

# Guía de estimulación y psicomotricidad en la **educación inicial**



Consejo Nacional de Fomento Educativo

"Este programa es público, ajeno a cualquier partido político.  
Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa".

"Distribución gratuita / Prohibida su venta. Material didáctico para comunidades rurales".



Inclusión Educativa Comunitaria  
TODOS QUEREMOS APRENDER

# Guía de estimulación y psicomotricidad en la **educación inicial**



**Inclusión Educativa Comunitaria**  
TODOS QUEREMOS APRENDER

De todas las casas salen, con el sol,  
niños que parecen vasos de ilusión.

Jaime Torres Bodet

## **DIRECTORIO**

Alfonso Lujambio Irazábal  
*Secretario de Educación Pública*

Arturo Sáenz Ferral  
*Director General del Consejo Nacional de Fomento Educativo*

María Teresa Escobar Zúñiga  
*Directora de Administración y Finanzas*

Miguel Ángel López Reyes  
*Director de Planeación*

Lucero Nava Bolaños  
*Directora de Educación Comunitaria*

César Piña Williams  
*Titular de la Unidad de Programas Compensatorios*

Dolores Ramírez Vargas  
*Directora de Apoyo a la Operación*

Juan José Gómez Escribá  
*Director de Medios y Publicaciones*

Rafael López López  
*Titular de la Unidad Jurídica*

Fernando Sánchez de Ita  
*Titular del Órgano Interno de Control*

*Guía de estimulación y  
psicomotricidad en la educación  
inicial*

*Edición  
pendiente*

*Texto*  
Horacio Meléndez Vidal  
Tania Cruz Rubí  
Yadira Morales Jaimes

*Revisión técnica*  
Josefina Lobera Gracida

*Ilustración  
pendiente*

*Diseño  
pendiente*

Primera edición: 2010  
D.R. © CONSEJO NACIONAL  
DE FOMENTO EDUCATIVO  
Insurgentes Sur 421,  
edificio B, Conjunto Aristos,  
col. Hipódromo,  
CP 06100, México, D.F.

IMPRESO EN MÉXICO

# Índice

Mensaje del Director General .....	4
Presentación .....	5
¿Cómo usar la guía? .....	6
Unidad 1. Movimiento y psicomotricidad .....	7
Patrones de movimiento .....	8
Patrones maduros .....	12
Unidad 2. Actividades .....	13
Sesión para niños de 0 a 3 meses.....	14
Sesión para niños de 4 a 6 meses.....	15
Sesión para niños de 7 a 9 meses.....	17
Sesión para niños de 10 a 12 meses.....	18
Sesión para niños de 13 a 15 meses.....	19
Sesión para niños de 16 a 18 meses.....	20
Sesión para niños de 19 a 24 meses.....	21
Sesión para niños de 25 a 30 meses.....	22
Unidad 3. Recomendaciones generales .....	24
El diálogo tónico .....	25
El llanto del bebé.....	25
Cómo cargar al bebé .....	25
La alimentación .....	25
La importancia del arrullo .....	26
Cómo acariciar al bebé .....	26
¿Por qué no es recomendable el uso de la andadera? .....	27
El apego .....	27
Control de esfínteres .....	27
Anexo. Arrullos tradicionales .....	28
Glosario .....	31
Referencias .....	32

# Mensaje del Director General



**C**omo docente del Conafe, puedes descubrir el potencial de la educación para enfrentar y vencer las difíciles condiciones que se viven en las zonas más pobres de nuestro país, sobre todo cuando trabajas con niños que tienen barreras para el aprendizaje y la participación.

Para que logres un impacto sobresaliente en el rendimiento escolar de los niños con necesidades educativas especiales con o sin discapacidad, se ha elaborado una serie de guías de estimulación, psicomotricidad y educación física para educación inicial y básica, cuya información destaca la importancia de la participación conjunta de todos los involucrados en el proceso educativo: alumnos, docentes y padres de familia.

Mediante el uso de las guías, podrás identificar situaciones particulares de aprendizaje en cada uno de los niños a quienes brindas atención y, con base en ello, desarrollar estrategias de inclusión y organizar actividades para mejorar los resultados esperados.

La dignidad del alumno con alguna discapacidad no es diferente de la del que no la tiene. Su esperanza es la misma que albergamos todos: llegar a ser mejores personas.

Sigue en pie el desafío de convertir las escuelas en espacios donde todos, sin distinción alguna, puedan aprender.

Arturo Sáenz Ferral

# Presentación



La estimulación es algo que de manera instintiva realiza la madre con su hijo; el bebé descubre e interactúa con el mundo a partir del contacto con ella, con los objetos y con su entorno. Aunque es un proceso natural, no siempre se desarrolla de manera óptima. Por ello, el Consejo Nacional de Fomento Educativo (Conafe) crea esta *Guía de estimulación y psicomotricidad en la educación inicial*.

El objetivo de la guía es brindarte información sencilla que facilite el proceso de orientación que, como promotora educativa del Conafe, realizas con los padres de familia, en especial con la madre, en la tarea de criar a los hijos.

La estimulación en la educación inicial se logra mediante la repetición útil de pequeñas sesiones que forman rutinas agradables para el bebé, lo cual le brinda seguridad y confianza; sensaciones que potencializan su desarrollo integral.

# ¿Cómo usar la guía?



La *Guía de estimulación y psicomotricidad en educación inicial* tiene tres unidades.

En la **Unidad 1** se explica qué es la psicomotricidad, el movimiento y los patrones de movimiento, elementos relacionados con el desarrollo del bebé en la etapa que abarca la educación inicial, desde los cero meses hasta los tres años de edad.

Esta información tiene como fin mostrar los cambios que se dan con la maduración (física, intelectual y emocional) y cómo éstos se van manifestando. Recuerda que cada niño es único y tiene un ritmo de crecimiento y aprendizaje distinto; por lo tanto, no hay que alarmarse si algunos tardan más en alcanzar ciertos objetivos.

En la **Unidad 2** se propone una serie de actividades que ayudan a incrementar las habilidades y potencialidades del niño en sus tres ámbitos de desarrollo: exploración y conocimiento del medio (relacionado con la capacidad de movimiento), lenguaje y comunicación (relacionado con la capacidad de comunicación y de adquirir conocimientos) y personal y social (relacionado con la socialización y la personalidad). Dichas actividades se presentan como fichas y están organizadas por edad y por ámbito de desarrollo.

Las fichas de actividades tienen la siguiente estructura:

- a) Edad a la que van dirigidas las actividades.
- b) Ámbito para el cual están orientadas.
- c) Desarrollo.

Como tienen una secuencia flexible, se pueden combinar para organizar una sesión. Podrás realizarlas en compañía de los padres, durante las sesiones, o recomendárselas para que las hagan en casa. Los ejercicios podrán variar según las necesidades de cada bebé.

Las sesiones de estimulación durarán unos 30 minutos y las llevarás a cabo tres veces por semana, pero se recomienda que los padres las realicen todos los días. Cada ejercicio toma entre tres y cinco minutos; por lo que una sesión comprenderá de cuatro a seis ejercicios, aproximadamente: se inicia con un saludo y se termina con un arrullo o masaje.

Se sugiere que en cada sesión se combinen actividades de los tres ámbitos de desarrollo, procurando que sea un momento divertido para el bebé.

En la **Unidad 3** se dan recomendaciones prácticas sobre el cuidado del bebé; consejos que te servirán para ayudar a los padres a crear una relación más consciente y estrecha entre ellos y sus hijos.

Al final hay un anexo con arrullos tradicionales de algunas comunidades de México.

Con el uso de esta guía propiciarás que la labor educativa dentro de la familia sea más gratificante.

# Unidad 1. Movimiento y psicomotricidad



**E**l movimiento en el ser humano existe desde su fecundación y durante todo su desarrollo a lo largo de la vida. Sin embargo, aunque existe un desarrollo motor, la psicomotricidad no interviene en la etapa prenatal ni en los primeros días de nacido, sino que se inicia cuando se forma la psique del individuo; cuando el movimiento se realiza de manera voluntaria. Antes de esto se llama neorodesarrollo y es la evolución que se presenta a partir de la maduración del sistema nervioso y de la información genética.

