollar. Adicionar al ambiente el estímulo que podamos, también darle de forma externa problemas que tengamos de la alimentación, digamos en estos, en estos, en estos tiempos, en esto, en este periodo crítico que se considera que es de los cero a los dos años, dos o tres años, van a haber problemas a futuro que vamos a tener en desarrollo físico, desarrollo psicomotor, van a haber problemas del sistema inmunitario, entonces hay que asegurarnos que haya una adecuada niñez.

Y el principal protagonista. Aca entramos lo que son las mamás, papás,

cuidadores en general no siempre están presentes, pues los papás por cuestiones de trabajo o así, verdad? No sé, el abuelito, una tía, una, una nana, pero el núcleo familiar es quién va a ser el principal protagonista para que un niño como sano. Acá entra en juego, lo que hablamos del ejemplo. Si el niño nos recomienda a nosotros helados todos los días. Obviamente para un niño comer helado va a ser algo normal, verdad? Si el niño nos ve comiendo flota todos los días, puedes comer frutas. Lo que va a ser es normal. Entonces acá tenemos que cuidar mucho también lo que son los hábitos de nosotros como adultos, como ejemplos de ellos. De hecho, puse esa imagen por lo menos, digamos, llega un punto donde los niños lo vamos a ver, pero donde los niños se involucra en la dinámica familiar alimentaria y no tenemos que andar haciendo preparaciones especiales o ay, es que es que le hacemos hacer todo un menú variado, verdad?

De 15 opciones porque mi chiquito pues no sabemos qué va a querer comer. Entonces entra en juego, digamos, ya entra a la dinámica familiar y tenemos que involucrar y que se acostumbre a consumir lo mismo que consume toda la familia. Bueno, en el inicio de los cero de los años, verdaderamente cuando cuando bebe nace a los seis meses. La recomendación de la alimentación en lactancia materna exclusiva. Hay muchísimos estudios que demuestran que que la lactancia materna le provee al bebé. Pues todo verdad? No es necesario darle ningún tipo de alimento previo a los seis meses, ni siquiera agua, porque ya la lechita como tal trae todos los nutrientes, todo al agua, todo los que lo que el

bebé necesita. Y ayuda a éste a que crezca sano y bien durante este tiempo. Y bueno, también acá entra en la fórmula la fórmula de verdad que en casos que no se pueda opuesta lactancia materna también cumplen esa función. Qué características tiene esta alimentación? En este en estos meses debe ser a libre demanda, verdad?

Los bebitos, ellos saben cuando tienen hambre. Bueno, yo no soy mamá, pero. Pero lo he visto. Sé que es una etapa súper cansada y. Y conlleva mucho esfuerzo de parte de mamá, pero tiene que ser una etapa libre demanda. No hay horarios cuando quieran. No, no las toman. No tienen una duración que usted diga Bueno, cada cinco minutos vamos a darles diez minutos de de lechita. No, no funciona así el bebé, saben que momento tiene más hambre que qué momento? Pues no, no y cumple A nivel de desarrollo de estimulación, la lactancia o el uso de fórmulas, el biberón cumple o tiene un gran beneficio que genera un estímulo para para los sentidos como tal, para ayudar con el tacto, la vista, el oído y el olfato. Por qué? Porque acá tenemos. Bueno, Mamita se mueve, va a sentir la leche acá la textura, el sabor, el olor, todo va a ayudar a que a tu bebé se estimule.

Y acá ya empezamos desde esta etapa. Empezamos con la parte del desarrollo de adecuado él. Entonces esto es este periodo es de vital importancia a nivel de. De. De alimentación y como les digo, no es necesario brindar otro tipo de alimento antes de los seis meses. Se maneja y eso lo maneja mucho el pediatra. De hecho acá no nos colocan tanto a los nutricionistas, pero se maneja que entre

los cuatro y los seis meses ya se puede iniciar con la segunda fase de la alimentación de un bebé, que es la alimentación complementaria. Acá está, este periodo va de los seis meses. Al año de vida, que acá es cuando ya iniciamos con a ofrecer alimentos diferentes a lo que es la leche. Acá ya empezamos a incluir. E Qué púres de papá, que zanahorias estripada, que banano. Y bueno, todo, todo en general va llevando una escala, ya que si me pongo a explicarles la alimentación complementaria nos da a día porque es muy detallada. Y bueno, todos tenemos también criterios distintos, pero en un final es eso.

Ya se trata de cuando empezamos a incluir. Alimentos a la dieta del chiquitín, porque ya la leche acá no es capaz de brindar todos los nutrientes que necesita para lograr el adecuado desarrollo. Por qué? Porque ya en esta etapa ya bebé es más dinámico, ya empieza a moverse más, a caminar, bueno no a caminar, que ya están como gateando, verdad? Y empiezan que más, más atentos que más dinámicos, a jugar con más cositas de toda la casa, aumento del gasto energético que tienen en mayor. Aparte, el desarrollo como tal, pues involucra un mayor gasto de grandes nutrientes. Me gustó mucho esta imagen que puse, acaba de este bebé lleno de comidita por todos lados. Porque eso es también importante en esta etapa. Y dejarlos explorar, dejarlos no jugar con la comida porque no se trata de que la agarren y la boten y la tiren por todos lados, pero sí que ellos sientan con la manita la textura que puedan ellos llevarse la comida.

Llevarse la comida a la boca incluso con las manos obviamente en un ambiente

limpio verdad no vamos a ponerlos a comer en el piso con las manos tengan ese estímulo de de tocar la comida Ojalá diferentes texturas todo esto también va a ayudar en el adecuado desarrollo a todo lo que es en esa parte del desarrollo e incluso aquellos que se sientan más atraídos a probar la comida incluso bueno acá todavía está un poco pequeños pero ya cuando se van acercando al año poquito pasado el año también ellos van a empezar a que quieren ser autosuficiente si ellos quieren hacerle las cosas solitos entonces dejarlos. O sea no no limpiamos y le queda otra y lo limpiamos. Que conozca lo que son lo que es la comida y obviamente para que no se conviertan un juego o una charanga verdad que tiramos la comida eso les va a ayudar mucho en el estímulo en el desarrollo también a pesar de que da la leche materna no es o la fórmula no es capaz de satisfacer recomienda se mantenga ofreciendo Hasta que el niño tiene 2 años esto porque igual la leche todavía nos va a aportar y nos va a complementar con muchos nutrientes importantes.

Bueno a los 6 meses empezamos con comida se quitó la leche, el niño igual necesita todavía la lechita. Los grupos de alimentos los introducimos progresivamente, siempre iniciar con vegetales. Porque si iniciamos por ejemplo con frutas y obviamente la fruta es dulce verdad. Pero si los grupos se van introduciendo hasta que llega un punto donde ya el bebé come de todo y se involucra a la alimentación familiar la cantidad que el niño come hasta ahora no te hacen estar no todos los días va a ser igual no Que el niño come hasta ahora no te has en

esta no todos los días va a ser igual no los obliguemos a comer y esto en general a cualquier edad no hay que obligar al niño a comer ellos conocen y ellos saben Cuál es su sociedad y hay que respetarse obviamente hay que también ver y evaluar verdad si no está comiendo porque acá es donde entra el juego importante de que nos vamos a de que el estado nutricional pero no utilizar como Bueno si te comes todo el plato te llevo por un helado no premiemos con comida no no es una práctica muy saludable a mí me lo hicieron y estoy segura que casi que todas las chicas grandes estamos ahí nos hicieron eso y nos premian con comida nos da un helado un chocolate o lo que sea y aquí estamos más como que como que estamos mal verdad generamos una relación no saludable con la comida y puede transformarse un premio de que tengo que hacer ejercicio para poder verdad los hábitos alimentarios que va a tener hasta que sea un adulto mayor. Bueno ahí veo a una mamita con un bebé, estoy segura que no me deja mentir que sos un súper selectivos y que lo que ellos quieren cuando ellos quieren y que no Y se hace es un proceso es una fácil ellos es parte de su mismo crecimiento donde van aceptando incluso por texturas y por o es es una fase va a pasar es un proceso también hay que tener paciencia es un proceso de paciencia y bueno llegamos Ya a la alimentación del año a los 6 años que aquí ya el niño se ha involucrado en la dinámica alimentaria familiar ya va a tener la capacidad de consumir los mismos alimentos que los papás que los adultos y ya ya se involucra es importante varios puntos que el niño se sienta involucrado en la

preparación de los alimentos es genial eso ayuda que él se sienta motivado también a comer son como estrategias o como recomendaciones verdad que muchas veces tenemos yo no puedo sentarme aquí decirle bueno todos los chiquitos de un año tienen que comer una taza de arroz 10 gramos de pollo que los pequeñitos coman bien que que vayan a tener una dieta variada equilibrada Y a qué me refiero con esto lo puse hasta acá al final esto va desde el inicio asegurarnos de que la dieta tenga todo todo estos alimentos incluye el círculo de la alimentación saludable porque de un inicio tenemos que asegurarnos que si tengo una dieta variada porque esto nos da la seguridad de que vamos a tener una elevada calidad nutricional si llegamos con lo que el niño necesita va a haber un adecuado peso para la vacuna que esos son factores o indicadores que utilizamos para ver si el niño está comiendo bien o se Está realizando una buena esta alimentación una buena absorción de nutrientes que es importante también porque por ejemplo tenemos un chiquitín que no está creciendo por ejemplo para los dos años debería de crecer debería haber crecido 10 cm si llegamos acá y resulta que el niño no creció esa cantidad de centímetros aquí hay un signo de alarma y tenemos que devolvemos Frutas vegetales entre más variedad mejor entre más colores hay un plato mayor cantidad de nutrientes vamos a tener vegetales y frutos nos soportan lo que son vitaminas y minerales verdad igual súper necesarios súper importante para el desarrollo de para desarrollo en niños como tal van a estar involucrados por todos los procesos de Van a

estar involucrados con todos los procesos de crecimiento y también es súper importante involucrarlos que se inicia con la alimentación es importante que bebé, frutas y vegetales proteína lo que son las carnes acá Bueno me refiero a todo lo que son pollo carne de cerdo huevo todo lo que es origen animal e igual súper importante para el desarrollo neurotransmisores para el desarrollo del músculo para para todas las funciones cumplen las proteínas en nuestro cuerpo que en la edad de ellos, va a ser crítico y este como les comentaba inicio es una tapa crítica del crecimiento que ocupamos que tengas aporte de nutrientes importantes que igual ellos de de nutrientes porque igual hay compuestos que están presentes en los aceites por ejemplo en alimentos por ejemplo son alimentos que le van a aportar grasas saludables que igual se necesitan para el desarrollo del cerebro de niño para almacenamiento energía y toda esta cuestión Pero bueno es el punto es que todo es importante y los lácteos como tal también y también es importante incluirlos sin embargo la salvedad nunca la leche materna ni la fórmula puede ser cambiar por lácteos la leche de vaca los niños no la pueden tolerar previo al año de vida porque no se ha desarrollado actualmente hay que incluirla Pero más adelante cuando niños ya está y más grandecito para no generar problemas para poner este círculo porque bueno como no era me enfoqué mucho como en la alimentación la primerita ya a partir del año ya ya el niño puede empezar bueno ya empieza que a caminar por acá que por allá hay que anda por todos la verdad hace más actividad Pero

conforme va creciendo involucrarlo siempre lo que es la actividad física verdad la alimentación siempre va de la mano con la actividad física y el consumo de agua también. Igual como les digo esto va también de la mano con lo que dice el pediatra. Igual tener en cuenta que las cantidades, ellos comen muy poquito jamás igual que el de nosotros a comer las mismas cantidades. Entonces tenemos que asegurar que la calidad nutricional que estemos ofreciendo sea buena sea rica que un trozo pequeño de alimento digamos que usted digamos de todos los alimentos una introducción.

Para terminar ya con la parte de la relación de ambas acá bueno se dan las capacidades neuromotoras y psicosociales que se dan en los primeros años de vida coordinación motricidad equilibrio área social y me imagino que muchos otros más pero esas fueron como las principales que vi que se que se repetían un poquitito más para recordarles

Catalina: Bueno nosotras a ellos les habíamos mencionado un poco sobre el área psicomotriz en nuestro concepto y efectivamente sí el desarrollo psicomotriz involucra la parte cognitiva, la parte incluso social verdad este porque es un conjunto de todas estas áreas a veces cuando escuchamos psicomotriz pensamos únicamente en la motora y la motora fina y pues no es parte de pero efectivamente lleva de la mano todos estos aspectos que mencionaba Fernanda.

María Fernanda: Súper perfecto acá bueno básicamente como les comentaba al inicio el periodo entre nacimiento y los dos o tres años de vida se considera como una ventana de tiempo crítica para igual la promoción del

crecimiento la salud y un desarrollo la alimentación sea lo más adecuado lo más limpia posible también tratar de no dar alimentos procesados que traiga muchos químicos que traigan colorantes saborizantes que sean artificiales bebé no conoce nada cuando él sale de la pancita no conoces Sabores básicamente somos nosotros que estamos iniciando en esa fase Entonces no iniciamos una fase donde ellos empiecen con los artificiales pueden empezar ellos traen como su sabor limpio Por así decirlo con alimentos puros naturales verdad que que ellos aprendan a conocer esos Sabores y que los disfruten que son que sean agradables para ellos también en este en esta fase de crecimiento es donde ocurren o donde pueden subir mayores alteraciones de crecimiento como les digo acá donde incluso los chiquillos que eran gorditos se estiraron y donde incluso uno ve a un bebé hoy y en dos meses son cosas totalmente diferentes. Pero es importante el aporte nutrientes acá porque es donde más pueden presentarse deficiencias y si tenemos deficiencias acá pueden presentarse deficiencias. algunas enfermedades pueden ser desnud verdad que sí que sí es muy que sí es muy común que bebé no está comiendo adecuadamente hay que buscar estrategias no no generar un ambiente de pelea o de un ambiente hostil cuando sea la hora de comer de que se tiene que sentar a comer se convierta en una guerra eso De verdad de verdad les va a generar muchos problemas cuando sean adultos. Crear un ambiente donde comer sea sea atractivo para ellos comer es parte del proceso natural verdad Natural verdad un

ambiente de estrés porque imagínense los niños están apenas desconociendo verdad y somos responsables nosotros de que ellos tengan un ambiente para una comida y bueno como decía la parte social que ahí también está involucrada la alimentación se une en un final porque somos una sola máquina Por así decirlo todo tiene que ir como a la mano funcionando bien hay muchas alteraciones que incluso se pueden presentar en esta etapa de la vida que pueden llegar a ser irreversibles si no se tratan a tiempo verdad hay otras otras enfermedades pero manteniendo la alimentación saludable se pueden evitar. Para toda la vida Simplemente manteniendo la alimentación equilibrada y balanceado yo se que en la palabras suena muy facil y a lo hora de ponerlo en p´rctica no es tan sencillo, pero es parte de y se busca la mejor forma de hacerlo y que el consumo sea el más adecuado posible.

Y como ultima pregunta es si la alimentación influye en el desarrollo psicomotriz, leí mucho del tema y había articulos que decían que no pero estoy segura que la alimentación influye en el desarrollo del niño, pero bueno encuentre muchos más que dicen que si, que la lactancia materna el niño se expone a experiencias sensoriales. Sin fluye Sí genere hay hay mucho de hecho entre un poquito más teórico Pero entre los estados digamos nutricionales cuando están decretados O sea que están bajitos hay una parte nutrientes entre las cositas que encontré que puede ocurrir digamos es una reducción y un retraso en el crecimiento cerebral en la conducción nerviosa y en la producción de neurotransmisores Entonces esto y

obviamente es por una falta de nutrientes que va a llegar a suceder y va a llevar al repercusiones que podemos tener a largo plazo bueno largo o corto coeficiente intelectual rendimiento escolar ya cuando el niño entra en clases verdad si no hay una adecuada alimentación va a haber una mayor dispersión digamos que por ejemplo cuando van sin desayunar a clases se ha visto que tienen incapacidad o sea les cuesta un poco más concentrarse en lo que son las las clases en hacer las actividades aunque son actividades súper fácil y interesante incluso para ellos Si no han desayunado Si no han comido adecuadamente si venimos arrastrando eso desde un inicio verdad cuántas dificultades hay para que los chiquitines hagan de acuerdo a la edad verdad comiendo les ocurre este tipo de dificultades un recordatorio la alimentación tiene que estar equilibrada balancear cantidad suficiente para que tengan todos los nutrientes necesarios para que el crecimiento sea adecuado para poder potenciar sus habilidades y su capacidad es importante que el niño pues se nutra adecuadamente y asegurarnos y ya después simplemente viendo en que se mantenga bajo esa misma línea, bueno eso sería, ¿no se si hay alguna duda?.

Catalina: No se si alguna quiere hacer una pregunta.

Familia 1: Si buenos días, yo tengo una consulta. Tengo dos niños uno de 6 y otro de 4. El de 6 come de todo, vegetales frutas y todo. Pero el de 4 es tan terrible, le pongo un poco de arroz que la proteína, que de hecho solo come pollo que hago en la freidora de aire, el pescado, tortas de atún que le hago,

pero digamos no hay forma que me coma arroz o vegetales, yo lo había llevado donde un nutricionista y me dijo que intente siempre tenerle la comida ancla. Pero me preocupa porque es que él ya tiene 4 años. Digamos eso de que él vaya adaptándose a la misma comida que uno consume cuánto tiempo podría tardar verdad porque ya no sé y lo que has dicho o sea uno llega a la hora de comida y es un suplicio lo hemos regañado le hemos hecho de todo y no hay forma.

María Fernanda: A lo mejor le parece medio aburrida la comida porque el arroz es medio bah, pero intentar hacerlo más interesante, ponerle color a la comida, revolver el arroz con alimentos que le vayan a dar color, hervirlo con remolacha para que el arroz sea morado, que sea atractivo para él, incluso hacer formas con la comida, buscar estrategias de incluir los alimentos. Hay dos opciones, que nunca le gustó porque también pasa hay cosas que no a todos le gustan, pero puedes intentar darse de diferentes formas, por ejemplo en las tortas de pescado, rayarle zanahoria, tratar de ocultarla. Hacer mezclas bien finas. No le gusta ningún vegetal?

Familia 1: No ninguna, ni el brócoli ni nada, siempre me pide que se lo quite. Solo cuando hago macarrones hago la salsa con un montón de tomate y cebolla para intentar meter algo de vegetales.

María Fernanda: Bueno como te dije, tal vez intentar ocultarla, Ocultarlo como en otros alimentos verdad que hacemos el arroz si le estamos dando otro tipo de carbohidratos pero si él come otro tipo de carbohidratos no hay problema que no coma arroz. Presentarle vegetales, que ellos nos vean a nosotros

constantemente comerlos, tratar de negociar con él, que prefieres zanahoria o brocoli, va a llegar a un punto donde el de tanto verlo, va a sentir curiosidad de consumirlo, es un proceso, no es como que una semana el va a lograrlo.

Familia 1: Ok, muchas gracias

Catalina: No se si otra tiene alguna duda que quiera comentar con María Fernanda.