Recordemos que la psique del niño se va construyendo mediante el contacto con la madre y la interacción con los objetos y el entorno. Por ello es muy importante la estimulación desde la vida intrauterina y, mucho más, a partir del nacimiento. En la etapa de educación inicial, la estimulación servirá para potencializar las capacidades del niño.

A continuación se explicará qué es la psicomotricidad para comprender su importancia en el desarrollo humano.

La palabra está compuesta por dos vocablos: psico, que se refiere a la psique (pensamiento, emoción), y motricidad, basada en el movimiento y el desarrollo motor. Por lo tanto, la psicomotricidad es una disciplina que estudia e interviene en el desarrollo motor en vinculación con el pensamiento y las emociones.

El movimiento es la base de la psicomotricidad, esto es importante para el bebé porque cada acción que realiza tiene sentido para su desarrollo y aprendizaje.

La psicomotricidad es utilizada como una técnica que favorece el desarrollo integral del individuo. De esta manera, existe una interacción entre el cuerpo y el entorno, entre los componentes biológicos, cognoscitivos y psicosociales de la persona.

## Patrones de movimiento

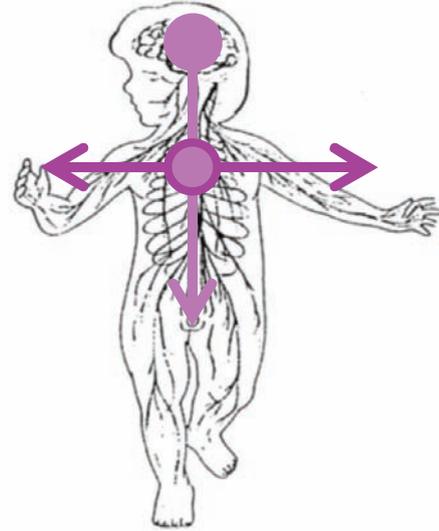
Es importante que tanto tú como los padres conozcan qué es un patrón de movimiento y para qué sirve en la psicomotricidad, por lo cual a continuación se explicará dicho concepto.

Al inicio de la vida, los movimientos de los bebés son sólo reflejos; encontramos reflejos de supervivencia, como la succión, la prensión y la deglución; reflejos posturales, como el de reptación (arrastrarse) y el de marcha, entre otros. Éstos se presentan como respuestas reflejas (no existe anticipación ni planeación del movimiento) ante un estímulo. Con el tiempo algunos reflejos desaparecen y otros se convierten en reacciones posturales. Así, elementos como el equilibrio y los giros corporales le darán al niño la oportunidad de llevar a cabo su actividad motriz o desarrollo motor.

El movimiento en el ser humano sigue una evolución determinada por la genética. Los procesos de movimiento se presentan en todos los niños de cualquier parte del mundo y se manifiestan casi en los mismos tiempos, aunque pueden variar según la cultura y el entorno. Un ejemplo de ello es que en algunas comunidades se acostumbra llevar a los bebés cargados sobre la espalda con rebozos. Esto puede posponer un poco el patrón de marcha, pero no es algo negativo, pues favorece un mejor desarrollo en el ámbito psicosocial gracias al contacto corporal con la madre y los estímulos auditivos y de movimiento que lo acompañan constantemente.

Estos procesos que se presentan en los niños se llaman patrones de movimiento; se manifiestan de manera secuenciada de acuerdo con la maduración neurológica basada en dos leyes de desarrollo:

1. **Cefalocaudal**. El control progresivo del cuerpo va de la cabeza hacia la pelvis (es decir, desde el control cefálico hasta la marcha).
2. **Proximodistal**. Control del tronco del cuerpo hacia los brazos y las piernas.



Los patrones de movimiento están clasificados de la siguiente forma:

1. **Básicos**: de 0 a 18 meses.
2. **Maduros**: de 18 meses a 3 años.
3. **Manipulativos**: de 3 a 6 años.
4. **De perfeccionamiento**: de 6 años en adelante.

En esta guía sólo abordaremos los patrones básicos y maduros, que corresponden a la educación inicial: de cero a tres años de edad.

## Patrones básicos

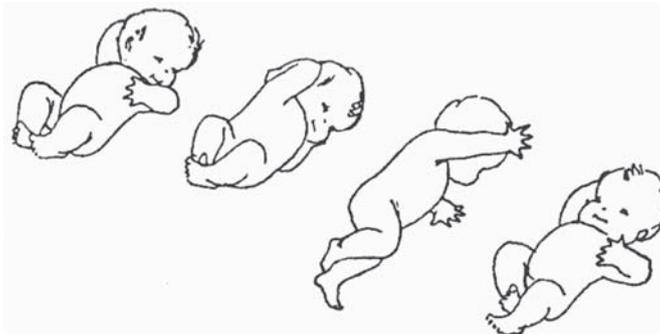
Los patrones básicos de movimiento están relacionados con la maduración neurológica; son nueve y cada uno tiene una secuencia de desarrollo motriz.

1. **Control cefálico**. El primero en manifestarse es el control de la cabeza. Se presenta de los cero a los tres meses de edad y se consolida aproximadamente en el tercer mes.



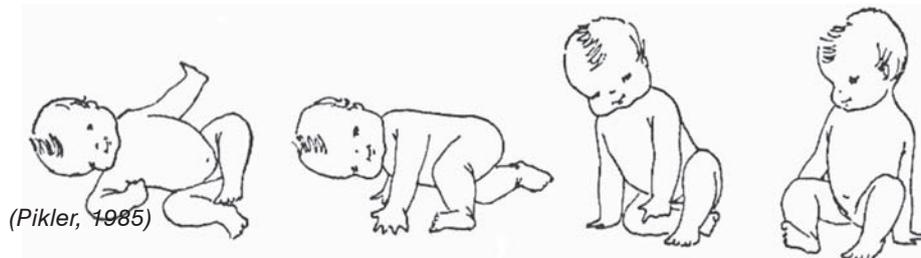
(Pikler, 1985)

2. **Cambio de decúbito**. Se manifiesta una maduración en el cambio de postura, pues el bebé logra pasar de una posición supina (boca arriba) a una prona (boca abajo) y viceversa. Se presenta aproximadamente de los tres a los seis meses de edad.



(Pikler, 1985)

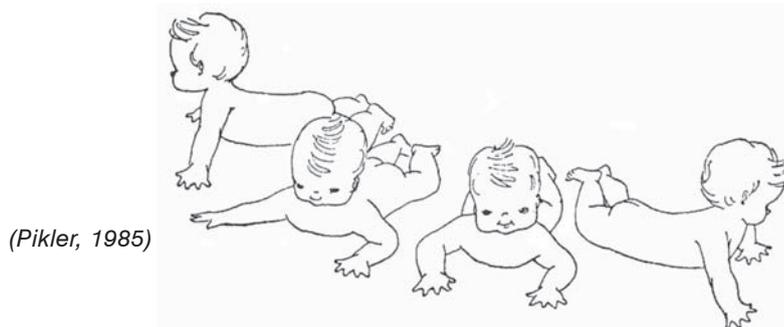
3. **Posición sedente.** Se presenta cuando ya hay fuerza en el tronco y el niño logra enderezarse con una flexión de cadera, apoyándose con el hombro, el brazo y la mano. Se desarrolla aproximadamente de los seis a los ocho meses de edad.



4. **De sedente a decúbito prono.** Cuando el niño logra apoyar sus palmas o brazos manteniendo la cabeza y el tronco levantados. Se presenta de los seis a los ocho meses.



5. **Reptación o arrastre.** Se manifiesta a partir del patrón anterior, pero ahora está involucrado el movimiento de los miembros superiores (brazos) e inferiores (piernas). Al principio, el niño mueve brazos y piernas al mismo tiempo; después logra mover de manera alterna las cuatro extremidades. Precede al gateo y se presenta a la edad de seis a ocho meses.



6. **De sedente a cuatro puntos y gateo.** Se basa en los patrones anteriores y ocurre cuando el niño puede apoyarse en las palmas de sus manos y en sus rodillas. Posteriormente inicia el gateo con movimientos de vaivén hacia adelante y atrás, para finalizar con el desplazamiento. El gateo se presenta de los ocho a los diez meses.

Es importante aclarar que si un bebé se arrastra hacia atrás, no está gateando; para que exista el gateo tiene que darse en la posición de cuatro puntos, con dirección al frente.

### Posición de cuatro puntos

(Pikler, 1985)

(Pikler, 1985)

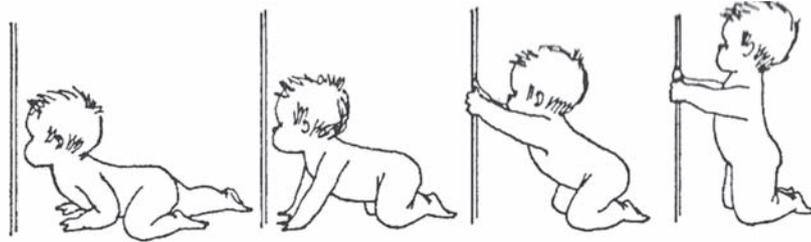


Gateo



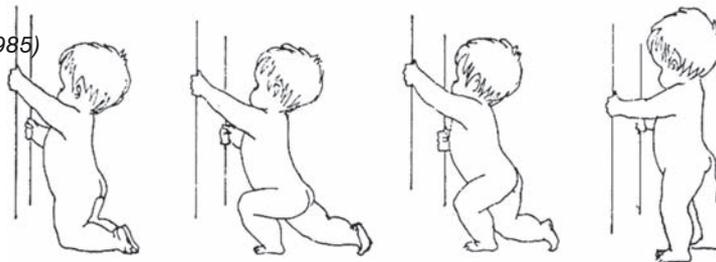
7. *De posición de cuatro puntos a hincado.* A medida que evoluciona el enderezamiento del tronco, el niño va controlando la cadera y los brazos, sobre todo la pelvis, además de que se presenta el equilibrio. Esto ocurre entre los nueve y los once meses de edad.

(Pikler, 1985)



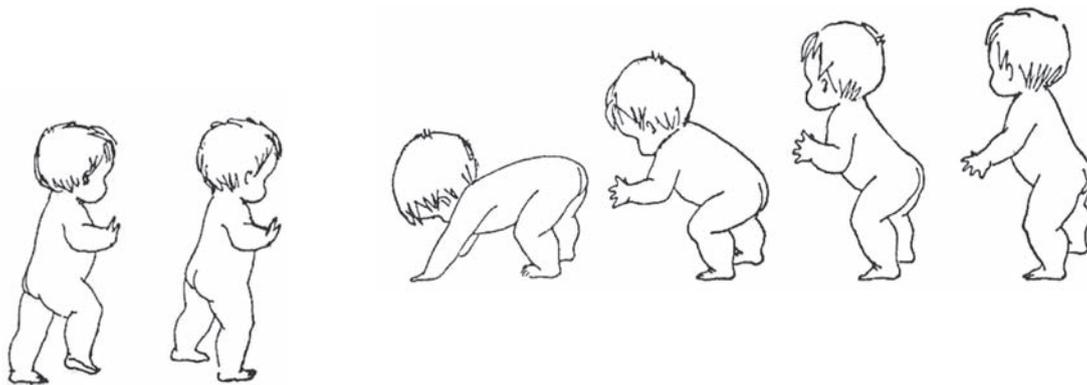
8. *De hincado a bipedestación.* El niño logra esta posición a partir del patrón anterior; al inicio lo hace con apoyo, tomándose de la cuna u otro mueble. Se presenta de los diez a los doce meses.

(Pikler, 1985)



9. *De marcha.* Finaliza el proceso de los patrones básicos de movimiento, debido a la maduración del sistema nervioso a partir de la ley cefalocaudal. Se involucran la postura, el equilibrio, el espacio, la estabilidad y la organización corporal.

(Pikler, 1985)



## Patrones maduros

Cuando el niño ha logrado ponerse en pie, su evolución motriz continúa con los patrones maduros, que se manifiestan de los dieciocho meses a los tres años de edad; éstos son:

1. **Marcha.** A partir de que el niño logra la marcha, irá perfeccionando la direccionalidad, la intención, el equilibrio, los altos totales y la coordinación; poco a poco podrá subir pequeñas rampas y escalones.
2. **Carrera.** Comienza con los intentos de dar velocidad a la marcha. Este patrón también conlleva un proceso, pues al inicio de la carrera hay muy poco despegue del piso e impulso y las extremidades superiores están pegadas al tronco; conforme evoluciona, existe un mayor impulso, despegue del piso (vuelo) y coordinación entre los brazos.
3. **Salto.** Al igual que el patrón anterior, hay un proceso mediante el cual el niño va despegando los pies del piso, primero de manera alterna y después con los pies juntos, hasta lograr un despegue con impulso, vuelo y aterrizaje, coordinando también sus brazos.

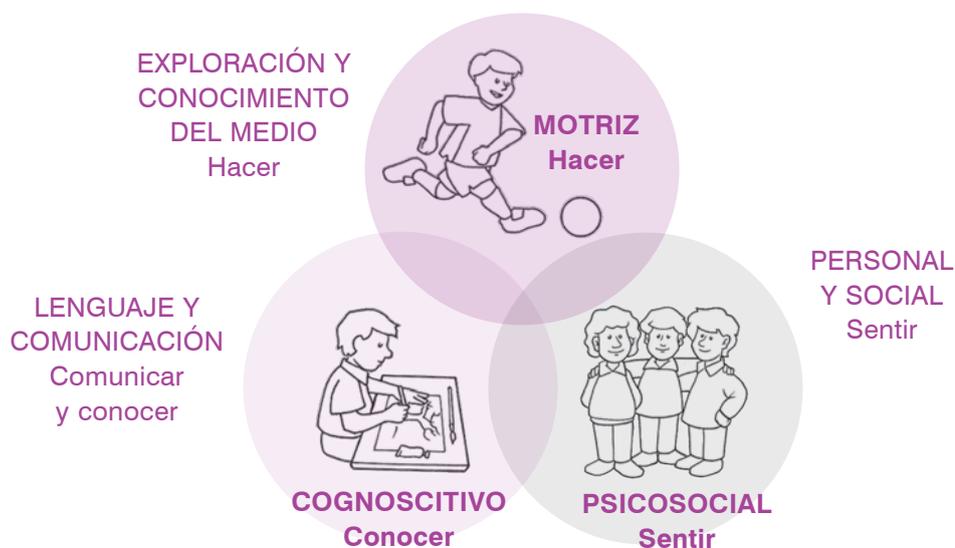
# Unidad 2. Actividades



**E**stas actividades están encaminadas a desarrollar los ámbitos de exploración y conocimiento del medio, lenguaje y comunicación y personal y social del niño de cero meses a tres años de edad. Para realizarlas es necesario que conozcas a cada bebé y así puedas identificar el momento apropiado para la estimulación, haciendo los ejercicios de manera tranquila y suave.

Es importante que observes cómo responde a los estímulos cada uno de los pequeños, con el fin de realizar los ejercicios más apropiados y verificar que los procesos motores se presenten de manera adecuada. En caso de detectar alguna irregularidad o posible retraso en el desarrollo de algún niño, se sugiere hacer uso de la *Guía de observación para la detección de necesidades educativas especiales, con o sin discapacidad, en niños de educación inicial*, editada por el Conafe.

Las actividades sugeridas son sólo un ejemplo de las muchas que se pueden hacer; el principal objetivo es estimular al bebé en sus tres ámbitos de desarrollo. En el siguiente esquema se presenta la relación entre estos ámbitos.



El desarrollo del niño debe ser equilibrado en sus tres ámbitos, ya que cada uno de ellos se desarrolla en conexión con los otros.