Familia 2: Hola yo tengo una pregunta, yo tengo un hijo de 4 años y bueno el come bastante bien, pero hay ciertos alimentos que por la textura no le gustan, por ejemplo los garbanzos, no le gustan en bolita, pero digamos si yo le hago un puré de garbanzos si se lo come. Pero no se si hay una estrategia para que él coma esas texturas, o no si va a llevar esa maña más adelante de habito.

María Fernanda: Bueno pueden pasar muchas cosas, pero nada está escrito en piedra y menos la nutrición infantil, pero una de dos puede que se vaya con esa maña desde siempre, pero digamos son mañas que se nos pueden ir quedando porque nos vamos acostumbrando a ciertas texturas. Pero bueno podemos ir pasando de texturas, por ejemplo en vez de ser un puré tan licuado puede traer ciertas pelotitas y así progresivamente, o puede ser que un día lo pruebe y vea que no es tanto. Pero bueno ellos están pequeños, y están pasando por un proceso de conocer los alimentos, Solo como con alimentos específicamente como por ejemplo frijoles como más como tipo digamos poco a poco ellos se puré- Pero exponiéndose las poco a poco para que ellos vayan acostumbrándose a esa nueva textura

Familia 3: Bueno a mí me pasa que con el mayor de 4 años igual No sé si tendrán heredado Él odia el tomate en todo sentido a menos de que sea salsa de tomate pero de las Ketchup y todos si yo hago salsa de tomate para algún alimento no le gusta ninguna Ni picadillo le gusta comer casados me imagino por la influencia de ti de mi papá que siempre y mis papás que lo que lo que lo cuidan pero es una sopa eres feliz las verduras frijoles en la carne y plátano pero no me ayudan que que también como se queda con mis papás que no coma, tres cucharaditas y que vea en el plato lleno cuando él tenga hambre va a comer entonces pasan en esa noche. Él tiene una obsesión con el jugo de naranja, yo lo que hago es que le pongo agua, el no come confites, el toma jugo de naranja porque toma todos los días.

María Fernanda: En eso que me mencionas jugo de naranja, hay que intentar que sea 100% fruta

Familia 3: Si eso intentamos, que no tenga tanta azúcar

María Fernanda: Hay que intentar disminuir ese consumo, ponerle agua poco a poco, pero bueno estamos viendo una relación con los chicos de 4 años, tal vez sea la edad que están pasando por esa transición

Familia 3: Otra cosa es que el no come solo, me cuesta mucho, son pocos los alimentos que el come solo, papitas que le hago en la freidora o pollito.

María Fernanda: La misma comida no le hagamos como todo un menú de restaurante verdad de que él crea que que puede llegar porque esto tiene 4 años pero a los 10 va a ser todo porque porque él quiere toda la vanidad

verdad que literal verdad un punto importante y clave también en la alimentación a futuro también lo que es el ambiente en torno a lo que ellos van a comer verdad eso no dices que no le gusta comer solito y así ellos se acostumbran a consumir a comer lo que se les ha acostumbrado y está bien en realidad todos hasta hasta nosotros deberíamos de consumir un ambiente y cómo donde nos sintamos seguros incluso tratar de evitar distractores que eso no lo comenté antes y es importante tratar de que no coman viendo el tele viendo ahí el teléfono con el YouTube de distractores. Por qué si no ellos se van a concentrar en lo que están viendo en la pantalla y no en la comida y ocupamos que ellos sepan lo que están comiendo que ellos sean capaces de comer y darse cuenta cuando están llenos y reconocer sin que estén distraídos pensando en la serie o en el muñequito que está ahí es importante y también les puede ayudar como como para que ellos se consulten un poquito más en la comida. Ahora qué tan bueno bueno es la ingesta embutidos porque me habías dicho que a veces es como bueno que irrita el estómago incluso es como no sé si me entiende la pregunta de los chiquitos el ambiente y no son tan recomendados el aporte que tienen de sodio es muy elevado mucho mucho mucho mucho mucho tanto para un niño como para un adulto el aporte de proteína no es tan alto verdad es un salvatandas genial en muchas ocasiones verdad no es como que nos vamos a morir por comernos una salchicha una vez .

Catalina: Yo en el kínder estoy con chiquitillos de 4 años y efectivamente la

alimentación es un punto clave porque me ha pasado que digamos en febrero tenía un uno de los chicos comía todo y ahora no come nada y hay que sentarse a la par de él a comer entonces creo que es ese proceso de que a los 4 años ni soy bebé ni soy un chico grande entonces creo que es más que todo armarse de paciencia porque efectivamente creo que los 4 años son como nada ahí crucial en que decido yo que me guste y decido yo que quiero y decido yo qué voy a hacer verdad pero es importante que siempre mamá papá o teacher o cuidadora abuelito o abuelita como esa variedad porque digamos que para mí también ha sido un proceso con este chico ver qué pasa verdad Porque a veces no sabemos que hay en casa y llega al kínder y pues se les ofrece una alimentación y no quieren nadie no dice bueno tal vez en casa no hay una variedad Y si la hay pero es como ese proceso de paciencia y como decías o hacerlo como de no sé cómo y que lo intentemos sin generar tanta presión porque también hay dos grupos verdad y otro grupo de cuatro años y me pasaba que en el otro grupo un chico le pasó lo mismo y por siempre terminaba llorando en las comidas verdad Y creo que esto tampoco es saludable porque le genera miles de cosas en su alimentación y también Incluso en su desarrollo integral creo que el aspecto social verdad y incluso hasta cognitivo de recordar una mala experiencia. De verdad le damos las gracias a María Fernanda por este taller.

María Fernanda: Mucho gusto

Michelle: Creo que de verdad aprendimos muchas cosas, de verdad de nuevo entonces por compartir este momento con nosotras y

por la información que se nos brindó un placer, esta semana la tarea mientras Bueno mientras Cata está compartiendo la pantalla. Quería mencionar que tal vez podemos comprar como platos o vasos interiores que sean ya propios del chico yo sé que fijo ya ustedes lo saben, pero he visto que funciona mucho si yo tengo muy vacil me emociona el usar mis cosas me emociona mi vaso para para poder no sé utilizar mis cosas Bueno la actividad de esta semana la tarea de esta semana se llama cocina queremos que esté esa queja también un espacio para que todos podamos compartir en familia y disfrutemos y tengamos un premio como primero vamos a hacer vamos a iniciar con un cuento vamos a leer un cuento sobre animales sanar por qué entonces el cuento el concierto en la granja lo vamos a compartir por el grupo de WhatsApp para que ustedes si quieren lo pueden contar ya sea súper fácil Entonces lo puede mostrar por el celular y después guardamos el celular o no lo aprendemos porque es muy fácil el cuento Los tenemos en PDF en presentación del Powerpoint no sé si que ustedes tienen que se los mandemos en las dos opciones Si tienen delante y vamos a cocinar una merienda saludable y divertida con los chicos y los materiales de algunos de ellos para que ustedes lo puedan hacer entonces por qué vamos a usar contando un cuento animales porque vamos a ser animales con la galleta de arroz y la mantequilla que le quieran agregar usamos la imaginación Verdad que es un súper lindos muy fáciles porque con ponerle dos pelotitas no sé de alguna fruta unas una pasa unos chocolatitos o lo que salga y un y una sonrisa ya tenemos un animal no no

tiene que pasar animales con que nosotros digamos que es un perro aquí lo que importa la imaginación no importa tanto el resultado sino la experiencia que estamos creando creando Entonces en este momento las fresas Obviamente con materiales adecuados para ellos como son frutas con un cuchillo de untar mantequilla las frutas entonces a ellos pueden ir Dando su propio animal y ustedes creen después que terminaron le pueden tomar una foto si se acuerdan a la mediana antes de comerla y después ya como familia podemos disfrutar la merienda incluso podemos contar el cuento mientras estamos contando mientras estamos disfrutando esperamos todas sus fotos y los días que tengan y como tipo traes que pueden dejar el celular en un lugar donde no se vea tanto para que no no corta esa interacción con los chicos Okay este no sé si quieren alguna duda al respecto a la actividad maní verdad puede como hacer el banana puré y que habla

Trajes de La del taller pasado estos esta noche han sido maravillosos porque le pasó Le pongo musiquita relajante como el video que les mandé le hago bastantes masajes y ya caen y es importante verdad que no solo Elena como que la relaja tanto sino que ustedes están creando ahí un vínculo afectivo como importante Eso es parte de lo que queremos ustedes también verdad a Mariano con solo ponerle las musiquita y les pongo un aceitito este los chicos de cuatro o cinco o seis años como como desarrollando su imaginación y creatividad y también ese mismo vínculo que están creando así ocupan esos espacios y somos también parte de esa familia somos también si tienen alguna duda

igual estamos pendientes en el WhatsApp ahorita les pasamos el PDF igual de la actividad de esta semana.

Apéndice N

Transcripción Taller “Importancia de los
vínculos afectivos de lo 0 a los 6” 5 de
junio del 2021

Catalina: Les voy a presentar entonces a Glori es licenciada en psicología y bachiller en en pedagogía con énfasis en educación preescolar ella va a ser la encargada de nuestro taller acerca de vínculos efectivos entonces Glori el espacio es todo suyo.

Gloriana: Muchísimas gracias un gusto poder acompañarles hoy en este ratito que vamos a compartir bueno para empezar vamos a conversar sobre el tema de los vínculos afectivos de criar niños y niñas emocionalmente saludables para que nos eduquemos juntos verdad.

Entonces vamos a empezar para iniciar verdad como base yo creo que posiblemente Cata y Michelle les hablaron que es un vínculo afectivo pero si no quería dejar como a la libre verdad y sin base todo el fundamento de lo que vamos a hablar posteriormente.

Entonces qué es un vínculo afectivo o cómo entendemos un vínculo afectivo los vínculos afectivos son esos lazos que aportan al niño a la niña una interacción social en cualquiera de las situaciones angustiantes que el niño o la niña pueda vivir y obviamente la satisfacción de los cuidados básicos o necesarios además de muchos otros aspectos que vamos a ver eh conforme vamos ir abordando el tema lo que es importante que nos quede más claro es que los lazos que se establecen con el niño o con la niña desde pequeños van a construir una base verdad son igual de importantes, por ejemplo las relaciones que tiene como adulto a las

relaciones que tuvo cuando niño van a marcar una base para esas relaciones que va a tener cuando sea adulto entonces podemos entender que un vínculo afectivo está demarcado o está caracterizado por la presencia de una persona adulta verdad en este caso mamá papá la abuela la persona que le cuida al niño o a la niña, el encargado de reforzar esos vínculos puestos lazos afectivo.

Que no hay que hacer con los niños, por ejemplo en estas etapas de recién nacido de bebé porque aún ellos no saben identificar muchos aspectos Y en este plano tan básico donde los niños y las niñas aún no se comunican con las palabras el llanto es verdad su manera más fácil de comunicarse con mamá con papá con la persona que me cuida la importancia de cómo reaccionamos ante estas cosas genera vínculo de contacto físico

Con el niño o la niña en estos primeros años o en este primer año marca toda una diferencia a nivel de su realidad emocional, quería preguntarles para ustedes en su proceso anteriormente-¿Cuál ha sido la etapa de su desarrollo en que más han tenido que reforzar esta parte del vínculo que invertir?

Familia: Bueno Yo tengo dos una de 10 meses que cumple mañana y otro de 3 años y 9 meses y bueno en este momento con la presencia de mi hija con relación con mi hijo ha sido complicado eso porque si quiere como más atención hemos estado trabajando eso porque ya está el hermano la niña porque por por la edad que tiene a la mamá de verdad y igual que la que la chiquita aquí en la imagen el mismo proceso verdad yo yo no la dejo llorar yo la calmo la tranquilizo y ya después cuando veo que ya está tranquila la pongo a jugar solita Entonces ya ahí ve que ella ya puede estar sola y mi hijo mi hijo siempre pidió mucha atención desde pequeño

y ahora que llegó la hermanita ha sido diferente.

Gloriana: Sí ha sido claro cuando llega un hermano o hermana hay otro proceso de digamos que es que él está una etapa de autonomía.

Familia: Bueno a mi me pasó algo similar, yo ya estaba estudiando verdad, entonces como el periodo del año los dos años a mí me costaba mucho pero ahí está, me pasaba mucho que como yo pasa periodos largos de tiempo universidad claro obviamente era muy difícil porque tal vez como el miedo como Ay se me va o cuestiones así verdad este, bueno mi hijo tiene 4 años y creo que en el momento así como cuando lo metí como en el kínder Pero de ahí ya poco a poco también como cuando ellos se dan dando cuenta que uno regresa verdad que solo y fue como un proceso muy respetuoso porque lo metí como por poquitas horas al día y así para que no fuera un cambio tan tan gigantesco pero ya el hecho de que sean de personas desconocidas este otro ambiente.

Gloriana: Claro claro muy bien muchas gracias alguno alguna más nos quiera compartir.

Familia: En realidad yo siento que ahorita que tiene 4 años es también como otra red enorme porque ellos ya identifican varias emociones y las pueden razonar mejor entonces también están como buscando esos límites a ver hasta dónde puedo llegar y qué puedo hacer y mi hijo es muy temperamental no sé si la palabra correcta pero si un momento está súper este feliz verdad y cariñoso y se enoja por todo pero yo creo que es como parte también como de la edad pero sí me llama la atención porque no sé por qué se ha empezado así le empiezas a explicar porque no es tonto y que que uno no debe decirse a uno mismo verdad esas cosas. Entonces cuando está como frustrado o sí dice que es un tonto dice, porfa decime Por

qué no soy un tonto entonces como que ocupa esa reafirmación de que le explique. Pero él me lo pide.

Gloriana: Claro claro está un proceso muy interesante ahora lo vamos a ver bueno cada etapa tiene su complejidad verdad y en cada etapa vamos a ver distintas situaciones.

Pero conforme los chicos empiezan a tener esa autonomía progresiva verdad y empiezan ya a reflexionar más en las cosas, entonces vamos a ir viendo verdad cómo se complejiza la situación ahora necesitan otro tipo de atención porque empiezan estas otras cosas verdad que los niños y niñas no solo ven en su ambiente verdad sino se van comportando de otra manera.

Familia: Me lo han dicho y yo digo es que no cuando esté más grande es más fácil y yo es que nunca es fácil siempre es diferente aunque sea incluso hasta adolescente una cuestión así dificultad no es que cambias son los retos que que ya uno no tiene que pasar pero siempre sigue siendo difícil que entre más pequeños A los 3 años y luego de los tres a los seis pero siempre es difícil.

Gloriana: Es importante entender cómo se empieza a gestar todo este vínculo desde el primer momento una serie de necesidades básicas verdad alimento protección verdad que me bañen que me transporte etcétera. Pero a nivel del vínculo afectivo las necesidades básicas del niño se van a enfatizar en el contacto físico la chiquitita verdad requiere mucho de ese contacto físico las miradas van a hacer esos indicadores básicos o esas aspectos elementales que van a ir ayudándole al pequeño a crear un vínculo entre papá mamá y yo verdad ese primer momento afectivo van a ir avanzando las maneras en las que yo también puedo ir cambiando como construir ese vínculo afectivo Porque además de influir en el vínculo afectivo desarrolla otro montón de procesos a nivel cognitivo a nivel emocional

y a nivel del lenguaje que poco a poco van a ir incidiendo verdad en la formación que el niño está teniendo en su cerebro es muy importante nivel de contacto físico poco a poco vamos a ir también ampliando esas posibilidades muy básicos pero si queda esa huella de sentirme cerca de mamá de sentirme acogido anteriormente van a causar respuestas neurofisiológicas en el cerebro del bebé.

Vamos haciendo estas cosas conforme vamos reforzando este vínculo afectivo entre el niño y papá y mamá cuidadora porque si yo me siento acogido yo me siento tranquilo van a segregarse un montón de sustancias en mi cerebro en las emociones que siento pero también en el desarrollo de la conducta en el desarrollo fisiológico hasta en el desarrollo físico de una niña y bueno vamos a entender como lo hemos visto que este primer vínculo entre el niño y la niña y las personas que le cuiden tiene una gran importancia porque va a comportarse como el modelo más importante o más significativo para las relaciones que posteriormente él o ella van a establecer en el futuro donde establecemos la base establecemos la manera en que el niño vaya reconociendo verdad cómo me siento con el afecto y con la cercanía de las otras personas y que posteriormente también va a aplicar en su vida los procesos que llevan los niños o las niñas o han conocido cuando se encuentran en un en un albergue verdad cuando ha sido han sido entregados muchas veces pasa que a los niños y a las niñas no se les da la contención necesaria la relación necesaria para establecer este vínculo hay que continuar reforzando aún más, porque la falta de ese momento va a aperturar así no hay que tratar en las otras etapas de reforzar esa falta para que no se convierta verdad en una base poco sólida no se convierta en una base endeble que el niño tenga para sus relaciones futuras-

Tienen alguna consultita hasta acá la teoría empiezan a ver también una ampliación del círculo de vínculos otras personas involucradas pero aquí es donde el niño o la niña empieza a tener como más conciencia verdad de con quién me siento bien al lado de quién me siento bien no sé si ustedes han visto verdad posiblemente les ha pasado estar con cierta persona verdad o cuando le decimos que tiene que quedarse con alguien una posibilidad con quién se siente a salvo con quién se siente seguro con quién se siente más cercano para fortalecer el vínculo afectivo sean distintas quiere hacer las cosas solitos de necesidad niño a la niña con alguna persona para que le cuide porque trabajamos porque tenemos que hacer una diligencia verdad diferentes motivos pero a veces pasa que el niño o la niña no se sienten seguros con esa persona entonces pasan en un estado de alerta constante necesitamos ir viendo y reflexionando sobre cómo se siente el niño con esas personas que están a su alrededor me acoge entonces voy a estar más tranquilo y voy a seguir desarrollando este vínculo que tengo con esta persona pero sí de lo contrario esta persona me hace sentir inseguro verdad y no quiero estar con esta persona, bueno necesitamos evaluar que puede estar pasando ahí y bueno de parte verdad o de la persona más cercana al niño o a la niña bueno Está también verdad seguir fomentando esa buena relación con ellos verdad sigamos nutriendo lo que veníamos lo que hemos venido trabajando verdad etapa del recién nacido y donde necesita más contacto físico donde necesitan más atención porque tenemos que satisfacer las necesidades y para fortalecer esas bases que ya hemos citado anteriormente ellos quieren ir detrás de esos niños más grandes es importante seguir brindándole ese sentimiento de seguridad muy importante y además es muy complejo claramente el poder saber que tenemos que darle al niño cierta

capacidad o cierta oportunidad de explorar su autonomía se han dado cuenta que por ejemplo a los 2 años.

Familia: Yo puedo hacer una pregunta o al final es que a mí me pasa este bueno más por haber la situación de sobrinitos de tanto los dos lados de la familia entonces no tiene como tanto chiquito pequeñito para convivir verdad, entonces tendrá pero siempre son como más grandes y si se topa alguno chiquitito lo vemos allá una vez perdida porque la cuestión del covid él en ese aspecto por lo menos la parte de la socialización con otros chiquitos no le afecta que no tendríamos que en este momento no se haya podido como es que el otro año convivir con tanto chiquito de la edad incluso yo siento que eso le ha afectado.