## Sesión para niños de 0 a 3 meses

### Exploración y conocimiento del medio

- Acuna al bebé y ponlo en varias posiciones: de espalda, boca arriba y de frente.
- Cuando el bebé esté acostado, flexiona sus brazos para luego estirarlos de manera muy suave hacia arriba de su cabeza.
- Con el bebé acostado, pon tus palmas de las manos en contacto con las plantas de sus pies para propiciar el pataleo.
- Con el bebé acostado boca arriba, traza círculos con sus piernas, como si pedaleara una bicicleta, de manera suave y lenta.
- Enrolla una toalla o manta de manera que formes un rodillo y, sobre éste, coloca al bebé boca abajo; sostenlo por las piernas (en forma de carretilla) y hazlo rodar hasta que sus manos toquen el suelo.

- Coloca en las manos del bebé un aro pequeño (puede ser un aro de costura forrado con listón) o algún otro objeto cilíndrico (como sonaja) que pueda manipular, y ayúdale a moverlo hacia distintas direcciones.

## Lenguaje y comunicación

- Familiariza al bebé con nuestro lenguaje: háblale mientras lo bañas, lo cambias y lo alimentas.
- Imita los sonidos guturales que hace el bebé, para motivarlo a hacerlos.
- Hazle gestos con la nariz, los ojos, la boca, etcétera, para que observe la expresión de tu rostro.
- Carga al bebé sosteniéndole la cabeza por encima de tu hombro para ampliar su campo de visión y que pueda observar cosas diferentes.
- Coloca objetos brillantes o móviles cerca de su cuna.
- Muéstrale un objeto a la altura de sus ojos, capta su atención y mueve lentamente el objeto de izquierda a derecha y después de arriba hacia abajo, para que lo siga con la mirada.
- Sacude una sonaja frente al bebé, luego dásela en la mano y ayúdale a moverla de derecha a izquierda y de arriba hacia abajo.
- Amárrale un listón con cascabeles en las muñecas de sus manos, para que al escuchar el sonido le provoque moverlas. Hazlo sólo por unos minutos.

## Personal y social

- Sonríele al bebé mientras lo miras a los ojos.
- Llámalo por su nombre.
- Acarícialo. Es muy importante diferenciar un lenguaje cariñoso de uno infantilizado; con el bebé debes utilizar un lenguaje normal, nombrando las cosas con su nombre real.
- Explícale qué le estás haciendo o qué van a hacer: lo vas a bañar, a cambiar porque está sucio, le darás de comer, etcétera. Trata siempre de platicarle qué está sucediendo.
- Cántale canciones y muévelo suavemente siguiendo el ritmo.
- Arrúllalo y cántale a la hora de dormir y en diferentes momentos.
- Cuando esté ansioso, tómalo en brazos y háblale con cariño para calmarlo.
- Cuando esté llorando porque estás lejos (por ejemplo, preparando su leche), háblale desde donde te encuentres para tranquilizarlo.
- Permítele que toque tu rostro (el de su madre, padre y familiares cercanos) y dile quién eres o quién es; por ejemplo, “ésta es la cara de papá”.

## Sesión para niños de 4 a 6 meses

### Exploración y conocimiento del medio

- Acuesta al bebé boca abajo y muéstrale objetos para captar su atención; muévelos de izquierda a derecha y de arriba hacia abajo, para que él los siga y mueva su cabeza.
- Cuando el bebé esté boca arriba, ayúdale a voltearse boca abajo empujando un poco su cadera.
- Cuando el bebé esté boca abajo, muéstrale un objeto y aléjaselo un poco para que trate de empujarse para alcanzarlo.
- Cuando no estés junto al bebé y tengas que acercarte, hazlo extendiendo tu mano con un juguete u objeto para que también estire su mano y trate de recibirlo.

- Dale objetos o juguetes para que los tome y los tire, después muéstrale el lugar donde han quedado los objetos.
- Flexiona las piernas del bebé, después suéltaselas y estíraselas completamente.
- Pon objetos en su cuna a la altura de sus pies para que pueda patearlos y moverlos.
- Coloca al bebé boca abajo y dale soporte en las plantas de sus pies para que se empuje hacia adelante.
- Cuando esté boca abajo, sujétalo de las piernas para que empiece a fortalecer sus brazos.
- Cuando el bebé esté boca arriba, dale un aro para que se tome de él. Levanta el aro poco a poco para que se vaya levantando; inicia mientras esté acostado para que primero despreste un hombro, después el brazo y, finalmente, el antebrazo.
- Sienta al bebé, con apoyo (por ejemplo, sobre almohadas), dentro de un huacal (caja de madera) cubierto por una manta.
- Sienta al bebé apoyándolo sobre almohadas o mantas enrolladas. Cuando esté sentado, balancéalo de un lado hacia otro y de atrás hacia adelante, para favorecer su equilibrio.
- Toma al bebé por la espalda y el pecho, y álzalo a la altura de tu mirada para que extienda sus brazos y piernas.
- Déjalo participar en su alimentación permitiéndole que tome de su plato pequeños trozos de comida y se los lleve a la boca; también dale la cuchara para que vaya aprendiendo a tomarla.
- Realiza juegos en los cuales tenga que mover sus manos. Ayúdale a sentir sus dedos: dale un suave masaje a cada uno.

## Lenguaje y comunicación

- Háblale al bebé en distintos tonos de voz, según la situación, para que conozca diferentes estados de ánimo: serio, alegre, cariñoso, etcétera.
- Cántenle en diferentes ritmos y con distintas voces, para que los demás miembros de la familia también participen.
- Permite que tome y explore los objetos que tiene cerca.
- Esconde algunos objetos bajo una manta y después indícale dónde están; por ejemplo, muéstrale una pelota, después escóndela y pregunta: “¿dónde está la pelota?” Sácala y responde: “¡aquí está!” Una variante de esta actividad puede ser ocultar al bebé, a la mamá o a otro miembro de la familia.
- Permite que el bebé huelga los alimentos que va a comer. Además de éstos, ayúdalo a descubrir aromas de flores, hojas, frutas y otros elementos de la naturaleza.
- Cuando el bebé esté boca abajo, toca una sonaja para que la busque, cambiando el lugar desde el cual la haces sonar.
- Acuesta al bebé en mantas con diferentes texturas y déjalo que juegue libremente con ellas.
- Hazle caricias con diferentes texturas: plumas, esponjas, toallas.
- Motívalo a que deje caer algunos objetos, al tiempo que en voz alta le dices: “se cayó la pelota, se cayó la sonaja”, según corresponda, para que descubra el efecto de soltar las cosas.

## Personal y social

- Háblale de higiene explicándole que lo vas a bañar para que esté limpio o que debe lavarse las manos antes de comer; esto le ayudará a crear hábitos.
- Lleva al bebé a diferentes lugares para que conozca cosas nuevas; descríbele qué es lo que ve.
- Pon al bebé frente al espejo y ayúdale a señalar a su mamá y a él mismo, diciendo: “aquí estás tú” (también di su nombre).

- Marca límites con el uso de la palabra no y moviendo la cabeza en señal de negación para que aprenda su significado. Por ejemplo: “no, esto no se hace”.
- Provoca su risa haciendo gestos, cosquillas, juegos y cantando canciones.
- Repite su nombre rítmicamente.

## Sesión para niños de 7 a 9 meses

### Exploración y conocimiento del medio

- Recuesta al bebé sobre una almohada para que quede inclinado, después muéstrale un juguete para que intente tomarlo; de esta forma se impulsará hasta quedar sentado.
- Coloca al bebé cerca de las barandas de su cuna y muéstrale un objeto de su agrado para que se apoye en éstas y se incorpore.
- Ponlo boca abajo sobre una manta enrollada, para que de esta manera quede en posición de cuatro puntos, y muéstrale algún juguete para que intente moverse.
- Dale una sonaja y enséñale a pasarla de una mano a otra. Motívalo para que lo haga.
- Enséñalo a aplaudir y anímalo a que repita el movimiento.
- Dobla una manta y pásala bajo el pecho del bebé; álzala con las manos para que quede en posición de cuatro puntos. También puedes motivarlo a avanzar en esta posición.
- Enseña al bebé a sacar objetos de una caja y a volverlos a meter.
- Coloca varios objetos en el piso (pueden ser almohadas y mantas enrolladas o dobladas) para que sirvan de obstáculos cuando el bebé esté gateando y pueda anticipar sus movimientos.