Familia: Bueno a él habla pero todavía no articula Como oraciones muy complejas o pronuncia ciertas palabras verdad porque este bueno yo lo pongo igual hacer ejercicios pero yo digo si tal vez que con otro chiquito se hace tiene que ir obligado verdad entonces ya tal vez se dice su mamá pero la parte social eso no sé como que a eso en ese momento o sea no le afecta hasta cierto punto, no poder convivir con otros niños de la edad de él y todo eso.

Gloriana: Okay es muy interesante y muy valiosa la la consulta la compañera porque porque claro verdad Ahora bueno además en la situación en la que estamos actualmente verdad que tenemos que estar más reservados con la interacción con nuestros familiares con las personas que no viven dentro de nuestra casa, pero además porque actualmente estamos viviendo en una época donde las familias relacionarse con los niños pero sí va a haber cierto como cierta precaución al momento de verdad y también depende mucho de la personalidad la compañera con otros niños bueno en este caso ya vemos que ya ha habido verdad vinculación.

Posiblemente no vaya a ser verdad tan complejo tan difícil cuando por ejemplo no va a ser tan complejo porque ya estaba interacción con otros niños que son hijos o hijas únicos y que no han tenido mucha interacción más allá en este momento interactuar con otros niños verdad en otros momentos tal vez ahorita, por el confinamiento pues verdad está más limitado ese ese espacio pero posiblemente ya cuando llegue el momento del kínder verdad ya va a tener esa otra posibilidad.

Obviamente en todas las etapas los niños necesitan que estemos al lado de ellos que hagamos actividades con ellos entonces acá va a haber una necesidad verdad doble de que hagamos que compartamos juegos que compartamos actividades que a ellos les guste por qué como ya hay una autonomía les encanta que vayamos a jugar con ellos tal vez Nosotros ni siquiera tenemos ideando pero a ellos les encanta que les estemos acompañando que también tomemos un muñequito y juguemos con ellos el juego acompañados por esas personas que son figuras cercanas de vinculación de este tipo verdad en este tipo de actividades para reforzar sus capacidades que es un poco de lo que hablaba ahora al inicio la compañera comparar con otros niños esto es sumamente normal con otros niños o empieza a hacer comparaciones y por eso establezca por qué porque está haciendo comparaciones con otras cosas donde necesitamos incrementar la confianza de los niños y las niñas en ellos mismos a través de estos juegos podemos reconocer las capacidades que ellos tienen a través del compartir momentos podemos hablar verdad seguimos priorizando muy en cuenta la parte del contacto físico verdad que si vemos normalmente los niños y las niñas en estas edades verdad les encanta llegar a abrazarlos muy muy importante reconocer las emociones tengo que empezar a enseñarle

alternativas para expresar sus sentimientos de los niños y las niñas que ustedes tienen en sus casas se sienten seguros se sienten en calma sienten afecto verdad y ellos mismos lo manifiesta por varias personas si tuvieran hermano, entonces ya empiezan afianzar varios vínculos más importantes de lograr.

Anteriormente que el niño o la niña verdad de que el niño le decía que él es tonto. Bueno ya le empieza a hacer una valoración de sí ya hay un reconocimiento de algo que tal vez sí tenemos que trabajar y ayudarlo para que tenga confianza en sí mismo pero ya podemos ver que hay una valoración de sí mismo es trabajar la confianza y trabajar para que él vaya dando un cambio de sí mismo soy capaz de evaluar que la otra persona a desarrollar la empatía los niños y las niñas sepan diferenciar que está bien lastimos esta capacidad. Porque si queremos que los niños identifiquen que sienten que sienten los demás tienen que empezar por identificar qué sienten ellos.

Ahora sí dígame compañero.

Familia: En los dos años cuando él sentía me escuchan bien Ahora no sé si es que retrocedió volvió otra vez en eso pero lo que está haciendo es que cuando se enoja en este momento hace de escupir o sea se enoja tanto tanto tanto tanto que hace escupir yo le explico a él que bueno, tiene que que primero yo sepa respire tres veces tres veces que respire tres inhalaciones pero tres veces. Entonces ya él ya lo veo que él respira y respira pero le ha pasado muy muy seguido muy seguido. como que no no decirle no no sabes cómo reaccionar antes de las que él pueda manifestar ese nombre y regular su enojo-

Gloriana: Es importante darle las palabras al niño para expresarse, entonces bueno lo vamos hablando y lo vamos comentando y vamos buscando alternativas efectivamente por ejemplo el acto de morder

en los chiquitinos en los más pequeños es un acto como muy normal que utilicen para para tramitar el enojo verdad la manera más básica de conocer el mundo verdad entonces, si ahora no sé cómo reaccionar pues di lo que hago es morder.

Familia: A mi hijo lo que le pasa es que se enoja cuando algo no le sale, como que el se dice que no quiero fallar y es persistente verdad. Entonces qué uno puede hacer ese tipo de situaciones no tal vez el hecho como que así como también no sé que también eso le va a ayudar mucho en la escuela porque tal vez el mismo hecho de ver a otros chiquitos que también lo intentan él dice, bueno no me voy a enojar y voy a tratar yo también verdad. Pero más que nada de ahí sale siempre como las las etapas de enojo y frustración que él tiene verdad tengo que intentarlo más que no Hágalo usted verdad entonces no sé qué le podría hacer.

Gloriana: Si es normal ahora si vivimos más rodeados de adultos pues ellos ven que los adultos hacen las cosas mucho más fácilmente verdad, hay que darle el ejemplo y oportunidades, lo que tenemos que hacer y aprovechar en ese proceso explicar que se van haciendo mejor si lo intentamos si lo intentamos varias veces. Entonces tal vez es como explicarle y hacerle ver, papá mamá también tuvieron que aprender. Entonces tratamos de reforzar también esa parte del proceso pero sí es muy importante darle validez paso a paso entonces

Familia: Y me da una lástima porque entonces no es solo tratar de entender esa emoción sino que ya se se frustra y dice ay yo no quería hacerlo y siempre lo hago y se siente pésimo verdad se siente súper culpable y me hace pero porque siempre lo hago si yo no quiero hacerlo como que no es solo como tratar de tramitar esa emoción del momento sino que ya después se siente súper mal

porque sabe que que estaba incorrecto, claro me cuesta mucho como tratar de de que no se sienta culpable y si no o sea y tratar de explicarle o por lo menos que le entienda porque se está sintiendo así porque ya como que pierde el hilo de la emoción que estaba sintiendo y más bien ya empieza a sentir como esa culpa yo no quería hacerlo y siempre lo hago ya se bloquea. Entonces yo lo que trato de hacer tal vez es como no en el momento que él está con todas esa montaña rusa de emociones, no que ya después tratar en otro momento del día donde él está tranquilo hablar.

Gloriana: es muy provechoso pienso yo sí efectivamente verdad, o sea yo creo que a nadie que en el momento del enojo nos digan verdad calmese. A veces mucho mejor esperamos a que pase el enojo igual con los niños y las niñas verdad nada logramos ponernos a regañar al niño en medio del enojo verdad o a conversar con ellos.

Familia: Él se enoja es que a veces los chicos se dice que es como una ira tan incontrolable verdad yo lo que yo lo que hago porque yo sé que en esa situación yo no puedo razonar con él es sentarlo o sea ni siquiera es por castigo es como sientes aquí tranquilícese aquí porque más más bien como que en el calor de la situación más bien él yo siento que él lo ve como castigo verdad, entonces más bien incluso reacciona más y al rato se tranquiliza. Pero yo a veces yo me pregunto y yo he visto que mucha gente también como después yo siento y me siento y me siento hablar con él verdad que que porque tal vez esas cosas no se hacen no están bien verdad sí mi amor ahorita entonces ya ya es como un cambio actitud totalmente diferente como estaba antes verdad. Pero a veces yo me pregunto qué tan bueno es hacer eso porque digamos el mismo hecho es hora de sentarlo tal vez ni siquiera es un castigo verdad hablamos porque digamos no se puede razonar con él a

veces así como del puro en el momento era mental bueno es como hacer eso porque a veces yo uno uno como que le entra la reflexión también verdad y ya se me siento culpable pero yo sé que es por el bien de él.

Gloriana: Claro claro, está bueno como hacer ese tipo de ejercicios es muy importante porque tenemos que enseñarles a negociar verdad porque estamos en ese proceso ya los niños tienen capacidad de razonamiento y además tenemos que involucrar al niño en la toma de decisiones algo. Se supone que ese tiempo fueras para que el niño reflexione sobre lo que estaba haciendo verdad pero se convierte en un castigo ni siquiera reflexiona por ejemplo verdad. Más bien podríamos hacer algo en el escenario sensoriales Tranquilizarte o vas y tomas agua. Qué prefieres entonces bueno si él dice voy a ir a tomar agua, entonces vamos y lo acompañamos jamás dejarlo solo verdad efectivamente muchas veces están tan enojados que hacen otro desorden verdad.

En estas experiencias que ustedes nos comentaron hay una capacidad de autocontrolarse Entonces ya hay una capacidad de reconocer que los actos y los comportamientos tienen consecuencias y hay consecuencias naturales por ejemplo si yo tomé un cuchillo me puedo cortar es una consecuencia natural que no son tan naturales y yo eh juego con un fuego me puedo quemar si yo tomo un cuchillo me puedo quemar pero también hay otras consecuencias jugando en la cocina pero tenemos que tratar de que en este proceso de enseñarle a los niños que hay comportamientos inadecuados también hay consecuencias.