### Lenguaje y comunicación

- Enséñale con palabras y movimientos el significado de sí y no.
- En presencia del bebé, oculta un objeto con una manta y pregunta dónde está el objeto escondido; deja que él lo descubra.
- Enséñale con pequeñas acciones la relación causa-efecto; por ejemplo, encender la luz, la radio o un juguete. Repítelas varias veces y motiva al niño a que él las haga.
- Amarra un juguete a una cuerda y enséñale al bebé a acercar el juguete jalando la cuerda. Repite esta acción varias veces e invítalo a que él lo intente.
- Muestra al niño diferentes animales e imita el sonido que hacen.
- Pon distintos géneros de música y baila con el bebé de acuerdo con el ritmo, para que reconozca movimientos lentos y movimientos rápidos.
- Antes de vestir al niño, ayúdale a que toque la textura de cada prenda para favorecer su percepción táctil.
- Motiva al bebé a repetir algunas palabras sencillas: mamá, papá, agua, etcétera.
- Enséñale el significado del saludo y la despedida por medio de movimientos con sus manos.

### Personal y social

- Permite que el bebé juegue con otros niños para que se familiarice con diferentes personas.
- Invítalo a jugar escondidillas bajo una manta diciendo el nombre de quien se esconde, ya sea el niño, la mamá o algún otro participante.
- Llámalo por su nombre desde lejos, para que preste atención cuando lo escuche.
- Continúa con las actividades de los meses anteriores para reforzar el significado de sí y no. Comparte tiempo con él a través del juego, los cantos, el masaje, el arrullo, la comida y el aseo.

- Continúa el aprendizaje de hábitos de higiene, ayudándole a lavarse las manos antes de comer, cepillarse los dientes después de tomar sus alimentos, peinarse, etcétera.

## Sesión para niños de 10 a 12 meses

### Exploración y conocimiento del medio

- Ayuda al bebé a levantarse tomándolo de las manos para que él se impulse.
- Da apoyo al bebé para que inicie la marcha. Puedes pasar una manta doblada por debajo de sus brazos y motivarlo a caminar.
- Colócalo junto a la cama para que se apoye en ella con una mano y tómale la otra para darle mayor seguridad; guíalo alrededor de la cama para que camine.
- Dale oportunidad de que tome su comida y se la lleve a la boca él mismo.
- Jueguen a pasar objetos de una caja a otra.
- Ponlo cerca de algún mueble del que se pueda apoyar para caminar alrededor; por ejemplo, la cama, una silla, la mesa o un sillón.
- Muéstrale cajas de cartón y enséñale a quitar y colocar sus tapas; después invítalo a que lo intente solo.
- Pon su juguete favorito sobre la cama y al bebé colócalo en posición de cuatro puntos frente a ésta, para que intente hincarse y alcanzarlo.
- Dale pequeñas cajitas o cubos de madera para que los apile. Ayúdale a que forme una torre.

### Lenguaje y comunicación

- Pon dos objetos frente al bebé y pídele que te dé uno de ellos, por ejemplo: “dame el carro”; apoya la petición señalando el objeto para que identifique cuál es.
- Permite que el niño toque un hielo al tiempo que le dices: “es frío”; en otras ocasiones haz lo mismo con agua tibia diciendo: “el agua está caliente”.
- Aprovecha el momento del baño para darle un cedazo, una coladera o un vaso para que pueda atrapar diferentes objetos en el agua.
- Cuéntale cuentos antes de dormir; usa algún muñeco que narre la historia.
- Motívalo a expresarse, pidiéndole que llame a sus hermanos o a su papá a comer, a bañarse, a dormir, etcétera.
- Nómbrale las actividades mientras las lleva a cabo, por ejemplo: “estás comiendo, te estás bañando, vas a dormir”, según corresponda.

### Personal y social

- Estimula los gestos del bebé. Realiza diferentes gestos e invítalo a imitarlos.
- Enséñale a compartir caricias con los demás; por ejemplo, acarícialo la cabeza y después ayúdalo a que él acaricie la cabeza de su papá, su hermano, su mamá, etcétera.
- Estimula la expresión de sus emociones, permitiéndole que abrace con suavidad algún muñeco y trate de arrullarlo.
- Colócate frente al niño y extiende las manos cerca de las suyas para que trate de alcanzarlas; camina hacia atrás tratando de que el bebé te siga.

## Sesión para niños de 13 a 15 meses

### Exploración y conocimiento del medio

- Motiva al niño a cargar objetos ligeros y transportarlos de un lugar a otro.
- Enséñale a jalar o empujar objetos ligeros.
- Invítalo a caminar con ayuda; tómallo de la mano o colócalo cerca de algún mueble del que se pueda apoyar.
- Motiva al niño a caminar solo, mostrándole algún juguete que le guste. Debes estar cerca para transmitirle seguridad.
- Coloca una fila de sillas separadas por una corta distancia; en la primera pon un juguete para que lo tome; pasado un tiempo cambia ese juguete a la siguiente silla y así sucesivamente para que el niño vaya de un lugar a otro. Después podrás aumentar el espacio entre cada silla.
- Lanza globos o pelotas hacia diferentes direcciones para que el niño se dirija a ellas caminando sin ayuda.
- Coloca una manta a la mitad de la cuna, de lado a lado, a una altura adecuada, para que el niño pueda apoyarse en ella y ponerse de pie por sí solo.
- Dale vasos de plástico de diferentes tamaños para que los encaje uno dentro de otro.

### Lenguaje y comunicación

- Muéstrale al niño, con ayuda de un muñeco, cómo darle besos, hacerlo caminar, darle de comer, etcétera; pídele que él también lo haga con el muñeco.
- Deja que llene recipientes con agua o arena; pueden utilizar botellas o vasos de plástico.
- Enséñale a guardar sus juguetes después de usarlos; pueden utilizar un canasto o una caja.
- Dale órdenes sencillas; por ejemplo: “cierra tus ojos, abre la boca, siéntate, aplaude, mueve tus manos”, etcétera.
- Explícale mientras lo vistes qué ropa es y cómo se llama la parte del cuerpo donde se coloca; por ejemplo, “estos calcetines los pondremos en cada uno de tus pies”.
- Dale objetos ligeros (como una pelota) y pídele que se la entregue a personas conocidas para él; por ejemplo, “toma la pelota y dásela a papá”. Se puede apoyar la indicación señalando a la persona.
- Ofrécele un juguete que llame su atención; cuando intente agarrarlo, jálalo para que el niño tenga que caminar hasta alcanzarlo. Prémialo con un abrazo y el juguete cuando logre el objetivo.

### Personal y social

- Permite que el bebé juegue con otros niños de su edad; es común que jueguen de manera individual, sin embargo, lo que se pretende es que imite los juegos de los demás niños con los que comparte el espacio.
- El niño empieza a explorar su mundo con mayor iniciativa desde que adquiere el patrón de marcha. Es importante que vaya conociendo los límites que habrá de respetar, por lo tanto, puedes indicarle con un no severo cuando trate de tocar o hacer algo que no le está permitido.
- Cántale canciones que impliquen acciones; por ejemplo, acompaña una ronda con palmadas, moviendo la cabeza o los pies.
- Inclúyelo en rondas con niños pequeños o con sus hermanos.

- Háblale con cortesía en las conversaciones cotidianas; por ejemplo, “buenos días, buenas noches, por favor, gracias”, etcétera.
- Ayúdalo a hacer asociaciones con los objetos y situaciones; por ejemplo, a la hora del baño dile: “vamos a bañarte, así que debemos buscar tu ropa, tu toalla, la esponja, el jabón para limpiarte”. Haz lo que corresponda a la hora de la comida, del paseo y a la hora de dormir.