Entonces nos sacamos una consecuencia debajo de la manga y el mismo niño se queda de verdad igual o sea ni siquiera entiende que es lo que está pasando entonces tratamos de construir anticipadamente con ellos verdad esas consecuencias no se pueda pero si ya

sabemos que hay cosas verdad queremos educar y queremos enseñar a los niños porque esas cosas tenemos que cambiarlas, tenemos que tratar de mejorarlas es un proceso de los adolescentes verdad que con los niños a la 1 de la mañana y en el caso de los comportamientos inadecuados también podemos enseñarle mucho a los niños a través del juego a través de los cuentos a través de las historias a través de dramatizar verdad. Por qué a veces pasa que los niños necesitan las cosas muy concretas verdad y nosotros Tratamos de explicar muy elaboradamente y al final ni siquiera lograron entender necesitamos un poco de esas experiencias verdad que ustedes han vivido. Alguno tiene alguna otra situación.

Familia: El cierto uso de palabras como que como vos ahorita decias me llamó mucho la atención verdad que tal vez uno no lo había visto de esa manera pero por ejemplo a mí no me gusta preguntarle a él te portaste bien o te portaste mal ya el hecho de es que te portaste mal o sea a mí me cuesta mucho este o no me gusta usarlo y yo sé que en el kínder lo usan por ejemplo lo que trato muchas veces es como de buscar palabras y no asociarlas a algo negativo porque ya el hecho de preguntarle cómo te portaste Lo pone a él en un estado de malas, me está cuestionando verdad entonces yo lo que trato de hacer es preguntarle como o cuando no se está portando bien, por ejemplo yo no le digo te estás portando mal porque ya siento como que lo estoy atacando no sé porque tal vez en el kínder ese es el mensaje que tiene esa palabra. Yo le digo a él que él y yo somos un equipo ocupamos el ayudar y yo también entonces yo lo que hago es decirle cómo mira hoy de verdad no me estás ayudando mucho ocupo que pongas más de tu parte pero digo obviamente siempre van a ver como escenarios externos y así. O esa carita de para ver cómo voy a reaccionar verdad Entonces

yo trato como de decirle de que tienes que ayudarlo más a la teacher pero si es ss difícil de ver como uno los hace como analizar sus emociones y todo sin que ellos se sientan también como son como muy sensibles verdad no quiero hacerlo sentir atacado por ejemplo yo siempre trato como de no generalizar.

Gloriana: hay que tener mucho cuidado con las palabras que usamos también verdad como adultos tal vez ya sabemos manejar un poco la situación. Ellos mismos muchas veces ni siquiera comprenden la palabra que usaron pero la usaron muy fuerte y tal vez no lo he aplicado o hecho tan conscientemente pero a veces uno comete el error de decirle Mira es que vos reaccionas así y me hace sentir de esta manera y está bien hacerle saber cómo uno se siente pero también viene o sea a lo que estamos hablando del uso de las palabras porque también uno le puede estar o el niño puede estar entendiendo que él también es responsable de cómo nosotros manejamos las emociones y ya es como ponerle el peso al que maneja sus emociones. Pero además sus acciones van a repercutir en mis emociones. No se si tienen otra experiencia que nos quieran compartir

Familia: tal vez yendo un poco también a lo que Naty decía la parte de el factor externo verdad que uno trata como de crear ciertos como esas barreras digámoslo así en la casa para no hacerlo sentir a él mal o cosas así usar palabras positivas a mí me pasa mucho y que él comparte mucho con el bisabuelo es si está jugando él pues ya el bisabuelo verdad es una persona mayor y fue criado de una manera en específico entonces hay veces que discuten por ciertas cosas.

Gloriana: Si claro para ambos es un ajuste, pero lo importante es cuando el niño se siente contenido físicamente y emocionalmente. No se si alguna tiene otro comentario. Bueno muchísimas gracias por por compartir hoy

este espacio tan bonito y ojalá que nos podamos ver en otro momento les agradezco por compartir este espacio.

Catalina: Muchas gracias a Glori por su tiempo, de verdad las familias participaron un montón.

Michelle: Gracias a Glori de verdad, fue muy enriquecedor.

Michelle: Bueno la actividad de esta semana se llama vamos a comer juntos en qué consiste Okay vamos a hacer básicamente tres pasos vamos a realizar un picnic el primer paso va a ser preparar implementos para realizar el picnic ya sea comida sábanas almohadones parlante utensilios todo lo que ustedes crean que van a necesitar para este picnic es importante que esto lo van a preparar juntos verdad este mamá papá hijo hija tío abuela quienes participan verdad que lo preparen traten de prepararlos juntos dónde bueno que la idea es también que puedan juntos pensar dónde lo van a realizar no es necesario que lo hagan fuera de casa pueden perfectamente pensar juntos dónde lo quieren hacer dentro de la casa ya sea que quieren extender no sea una sábana en la sala o si tienen algún espacio verde que entonces lo quieren hacer en ese espacio verde verdad no es necesario que tengan que trasladarse a algún lugar en caso de que decidieran hacerlo fuera de sus casas que puedan decidir juntos dónde se van a sentar verdad que que los chicos participen de estas decisiones y finalmente el picnic que juntos puedan acomodar el espacio donde lo van a realizar y que disfrute un espacio en donde puedan hablar como de aspectos que les gusta que no les gusta verdad y como de temas en general que puedan cantar que puedan no sé bailar o hacer juegos ya sean como juegos tradicionales de que requieran movimiento o de incluso de mesa verdad todo eso para aplicar un poco lo que hablaba gloria de los vínculos verdad de que los chicos sean parte

de las decisiones de que de que ellos puedan elegir y que puedan ser parte de esta cotidianidad de familia verdad y este pues finalmente que Recuerden que esperamos sus fotos y videos verdad que que pueden dejar el celular grabando desde algún lugar o que incluso pueden hacer un selfie del picnic si ustedes gustan y pues que disfruten mucho la la actividad Igualmente los vamos a estar pasando este PDF para que recuerden En qué consiste la actividad no sé si si tienen alguna duda Muchas gracias de nuevo por acompañarnos hoy de verdad Esperamos que les haya gustado y que les funcione pues este taller y que disfruten la nueva tarea que tiene o realizar Muchas gracias o alguna herramienta de las que ellos mencionó para que lo puedan contactar nos avisan ya sea por el grupo o de forma personal y ahí les pasamos Pues el correo o demás datos esperamos a ver qué pasó y esperamos sus fotos y todo lo que nos quieren contar gracias gracias.

Apéndice Ñ

Transcripción Taller “Una noche de yoga en familia” 2 de julio del 2021

Vean mi perrita que se llama Ella también quiere hacer yoga. Vamos a relajar las rodillas Íbamos a venir venga, vea a cabo haciendo yoga.

Vamos a esperar.

Vamos a respirar por la nariz.

Decíamos.

¿Cómo?

Vieras que casi no te escuchas hablando. Ok.

Si podes bajarle tono spk la música.

Ok, vamos a soltar el aire como si estuviéramos inflando un globo.

Y, vamos a respirar otra vez para poder iniciar este globo.

Y otra vez se inflamó serlo.

Y lo esperemos otra vez más profundo, profundo.

IVIS llenamos de globo por última vez.

Bueno, ya que respiramos súper bien y super profundicemos ha sido un globo gigante.

Vieron que tengo una historia.

Resulta que nosotros vamos a hacer como animal. Hoy tengo una historia de animales y entonces está bien visto que los animales se mueven y hacen cosas que nosotros casi no hacemos.

Entonces vamos a imitar, vamos a copiar los, vamos a copiar un montón montón de animales.

Vamos a copiar animales que hay en la casa como la que está aquí o animales que a veces no hemos visto, pero que sí hemos visto, es Paula en la tele, bueno.

Fotos y vamos a ver cómo hacen esos animales.

Bueno.

Primero.

Vamos a empezar con los animales de la casa y vamos a empezar a hacer como un gato. ¿Cómo es que hacen los gatos? Alguno sabe como hacen los gatos.

Miau miau pero los gatos también se van a ponerse en cuatro patas, entonces ponemos las manos y las rodillas en el piso.

Porque vamos a hacer un gato de primero, vamos a hacer gastos y ustedes han visto que cuando los gatos se asustan algunos asustó, ellos hacen las apps.

Ángela espalda.

Intentan hacer un circulito la espalda uhum, entonces vamos a hacer como un gato asustado.

Y, vamos a meter aquí, haga como canta como gato. Listos unas 23.

Ya van a respirar mundo una vez y sueltan para evitar ese globo otra vez. Estos hacemos como dato.

Soltamos el aire para entrar al club.

Y volvemos a hacer un gato normal que ya no está asustado, uy, pero resulta que ese gato.

Ahí estaba siendo asustado, entonces otra vez vamos a hacer como gato asustado, listos 123 y respiramos.

Ya tenemos un rato estado.

Tú ya no están todo el día sin normal.

Oh, parece que esta vez seas tú.

Vamos a hacer otra vez convocatoria estado.

¿Qué hacemos hoy? Estoy cansado, demasiado, demasiado asustado.

¿Cómo sabes que otra vez puede ser hay chiquillos, vieron o bien mal otra vez en casi todo el gato?

Vamos a intentar hacerlo de nuevo 123.

¿Y volvemos a hacer un gato normal que hicieron genial y ahora?

¿Qué más queda? Uh, ya sé, ustedes han visto un perro estirándote.

El perro de levas.

Y ahora el perro se aspira, entonces nos vamos a poner en el suelo.

Con los dedos.

Tocando el suelo vivo.

Vie íbamos a llevar esos, transferir parte atrás.

Gracias.

Entre las piernas.

La cabeza va a ver las piernas y este perrito.

Porque hace menos estás tirando porque está León.

Ay, pero eso, pero ya volvió a la normalidad.

Aquí decir asepeyo respira.

Uff.

Ay, pero qué sueño.

¿Se perdió otra vez necesitas tirarse?

Ponemos las manitas en el piso, los piecitos en el piso.