## Sesión para niños de 16 a 18 meses

### Exploración y conocimiento del medio

- Estimula su patrón de marcha, motivándolo a caminar por diferentes espacios: inclinaciones (rampas), caminos estrechos, entre otros.
- Realiza junto con el bebé, tomándolo de la mano, la marcha hacia varias direcciones: adelante, atrás, a un lado, al otro, en zigzag, haciendo círculos, etcétera.
- Permítele que camine descalzo sobre arena o cualquier otro sitio liso. Esto le ayudará a fortalecer sus tobillos y a la sensación táctil.
- Acompaña al niño mientras empuja una pelota con un pie y camina tras ella, tomándole la mano para que no pierda el equilibrio.
- Motívalo para que se suba sobre almohadas, como si fuesen escalones.
- Ayúdalo a subir escaleras; primero gateando y después, tomándolo de la mano, que suba un pie y luego otro de manera alterna.
- Dale cajitas vacías de cerillos y enséñale a abrirlas y cerrarlas, ocupando las dos manos; una para sostener la caja y otra para jalar y abrir o cerrar.
- Enséñale con canciones su esquema corporal, pidiéndole que con sus manos toque su cabeza, hombros, piernas, etcétera.
- Muéstrale cómo estirar los brazos y caminar; como imitando un avión.

### Lenguaje y comunicación

- Dale órdenes más complejas; por ejemplo, “toma la pelota y dámela”.
- Aprovecha las oportunidades de explicar al niño las cosas que se hacen en casa, al mismo tiempo que las observa; por ejemplo, “mamá está cocinando, papá está arreglando la puerta”, entre otras.
- Cántale una canción o ronda y motívalo a participar en el canto completando o repitiendo las frases.
- Indícale el nombre de sus prendas de vestir y pregúntale por ellas; por ejemplo, “enséñame tus zapatos, enséñame tu pantalón”.
- Dibuja un círculo en el piso con ayuda de un gis y coloca al niño dentro y fuera de él, diciendo al mismo tiempo que lo colocas: “estás dentro del círculo, estás fuera del círculo”.
- Pregúntale constantemente su nombre y ayúdalo a repetirlo.
- Pregúntale qué sonidos emiten los animales y motívalo a que los realice.

### Personal y social

- Permítele que exprese sus sentimientos a otros miembros de la familia a través de abrazos, besos y caricias.
- Bajo supervisión, déjalo que coma solo; apóyalo para que se lleve correctamente el vaso con agua a la boca y dé pequeños sorbos.

- Muéstrole varias fotografías de los integrantes de la familia y señálale las imágenes, al mismo tiempo que dices el nombre de las personas, para que él las identifique.
- Inculca el hábito de que recoja los juguetes que ha utilizado después de jugar.
- Enséñale a peinarse y a lavarse los dientes después de comer y motívalo a que lo realice con y sin ayuda.

## Sesión para niños de 19 a 24 meses

### Exploración y conocimiento del medio

- Invita al niño a imitar diferentes posturas de animales y a caminar como ellos; por ejemplo, caminar en cuatro puntos como un perro o un gato.
- Tómalo de la mano y enséñale a caminar de prisa persiguiendo a algún hermanito o a su papá.
- Dale la oportunidad de que participe en casa haciendo mandados (pídele que lleve objetos ligeros a personas dentro de casa); por ejemplo, “por favor llévale esta galleta a papá”.
- Dale carritos de plástico o de madera para que los empuje por diferentes lugares (sobre rampas, pisos planos o inclinados, entre otros).
- Sobre una mesa, coloca una pelotita de papel y enséñale cómo empujarla sobre la superficie utilizando un solo dedo; después pídele que lo haga.
- Muéstrole un libro y enséñale cómo hojearlo; después invítalo a que lo realice solo.
- Dale crayones gruesos y permítele que haga movimientos libres sobre papel, motivando y reconociendo sus garabatos como algo valioso.
- Cuando los vidrios de la ventana estén empañados, permítele que con el dedo dibuje garabatos sobre ellos.
- Motívalo a imitar diferentes movimientos; por ejemplo, agacharse, ponerse de rodillas, en cuclillas, marchar, etcétera.

### Lenguaje y comunicación

- Dale al niño un rompecabezas de tres o cuatro piezas para que lo arme; primero ayúdalo y después permítele que lo intente solo.
- Motívalo a que trate de contar sus experiencias, ayudándolo a través de preguntas como ¿qué te pasó?, ¿dónde?, ¿con quién estabas?, ¿qué comiste?, etcétera.
- Si el niño pronuncia una palabra incompleta, díselo de manera correcta e invítalo a que la repita.
- Muéstrole un títere o muñeco y juega a inventar una conversación con él.
- Explícale que es peligroso que se acerque a la cocina cuando alguien está cocinando.
- Explícale que hay algunos objetos que no debe tomar porque son peligrosos para él.
- Ayúdalo a distinguir objetos por su tamaño y color.
- Ayúdalo a diferenciar adentro-afuera y arriba-abajo.
- Pídele que señale cosas que están arriba, en el cielo, y cosas que están abajo, en el piso.
- Refuerza el conocimiento de su esquema corporal, pidiéndole que señale y nombre las partes de su cuerpo.
- Muéstrole dos objetos, cúbrelos con una manta y pregúntale: “¿qué hay abajo de la manta?”

## Personal y social

- Haz que tenga encuentros con otros niños.
- Llévalo al parque o a algún otro sitio fuera de casa donde pueda jugar.
- Enséñale a decir su nombre y apellido.
- Cuéntale cuentos cortos y haz que participe imitando los movimientos y completando frases.
- Explícale que hay situaciones que nos ponen contentos y haz gestos de alegría. Realiza lo mismo con los sentimientos de tristeza.
- Enséñale a vestirse solo, apóyalo únicamente cuando sea necesario.
- Fomenta conductas de independencia a la hora de la comida, al vestirse, al lavarse las manos y los dientes, entre otras.
- Muéstrale fotografías recientes de su familia y pídele que identifique a los miembros que la conforman.
- Dale crayones y hojas para que dibuje a su familia. Después hazle preguntas sobre qué hace cada uno de ellos.

## Sesión para niños de 25 a 30 meses

### Exploración y conocimiento del medio

- Enseña al niño a caminar de puntitas y ayúdale, sosteniéndolo de los brazos, a que imite el movimiento.
- Pídele que camine sobre una línea recta llevando un objeto ligero en las manos.
- Pídele que dé un paso al frente y uno atrás. Repite constantemente esta actividad para que vaya adquiriendo estas nociones espaciales.
- Muéstrale cómo saltar en un solo lugar y ayúdale a que él lo haga.
- Dale libros para que los hojee, esto le ayudará a su coordinación fina.
- Enséñale a abrir botellas de plástico con tapa de rosca.
- Muéstrale objetos ligeros y pesados para que compare su peso.

### Lenguaje y comunicación

- Desarrolla en el niño la percepción del día y la noche mediante la observación de los elementos naturales como el Sol, la Luna y las estrellas.
- Desarrolla la asociación de levantarse en el día y dormir en la noche, mediante las actividades que hacemos.
- Dile el color de sus prendas de vestir; por ejemplo, “te voy a poner tu pantalón rojo”.
- Pídele algunos objetos indicando el color; por ejemplo, “por favor, dame la pelota roja” (señalando el objeto indicado).
- Refuerza el uso del singular y plural; por ejemplo, “vamos a tomar una naranja, vamos a repartir muchas naranjas”.
- Cuando conviva con otros niños, motívalo a que establezca una conversación con ellos.
- Acércalo al espejo y pregúntale: “¿quién es el que se ve allí?”.
- Inicia el juego de imitación; puedes hacerlo jugando a la tiendita, a comer, a bañarse, etcétera.