Vamos a tirar el trasero y yo hacia atrás y nos estiramos, no respiramos.

Nosotros piecitos ven los críticos.

Ay Dios.

Y volvemos a hacer un perrillo normal.

Sueño.

Voy a dar de nuevo.

Qué sueño.

A ver manos en el piso, pies en el piso y esperemos se perdió por última vez.

Y, nos vemos los piecitos.

¿Ay qué rico se tira de perrillo?

Si ellos ya se porque el gato estaba asustado.

Quieren saber por qué, porque resulta que hay una serpiente o no.

Hay una serpiente.

Hay una serpiente, entonces resulta que la serpiente andá y buscando que comer. ¿Ay qué miedo, entonces, cómo hacen las serpientes, las serpientes? Ana.

Acostar.

Debo.

Abajo, entonces nos acostamos boca abajo.

Esos genial y como hacen las serpientes.

Las serpientes phone.

Las ventanas, sin embargo, es verdad.

No, entonces ponemos los bracitos atrás.

A trasponemos los bracitos.

¿Quién te iba a intentar hacer así para buscar?

¿Yo busco que comer me?

Vamos a entrar que comer los listos 126.

¿Hay sí hay de comer, qué hay de comer hay?

No hay nada que comer.

Entonces bajamos y respiran, bajemos y respira.

Porque esa serpiente se cansó de buscar comida.

Ullate la serpiente algo está viendo en la serpiente, nos levantamos otra vez.

Que la serpiente yo que vivo.

Y bajamos porque ya nos cansamos de buscar.

¿Que cansado que es buscar verdad?

Uy a ver otra vez intentemos buscar una última vez, busquemos 1/10 vez hay, hay que vemos y vemos.

Ay no vemos nada.

Bueno, descansenos otra vez, no vimos nada que tristes.

Ay.

¿Yo tengo una pregunta por ustedes ya la siguiente, se fue, pero ustedes hay que hay un pájaro?

Y ese pájaro es rosado.

¿Alguien sabe cual es un pájaro muy, muy alto y que es cruzado?

Y.

Avestruz.

Nivel.

Bueno sábado la FAO.

Ante, ese truco es un pájaro muy grande, eso es cierto.

Pero um rosado.

Flamengo.

¿Sí, sí, ese mismo cómo era el nombre?

Channing Tatum.

Te tendió.

Pero hubieran algo super interesante, los flamings ellos.

Primero se tienen que poner de pie.

Entonces, nosotros también nos vamos a poner de pie.

Okey y era que los flamings cuando están de pie sube en una pierna.

Y se la ponen así.

Ok.

Vamos a intentar ser flamings, les hay, sí, hay que intentar ser un flamingo. Los amigos tienen todo el equilibrio del mundo y no se cae nunca. Listos. 123.

Intentemos duraría segundo uno 2.

3.

456.

8910 aire genial son super flamings pero.

Bien que los domingos tienen que practicar un montón, entonces practiquemos otra vez el flamenco listos.

12.

Uh uno 2.

3.

Cuatro sinko.

6.

78910.

Uh ya casi ya casi son flamings que increíble intentó una última vez. Listos 123 intentos de flamings.

1234.

5678910.

Hoy exelente trabajo los felicito.

Bueno, ahora nos vamos a sentar porque resulta y acontece.

¿Quién?

Uh uh uh uh nos ven, nos venimos al mar, ahora estamos en el mar, vean esos delfines a ya ven esas tortuguitas del otro lado hay bien todos los animales marinos que vemos.

Qué bonito.

Bueno.

Ahora vamos a hacer como un animal marino super lindo. Vamos a hacer como una tortuga.

Vamos a hacer una tortuga.

¿Entonces, qué tenemos que hacer para hacer una tortuga?

Super paz.

Vamos a juntar los piecitos, las plantas de los pies y las ponemos abajo, juntamos las plantas de los pies.

Y las ponemos abajo y resulta que los que las tortugas tienen un caparazón.

Pero.

Yo no tengo caparazón, ustedes tienen caparazón.

No nosotros no tenemos caparazón.

¿Entonces tenemos que hacernos un caparazón y cómo nos hacemos un caparazón?

Súper fácil.

Exacto. Así entonces vamos a intentar tocarnos la frente con los piecitos.

Listos y ahí respiramos 123 primeras tortugas. Super linda.

Tocamos la frente con los pies. Así también es otra tortuga que se fue de cabeza.

De espaldas y respirando estiran esas tortugas, respiramos estas tortugas.

Ya no somos tortugas, nos volvemos y ya no somos portugués. Se nos fue el caparazón.

Que feo se nos fue el caparazón, pero no, yo quiero ser tortuga entonces listo pues vamos a hacer tortugas 123 por todas, todos tienen lugar.

Quiero ver ese caparazón bien lindo que tortugas más bonitas que hay aquí.

Qué tortugas más lindas.

Guau hay tortugas super diferentes guau. Qué tortuga más lindas volvamos.

Los felicito por esas tortugas.

¿Listos para ser tortugas una última vez?

Bueno, vamos a hacer tortugas otra vez una última vez.

Tortugas, tortugas, respiramos, respiramos.

Ir ay ya me quité el caparazón de tortuga ya se me fue, ya no tengo nada de caparazón.

Oh no.

De suelta que acuerdan cómo la has pasado y una serpiente que intentaba comerse el gatillo.

Ay no.

Ahora hay un tiburón.

¿Vi en un tiburón, vino, vino, vino y ahora hay un tiburón y vamos a ver cómo hace el tiburón, ok?

Entonces, el tiburón también se va a acostar boca abajo e cel entidad. Ellos saben que hacer el tiburón se acuesta boca abajo.

¿Qué hacen las manos? ¿Así? No me suelta que las manos van a ser nuestra aleta tiburón.

¿Entonces qué hacemos?

Vamos a charlar con las manos para hacer una aleta tiburón, juntamos las manos por detrás para hacer una aleta tiburón.

Y nos vamos alzar.

Y, vamos a buscar que comemos, porque esos tiburones está muy bien.

Ay, vamos a soltar las manitas y vamos a respirar ahí un ratito, vamos a respirar un ratito.

Están haciendo genial, son unos animales marinos que na les.

Y nos encontramos un en fin.

Ay bueno, me parece una idea genial. Ahora somos delfines, ya no somos tiburón.

Como delfines, pero los tiburones también tienen la letra listos. Estamos delfines, pongamos las manitas atrás.

Para hacer las.

Estos tomos de pymes.

Sí es nadando por todo Luciano.

Y esos delfines tease puerta para ir esperamos abajo.

¿Respiramos, respiramos súper bien y ahora qué vamos a hacer delfines o tiburones?

¿Qué vas a hacer?

Tiburones.

Vamos a hacer tiburones listos, vamos a ponernos una última vez como tiburones 123.

Como tiburones tiburones.

Tiburones.

Se queda ahí acostados un ratito respirando baja los brazos.

Y de que respirando un ratito.

Ay ahora.

No vamos a sentar.

Nos vamos a sentar.

¿Pero y era que ahora?

Nos vamos a centrar.

Sin tocar el trasero al pito.

Textos que vamos a sentarnos sin tocar el trasero al piso, ven que yo estoy sentada, pero no estoy tocando el piso con mi trasero.

Ok bn.

Y saben que vamos a hacer, vamos a hacer como cangre, entonces por eso yo estoy aquí al lado porque los pendejos camino para que para los lados nunca haces.

Entonces yo obviamente esta manita aquí debajo.

Y esta otra.

Aquí va.

Y soy un cangrejo.

Qué montón de equilibrios tienen que hacer los cangrejos dieron.

Vamos a respirar 10 segundos así listos.

12.

3456.

8.

Bien aimé atacaron de besos pero.

Vamos a sentarnos otra vez en el cine para responder.

Inflamos un globo entremos, estoy lobo.

Otra vez.

Y seamos cangrejos otra vez.

Levantamos el tranquillo del piso.

Metemos.

Las manos por detrás en el huequito de las piernas.

Y lo esperamos 10 segundos así.

123.

Cuatro si.

D.

78910.

Exelente.

Y ahora vamos a hacer.

Yo ya estoy muy cansado, entonces vamos a copiar al animal marino más pero estudioso.

Vamos a hacer una estrella de mar.

En los demás las estrellas de mar que acuestan con los brazos y piernas abiertas y nos vamos a quedar así respirando un rato te para que para descansar.

Nos acostamos y somos una estrella de mar.

Una estrella de mar.

Que respira por la nariz.

Bota el aire por la boca.

Respiramos por amarini.

Dios, estamos en el aire por la boca.

Con la nariz y votamos aire por la boca.

Ay ya me estoy relajando toda toda toda.

Como una estrella de mar.

Gatillos a las estrellas de mar no hacen nada.

Todos aquí.

Pero en otros puntos para que puedan sentir tus estrellas de mar.

Para que puedan sentir el agua del mar tocándole los deditos de los pies con las manos.

Ay hace calor o frío en el mar, no sé algo de calor a frío que está haciendo viento.

Escucha ya.

Muchos pajaritos.

Mucho las olas.

Hay también.

Tal vez.

Ay voy a imaginarme haciendo un castillo de arena que bonito es hacer castillos.

¿O qué?

Ya terminamos de hacer.
 Estrellas de mar.
 Nos sentamos otra vez.
 Y, vamos a respirar profundo, profundo, como lo hicimos la primera vez, nos sentamos con las penitas cruzadas.
 Súper bien ponemos las manos sobre las rodillas.
 Y, vamos a respirar por la nariz profundo, profundo.
 ¿Inflamos ese globo como estamos haciendo?
 Lo esperamos otra vez por la nariz.
 Ambos se yo.
 Estamos de nuevo por esa nariz.
 Y.
 Inflamos un globo.
 Chiquillos muchas gracias por hacer yoga conmigo les gustó ser animales.
 Ay, a mí me encantó hacer jugar de animales con ustedes. Ojalá les haya gustado un montón de animales.
 ¿Tal vez cuando quieran hacer ejercicio, pero no se quieren sudar mucho o quieren hacer algo porque están aburridos, pueden hacer yoga, puede decir cómo hacer un gato a un gato?
 Tenía que asustar, sabes, hay un perro o el pelo se levanta, tenía que esperar.
 Un cangrejo un el cangrejo no podía tocar el trasero y yo en el piso.
 Y así nos podemos divertir y también hacemos ejercicio y jugamos a ser animales y no hay nada más.
 Tío que ser animales sabes porque son demasiado limpios, muchas gracias chiquillos por estar aquí.
 Gracias gracias a ustedes. Gracias.
 ¿Estuvo muy lindo, verdad?
 Adiós.
 Bueno, esperamos que les haya gustado todo di este taller. La idea es que este día son ejercicios súper fáciles de hacer y.
 Incluimos los animales para que fácil relacionarlo con algo que haya mismo que la

idea de hacer yoga. Tal vez en estas horas en la noche de un día al fin de semana es que podemos entrar más relajados al ser alguna actividad o irnos a dormir, podemos irnos más relajados si tenemos como.
 Un viaje triado de mamá de papá. Podemos hacer esto juntos para realizar una conexión. Donde no sea una relación.
 Pasillo, pero activa, por así decirlo.
 ¿Dónde? Aunque no estemos hablando un montón donde nos estamos jugando de vamos a correr, vamos a hacer esto igual, estamos haciendo ejercicio y nos estamos, estamos fortaleciendo ese vínculo afectivo.
 Entonces.
 Ojalá les haya gustado.
 Este nosotras deberán les agradecemos demasiado por todo el apoyo que nos han dado en nuestros talleres y por siempre están dispuestos a participar en todos. Esperamos que de verdad les haya gustado y puedan poner esto en práctica.
 No estuvo super lindo todo y que les vaya muy bien. Si bien las cuentas muchas gracias por ayudarme muy bien.
 A veces cuesta que participen, pero ahí está.
 No y está súper bien las cosas no pasa nada, hay que respetar eso. Esos momentos de si no quieres cenar no hacemos nada.
 Buscamos después otro momento y lo hacemos, no pasa nada.
 Casa no sé.
 ¿Si nos quiere algún momento dar alguna recomendación? ¿Tienen alguna duda, consulta o lo que sea en lo que le podamos ayudar? AAA todas.
 Y.
 Pues aquí estamos también YY una vez más, agradecerles por su disposición para participar en estos talleres. De verdad que no saben lo importante que es para nosotras que poder contar con ustedes, entonces agradecerles una vez más por eso.
 Háztelas gracias.

Bueno, entonces no sé si alguien más quiere comentar o decir algo.

¿Este estamos listos entonces?

Bueno, entonces esperamos que hayan disfrutado un montón. ¿Es este taller de yoga y como decía mi verdad que lo pueden aplicar en cualquier momento de forma diferente, no necesariamente tienen que ser siempre los animales que les enseñé, verdad? Puede incluso buscar otros y de acuerdo mami, ahí está el regalo.

Que linda.

¿Y buscar otros animales y usarla la imaginación y la creatividad, verdad este?

Pueden usarlo para a su favor y para buscar también momentos de relajación entre ustedes.

Claro, sí, sí, estoy viendo, De hecho, hace como semana y media traté de hacer algunos ejercicios de yoga con Gabo, pero eran tan. Nunca se me ocurrió hacer de animales, claro, porque eso contando una historia y todos los atrapamos.

Claro, por lo menos.

Se entretienen más más.

Sino y los beneficios que trae después de eso, verdad que ellos quieran relajados, tienen un mayor y una mayor atención para los que quieran realizar incluso antes de no sé qué estaba en clases, lo que van a hacer alguna tarea o algo así. Les montón.

Auch.

Bueno.

Entonces, muchas gracias y que está muy bien que disfruten mucho el fin de semana.

Igual por todas este Chao, Francisco, Chao, Chao, Chao, Chao, Juan Pablo.

Hasta luego muchas gracias chicos.

Chao Chao chicas Chao gracias gracias.

Apéndice O

Actividad número 1, “¡Hora de talentos!”



¿Qué es la hora de talentos?

- 1 LA PRIMERA ACTIVIDAD SERÁ DARLES EL ESPACIO PARA QUE CANTEN SU CANCIÓN FAVORITA.
- 2 BAILAR AL RITMO DE LA MÚSICA, QUE NOS HACE SENTIR Y DE ACUERDO A ESTO QUE MOVIMIENTOS QUEREMOS O ACCIONES HACER CON ESTA MÚSICA (SALTAR, APLAUDIR, MOVER MANOS, CABEZA, GRITAR, ETC). EN NIÑOS Y NIÑAS QUE SEAN MÁS PEQUEÑOS PODEMOS OFRECERLES PATRONES DE MOVIMIENTOS Y VER CUALES RESPITEN, QUE RESPUESTAN DAN ANTE ESTOS.
- 3 PENSAR, CONVERSAR: ¿CÓMO TE SENTISTE LUEGO DE BAILAR?
- 4 ¿TIENES OTRO TALENTO QUE QUIERAS DEMOSTRAR? ADELANTE.....
- 5 DIVIERTANSE

Baile al ritmo de la música

- | | | |
|--|-------------------------------------|--|
| Hungarian Dance No. 5
Johannes Brahms | 5ta Sinfonía
Beethoven | Vuelo del Moscú
Nikolai Rimsky Korsakov |
| Cabalgata de las Valkirias
Richard Wagner | The four seasons
Antonio Vivaldi | Nocturne Op. 9 No. 2
Chopin |



Baile al ritmo de la música

Recordemos un poco de Costa Rica...

- * El torito (folklore)
- * Saca boom (snarfik)
- * El cangrejo (Jaque Mate)
- * Playas, montaña y sol (Gionín y Los Ajenos)

Apéndice P

Actividad número 2, “¡A Movernos!”



Llegó la hora de enseñar

AQUELLO QUE NOS HACÍA FELICES

Enseñaremos a los niños(as) un juego tradicional con el que de niños(as) nos divertíamos, o algún juego tradicional que puedan realizar

- Ejemplos: rayuela, juguemos en el bosque, rimas con palmas (juego de manos), congelado, escondido, 1,2,3 queso, llegó carta, etc.

Realizar el ejemplo para que los niños(as) comprendan mejor.

- pueden invitar a más familiares a realizar el juego con ustedes.

Cuento masaje

¿EN QUÉ CONSISTE?

Inventaremos un cuento en el que realizaremos movimientos en su espalda. Es decir el niño(a) estará sentado y podemos decir “El lobo iba corriendo (movemos nuestras manos rápidamente por la espalda), cuando se detuvo a ver un castillo (paramos nuestras manos en un lugar de su espalda)...”

Este cuento se puede realizar con niños(as) más pequeños, acostado al niño(a) y realizando el movimiento con sus pies, manos, moviendo nuestras manos en su estómago, cuello, etc.

Disfruten cada actividad

ESPERAMOS SUS FOTOS Y VIDEOS

TIP: recuerden dejar el celular grabando desde algún

Apéndice Q

Actividad número 3, “Cocinemos juntos”

¡Cocinemos Juntos!

Un momento para compartir en familia



A ponernos nuestros sombreros de Chefs

Vamos a crear un espacio de juego y creación con los chicos y chicas.

En esta ocasión seremos Chefs y cocinaremos una merienda saludable y divertida todos juntos como familia.

Vamos a necesitar estos materiales

Galleta de arroz inflado
Mantequilla de maní o jalea
Banano o
alguna fruta
Cuchillo de mantequilla
Plato
Servilletas

Había una vez...



Para iniciar esta actividad leeremos un cuento sobre animales

El cuento "Concierto en la granja" se encuentra en el grupo de WhatsApp

Con los materiales que tienen a mano dejemos volar nuestra imaginación y creamos un animal como los de la imagen.

Recordemos que no importa tanto el resultado final sino la experiencia de compartir y crear algo juntos.

Una vez que terminaron le pueden tomar una foto y disfrutarlo como merienda.



Ejemplo

**ESPERAMOS
SUS FOTOS
Y VIDEOS**

ESPERAMOS DISFRUTEN
ESTE ESPACIO EN
FAMILIA

Tip: Recuerden dejar el celular grabando desde algún mueble, mesa etc. Para así no cortar la interacción con sus hijos(as)

Apéndice R

Actividad número 4, “Vamos a comer juntos”

VAMOS

A

COMER JUNTOS

**¿EN QUÉ
CONSISTE?**



PREPARAR

1

Vamos a preparar los implementos para realizar un picnic, ¿como qué?

Comida, sabana, almohadones, parlante, platos, vasos, toallitas húmedas, entre otros.

¿DÓNDE?

2

Juntos pensaremos dónde vamos a realizar el picnic, NO es necesario salir de casa para realizarlo, podemos buscar un lugar de la casa. En caso que se decida salir, juntos buscarán el lugar dónde se sentarán para realizar el picnic.

PICNIC

3

Acomodar juntos el lugar con lo que se decidió preparar. Disfrutar y hablar sobre la experiencia, además de comentar qué le gusta, qué no le gusta, cantar juntos, bailar, jugar juegos de movimiento o de mesa.

RECUERDEN...



Esperamos sus fotos y videos

Tip: Dejar el celular grabando desde algún punto clave, para no cortar la interacción con sus hijos(as).

Hacer "selfie" del picnic.



**Disfruten de la
actividad**