## Personal y social

- Apoya al niño en el control de esfínteres.
- Ayúdale a reconocer sus emociones diciéndole qué es lo que siente y la razón de ello; por ejemplo, “estás triste porque papá se va, estás contento porque papá te regaló una paleta”.
- Enséñale qué cuidado debe tener al cruzar la calle.
- Indícale cuáles son las sustancias peligrosas que hay en casa (como el cloro o el detergente) y que no las debe tomar; explícale por qué es peligroso. Sé severa en la consigna de que comprenda el peligro.

# Unidad 3. Recomendaciones generales



**E**n este apartado se presentan recomendaciones sobre diversos temas relacionados con el desarrollo del bebé.

## El diálogo tónico

El diálogo tónico es la primera comunicación no verbal entre madre e hijo a través del tono muscular, es decir, la tensión activa de los músculos.

- El diálogo tónico se da piel a piel y es primordial en la comunicación entre ambos.
- En la regulación del tono participan muchas estructuras del sistema nervioso que tienen que ver con la afectividad.
- El diálogo tónico inicia la comunicación no verbal, que luego pasará a la verbal.

Todo lo que el bebé percibe, lo comunica de manera inconsciente (sin intención) en su estado de ánimo a través de su tono muscular; por ejemplo, si está molesto, su tono podrá ser rígido (hipertonía o tono alto), y si por el contrario se encuentra triste, su tono puede ser más flácido (hipotonía o tono bajo).

La actividad tónica realiza una función muy importante en el ser humano, ya que permite la postura y el equilibrio y prepara para el movimiento más especializado, como caminar.

## El llanto del bebé

- El llanto es la primera manifestación con la que el bebé expresa sus necesidades; de esta forma sabemos si tiene hambre o frío, si está mojado o tiene sueño.
- Es importante que no dejes llorar al bebé durante mucho tiempo, pues es posible que ocurran problemas respiratorios y vómito.
- La mamá puede calmar al niño hablándole, arrullándolo y acariciándolo.
- A veces los bebés lloran sin razón aparente, pero el llanto también les sirve como un medio para aliviar tensiones.

## Cómo cargar al bebé

- Levanta al bebé de manera suave; evita movimientos bruscos para no asustarlo y nunca lo jales de las manos o los pies.
- Al tomarlo en brazos, la madre le transmite seguridad, lo acompaña, le da calor y lo protege.
- El cuerpo de mamá deberá ser un apoyo, dando soporte en pecho y brazos.
- El niño debe quedar acurrucado con la cabeza más arriba que su cuerpo.
- Cuando lo levantes, es importante que le sostengas su cabeza (recuerda que el control cefálico no se logra hasta después de los tres meses).
- Al cargarlo, la madre puede aprovechar para hablarle, sonreírle y cantarle.

## La alimentación

- En los primeros días de vida, el lactante y la madre forman una unidad.
- Es importante que la madre busque una posición cómoda para amamantar al bebé, procurando tener contacto piel a piel.
- La mejor posición para alimentarlo es acurrucarlo, apoyarlo sobre el cuerpo de la madre,

dejando libres sus piernas y acomodando la cabeza más arriba de su cuerpo para que pueda respirar bien. Después de alimentarlo se le debe sacar el aire dándole palmaditas en la espalda.

- La mamá debe permitir que el bebé se acurruque al momento de ser amamantado.
- Es importante que la mamá le hable al bebé mientras lo alimenta; incluso puede invitar al padre a la conversación.
- Se debe respetar el ritmo del bebé, no es recomendable despertarlo para amamantarlo, es mejor dejarlo dormir y esperar a que él despierte para ser alimentado.
- Para el bebé, la alimentación es un placer en el que se involucran factores como la succión y la deglución.
- El momento de la alimentación favorece la aparición de la sonrisa como una forma de agradecimiento, y la percepción de la madre a través de la fijación de la mirada.
- Desde el tercer día de nacido, el bebé es capaz de esperar si la mamá le habla mientras aguarda para ser alimentado.
- El niño empieza a experimentar el día y la noche a partir de la forma en que la madre lo amamanta: durante el día le habla y en la noche lo alimenta de prisa y con sueño.
- El destete debe hacerse de manera definitiva, sin avisos previos ni paulatinos, a la edad aproximada de ocho meses; a excepción de que el médico sugiera algo distinto.

El bebé empieza a explorar también a través de la succión y el chupeteo, por lo que debes permitirle que se lleve objetos a la boca. Es importante cuidar que sean objetos suaves que no le lastimen las encías ni los dientes, y que estén muy limpios; nunca hay que darle objetos pequeños que pueda tragarse porque se podría asfixiar.

## La importancia del arrullo

- Algunas investigaciones han demostrado que los niños recién nacidos responden a la voz de la madre con movimientos muy pequeños, casi imperceptibles; hay sincronía entre movimientos y palabras. Por eso es fundamental que la madre le hable y lo arrulle.
- El contacto físico con la madre durante el arrullo le ayuda al bebé a bajar la tensión muscular.
- El arrullo tranquiliza al niño cuando está llorando o intranquilo.
- El arrullo es un estímulo rítmico para el bebé.

## Cómo acariciar al bebé

- Todos los bebés necesitan ser tocados con cuidado y cariño.
- El contacto les ayuda como estimulación rítmica y tranquilizadora.
- Para iniciar el contacto corporal, la mamá debe colocarse frente al niño y generar en ambos una buena disposición; puede aprovecharse la hora del baño o cuando el bebé esté contento. De preferencia en un lugar tranquilo.
- Para darle un masaje utiliza toda la mano, sin ahuecar la palma, presionando muy suavemente; incluso puedes hacerlo con una esponja, procurando ser breve para no fatigarlo.
- Procura no tocar las ingles, las coyunturas, el contorno de los ojos, la columna vertebral, ni los genitales, ya que son áreas delicadas.

## ¿Por qué no es recomendable el uso de la andadera?

- La andadera no es recomendable porque el niño no se mueve por sí mismo. No recibe la percepción de su propio cuerpo, sino del objeto que lo mueve.
- Se desliza de forma rápida y no le ayuda a la construcción espacial que requiere para adquirir los conceptos “lejos” y “cerca”.
- No ayuda a que el bebé gatee o se arrastre, pues le es más fácil resbalar con la ayuda de la andadera que hacerlo por sí mismo.

## El apego

- El apego se refiere al lazo afectivo entre el niño y la madre. Al inicio es muy estrecho, incluso se puede decir que existe una fusión entre ambos; posteriormente pasa a una dependencia relativa, en la cual el niño empieza a reconocerse como un ser individual distinto de la madre; para finalizar con la independencia, desarrollando la confianza en su entorno y en sí mismo.
- La relación que tiene la madre con su hijo le ayudará a que, cuando éste crezca, tenga las bases necesarias para relacionarse con los demás. Es muy importante hacer partícipe al padre y a la familia cercana; por ejemplo, los hermanos del bebé.

## Control de esfínteres

El control de esfínteres es un proceso que se da en familia, alrededor de los dos años y medio.

- El niño controla fácilmente sus esfínteres cuando la madre se relaja y no da importancia a los posibles accidentes que éste llegue a tener.
- Conviene que a los niños se les explique lo que hacen y a dónde va lo que consideran parte de su cuerpo.
- El niño tratará de imitar lo que hacen los adultos, como el uso de letrinas y sanitarios.
- Es importante enseñarle al niño conductas relacionadas con la higiene, como lavarse las manos después de ir al baño y limpiarse de forma adecuada.

# Anexo. Arrullos tradicionales



## Arrullo tojolabal

Uayei mi pichito,  
que tengo que hacer,  
lavar tus pañales,  
sentarme a coser,  
una camisita  
que te has de poner  
el día de tu santo  
al amanecer

*Arrullo de la Lírica Mexicana*

## La canción de la pilmama

Duérmete, mi niño, ya viene el  
nahual, y a los que no se duerman  
se quiere llevar.  
Naranja dulce, gajo de sandía,  
traigan para el niño  
toda su alegría.  
Duérmete ya, niño, del sueño disfruta,  
que a los niños buenos  
la Virgen da fruta,  
y a los desvelados sólo les da sal...  
¡ya viene el nahual!

*Alfonso Cravioto*

## Arrullo

A la rorro niña  
a la rorro ya,  
duérmase mi niña  
porque hay que soñar;  
hay sueños de azúcar,  
hay sueños de sal,  
siembras y columpios,  
don de la equidad.  
A la rorro niña  
a la rorro ya,  
sonaja de avena,  
cuna del trigal;  
duérmase mi niña  
porque hay que soñar,  
duérmase mi cielo  
sueño de cristal.  
A la rorro niña  
a la rorro ya

*Roberto López y Leticia Ocharán*

## Arrullo mexicano

A la rorro, rorro, y a la rorrórró;  
duérmase, mi niño, que lo arrullo yo.  
Gorrioncito hermoso, pico de coral,  
te traigo una jaula de puro cristal.  
Gorrioncito hermoso, pico de rubí,  
te traigo una jaula sólo para ti.  
Dios omnipotente, sácame de aquí,  
llévame a mi pueblo, donde yo nací.

*Arrullo de la Lírica Mexicana*

## Romeros de mayo

Romeros de mayo,  
pájaros de abril,  
arrullen al niño  
que se va a dormir.  
Este niño lindo  
se quiere dormir:  
póngale su cama  
en el toronjil.

## Arroró

Arroró, mi niño  
la luna llegó,  
porque a su casita  
se ha marchado el sol.

*Arrullo de la Lírica Mexicana*

## Duérmete mi niño

Duérmete, niñoito  
que ahí viene el coyote  
y te va a llevar  
como al guajolote.

## Duérmete ya

Llegó la noche, la luna, de plata  
brillando está: ningún rumor me importuna:  
tu madre mece tu cuna:  
duérmete ya...  
El jardín de tan sombrío y quieto,  
pavor me da. Las ramas tiemblan de frío:  
cierra los ojos, bien mío;  
duérmete ya...

*Amado Nervo*

## Señora Santa Ana

—Señora Santa Ana  
¿por qué llora el niño?  
—Por una manzana  
que se le ha perdido.  
No llore por una  
yo le daré dos:  
que vayan por ellas  
a San Juan de Dios.  
—No llore por dos,  
yo le daré tres:  
que vayan por ellas  
hasta San Andrés.  
—No llore por tres,  
yo le daré cuatro:  
que vayan por ellas  
hasta Guanajuato.

*Canciones de cuna de la Lírica Mexicana*

## Arriba del cielo

Arriba del cielo hicieron tamales,  
lo supo San Pedro, mandó a traer dos  
reales.  
A la rorro niño, a la rorro ya,  
duérmete niño de mi corazón.  
Duérmete niño que tengo que hacer  
lavar tus pañales, ponerme a coser.  
A la rorro niño, a la rorro ya,  
duérmete niño de mi corazón.  
Mi papa y mi mama me quieren vender  
por chile y tomates que quieren comer.  
A la rorro niño, a la rorro ya,  
duérmete niño de mi corazón.

*Canción de cuna tradicional de Guerrero*

## Koonex koonex

Koonex, koonex, palexen  
Xik tu bin, xik tu bin, yokol k'in  
iEya! iElla! tin uok'ol  
Bey in uok'ol chichán pal  
Koonex, koonex, palexen  
Xik tu bin, xik tu bin, yokol k'in  
Koonex, koonex, palexen  
Xik tu bin, xik tu bin, yokol k'in  
Le tun téechó'x-mak'olal  
Yan tu k'in a uok'ostik  
Koonex, koonex, palexen  
Xik tu bin, xik tu bin, yokol, k'in.

Vámonos, vámonos niños iya!  
se va, se va ocultando el Sol.  
Ay! Ay! Estoy llorando  
sí, como llora un niño.  
Vámonos, vámonos niños iya!  
se va, se va ocultando el Sol.  
Vámonos, vámonos niños iya!  
se va, se va ocultando el Sol.  
Y entonces tú perezosa  
algún día has de bailar.  
Vámonos, vámonos niños iya!  
se va, se va ocultando el Sol.

*Arrullo prehispánico maya. Actualmente se canta en la península de Yucatán.*

## Xikiyehua in Xochitl

Xikiyehua in xochitl  
Xikiyehua ipan moyojlo  
Pampa nimitstlasotla  
Pampa nimitstlasotla  
Ika nochi noyojlo.

## Guarda esta flor

Guarda esta flor  
guárdala en tu corazón  
porque te amo  
porque te amo  
con todo mi corazón.

*Canto de amor. Canción en náhuatl, tradicional del estado de Guerrero. Investigación de Irene Vázquez Valle y grabación del Instituto Nacional de Antropología e Historia. Retomada por Susana Harp en su disco Arriba del Cielo.*

# Glosario



**Anticipar.** Capacidad de prever las posibles consecuencias.

**Cognoscitivo.** Proceso relativo a la inteligencia, al conocimiento. Conlleva a la representación, comprensión y explicación de los objetos y sus relaciones.

**Confianza.** Seguridad que tenemos en los otros y en nosotros mismos de cumplir nuestras responsabilidades y promesas; si respetamos la amistad evitando criticar a los demás, también generamos un ambiente de confianza.

**Desarrollo.** Proceso evolutivo que responde a la maduración del sistema nervioso.

**Desarrollo motor.** Proceso mediante el cual los infantes logran movimientos especializados que se componen de movimientos más pequeños.

**Maduración neurológica.** Desarrollo de procesos cerebrales determinados por la genética.

**Percepciones.** Se presentan cuando a nivel cerebral se le da atención a la información captada por los sentidos.

# Referencias



- Ajuriaguerra, Julián, *La escritura del niño, su evolución de la escritura y sus dificultades*, vol. I, Barcelona, LAIA, 1964.
- Aquino, Francisco, *Cantos para jugar 3. Matemáticas iniciales a través de cantos y juegos*, México, Trillas, 2005.
- Arnaiz, Pilar, "Habilidades psicomotrices básicas en el aprendizaje de la lectura", *Psicomotricidad. Revista de Estudios y Experiencias*, vol. 3, núm. 33, 1989, pp. 71-83.
- Cabeza Pereiro, Elena, *Metodología para la adquisición de una correcta conciencia fonológica*, Acta del Primer Congreso Nacional de Lingüística Clínica.
- Calmels, Daniel, *El cuerpo en la escritura*, Buenos Aires, Novedades educativas, 2001.
- Calmels, Daniel, *¿Qué es la psicomotricidad?*, Argentina, Lumen, 2003.
- Chapela, Luz, *Entrando al mundo de los números. Manual para el educador de preescolar*, México, UNICEF, 1988.
- Conafe, *Recopilación de juegos infantiles*, Programa Recopilación de juegos infantiles y tradición oral (testimonios, cuentos y leyendas) en zonas rurales mestizas, México, Conafe, 1982.
- Díaz, Mercedes, *Naranja dulce, limón partido. Antología de la lírica infantil mexicana*, México, El Colegio de México, 1979.
- Frostig, Marianne, *Educación del movimiento*, Buenos Aires, Panamericana, 1987.
- Galaor, Isabel, Guadalupe Gómez, Óscar Muñoz, Arturo Ortega y Luis de la Peña, *¿A qué jugamos?*, Serie Literatura Infantil, México, Conafe, 1989.
- Guardiola, Alejandro, *Alfabetización motriz*, España, Ediba Europa Eon, 2007.
- McClenaghan, Bruce, y David L. Gallahue, *Movimientos fundamentales: su desarrollo y rehabilitación*, Buenos Aires, Médica Panamericana, 1996.
- Pikler, Emmi, *Moverse en libertad*, Madrid, Narcea, 1985.
- Rigal, Robert, *Educación motriz y educación psicomotriz en preescolar y primaria*, Barcelona, Inde Publicaciones, 2006.
- Torbert, Marianne, *Juegos para el desarrollo motor*, México, Pax, 1982.
- Torres, José Antonio, *La clase de educación física en el preescolar: estrategias y recursos didácticos*, Trillas, 2008.
- Zapata, Óscar, *Juego y aprendizaje escolar: perspectiva psicogenética*, México, Pax, 1989.