**Lunes**

**26**

**de Abril**

**Educación Inicial**

**Crianza Compartida**

*Higiene de niñas y niños pequeños*

***Aprendizaje esperado:*** *Desarrolla autonomía y autorregulación crecientes.*

***Énfasis:*** *Reflexiona sobre la higiene personal y su importancia.*

**¿Qué vamos a aprender?**

Hola, papás, mamás, cuidadores y cuidadoras. En esta sección se ha preparado información relevante para ustedes que les auxilie en la crianza de sus hijas o hijos.

*La Educación Inicial es el servicio educativo que se brinda a niñas y niños menores de tres años de edad, con el propósito de potencializar su desarrollo integral y armónico en un ambiente rico en experiencias formativas, educativas y afectivas, lo que les permitirá adquirir habilidades, hábitos, valores, así como desarrollar su autonomía, creatividad y actitudes necesarias en su desempeño personal y social.*

La información que se compartirá en esta sesión retoma algunas ideas en el Plan y programas de Estudio de la Secretaría de Educación Pública, en el apartado de Educación Inicial, donde encontrarán las guías especialmente para acompañar en la crianza de las niñas y niños de 0 a 3 años. Las pueden encontrar en la página de Plan y programas de estudio de la Secretaría de Educación Pública, en el apartado de materiales de Educación Inicial.

<https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/inicial-ae-programa.html>

Antes de iniciar con esta sesión es importante el lavado de manos, es necesario ponerlo en práctica como adultos y también en los bebés, niñas y niños. Observen el video que compartió un papá.

1. **Manos libres de virus.**

<https://youtu.be/eDNs3vD-UGc>

Es una manera divertida y creativa de fomentar el lavado de manos en los bebés, niñas y niños; además de ir creando conciencia de la importancia de la higiene en las manos.

Antes de profundizar en el tema de higiene de las niñas y los niños, comiencen el día cantando con sus hijas o hijos.

*¡Buenos días!, canto yo.*

*El sol dice hola, la luna dice adiós.*

*¡Buenos días!, canto yo.*

*El gallo cantor es mi despertador.*

*¡Buenos días!, canto yo.*

*Hay que levantarse el día ya empezó.*

*¡Buenos días! canto yo.*

*Si canto con ganas será un día mejor.*

Qué bonita canción, cantar hace que se sientan alegres y felices, por eso recuerden que cada vez que tengan oportunidad acompañen a sus hijas e hijos a cantar, pueden hacerlo en familia.

Utilicen su creatividad por lo que pueden buscar otros coros o nuevas formas de saludar. Como lo pueden observar en el siguiente video.

1. **Niños saludando.**

<https://youtu.be/SHYU4FitS_0>

Con relación al tema de esta sesión, es muy importante ya que está relacionado con la salud del cuerpo e involucra a todas y todos los que se encargan de cuidar a una niña o un niño. ¿Qué les parece si para introducirse en el tema escuchan a Carola?

1. **Cápsula Carola.**

<https://youtu.be/cXcl3JEu928>

La higiene es una parte fundamental en la vida de todas y todos ya que a partir de ella se pueden prevenir enfermedades y se crean buenos hábitos de salud, como adultos responsables es necesario contribuir a estos aprendizajes.

Estos aprendizajes también contribuyen al desarrollo de la autonomía y la socialización en las niñas y niños pequeños, ya que en los primeros años de vida escolar los grupos de amistades se comienzan a formar selectivamente.

Es importante mencionar que la educación inicial recomienda la libertad y la exploración, y en estos procesos de descubrimiento muchas veces las niñas y niños se ensucian, por lo que es necesarios mantenerse pendientes, pero sin limitar la espontaneidad y disfrute de la infancia.

También es necesario extremar medidas cuando alguno de los miembros de la familia tiene tos, resfriado u otra enfermedad. Observe el siguiente video en que una especialista comparte algunos consejos para cuidar de su bienestar.

1. **Especialista.**

<https://youtu.be/6Guwqbuex9E>

Es muy importante lo que comenta la especialista, y reafirma la idea de que a través de la higiene pueden tener una vida más saludable y las niñas y niños mantienen mejor su interés por medio de las actividades de juego y exploración, una propuesta de algunas actividades con las que las niñas y los niños puedan apropiarse de los hábitos de higiene.

Algo que puede apoyar mucho en la formación de hábitos es el acompañamiento que como adultos responsables debemos dar a los pequeños, pues también aprenden por imitación y en este caso el ejemplo sería muy enriquecedor.

Es importante acompañarlos a esta edad, porque aún dependen de los adultos, no pueden hacerlo todo por sí solos, por ejemplo: a la hora de bañar a las niñas y los niños pueden entonar un canto para que resulte más agradable el momento y lo disfruten, esto ayudará a que se apropie más fácilmente de este hábito.

Deben procurar que este tiempo sea entretenido y que se dé en un ambiente positivo, que la temperatura del agua sea adecuada a la temperatura del cuerpo del bebé y agradable, también pueden darles algún mono chillón o simplemente enseñarlos a enjabonar su cuerpo, esto puede ayudarles a conocerse mejor y ser conscientes de la importancia del baño diario.

En el siguiente video, observen una propuesta de una madre bañando a su hijo, a partir del segundo 0:42 a 1:29

1. **Mamá bañando a su bebé.**

<https://youtu.be/wuGaRX25feY>

Otra parte en el cuerpo con la deben tener mucha higiene son los dientes, saben que hay que lavarse los dientes después de las comidas principales, pero a veces las niñas y los niños no quieren hacerlo, aunque mamá, papá o los adultos responsables lo hagan y los hayan acostumbrado desde bebés.

Para que la niña o el niño espere ese momento con gusto y que no se complique esta parte de la higiene, narren su cuento favorito o compartan una rima relacionada con el cepillarse los dientes.

Entonces, si toman en cuenta la parte del vínculo afectivo, el acompañamiento del adulto y actividades divertidas, ¿Pueden lograr la adquisición de hábitos en los pequeños y así contribuir al desarrollo de su autonomía? Repitan esta rima con sus hijas e hijos.

*El cepillo diligente,*

*lava bien todos los dientes.*

*Chis, chis, chis, chas, chas, chas,*

*por aquí y por allá.*

*El cepillo diligente,*

*no se olvida ningún diente.*

*Chis, chis, chis, chas, chas, chas,*

*por aquí y por allá.*

Esta es una forma en la que se ayuda a las niñas y a los niños a relacionar este momento de higiene con algo agradable, es una buena opción.

Y el cepillarse los dientes con sus hijas e hijos es una excelente alternativa, ya que además de aprender juntos, se demuestra la importancia que esta práctica tiene también para el cuidado de la salud de las y los cuidadores, así se genera un ejemplo positivo y se fortalece el vínculo afectivo, de manera divertida y creativa se fomentan los hábitos.

Otra forma de cuidar su higiene es a través de la limpieza de los juguetes que usan en casa, por ejemplo, tienen algunos materiales que son muy fáciles en casa:

* Una palangana con agua limpia.
* Una palangana o tinaja con agua y jabón (de preferencia con jabón para bebés que no lastime sus ojos) y
* Una toalla.

Decidan qué juguetes pueden lavar con agua y jabón, y diviértanse juntos, métanlos en agua con jabón, luego al agua limpia y por último los secan.

¡Este juego es muy bonito! Y esto recuerda la importancia que tiene el que las niñas y niños tengan sus juguetes limpios, porque también forman parte de su higiene.

Deben ser muy cuidadosos con los artículos personales de los bebés niñas y niños pequeños, ya que, al ser exploradores por naturaleza, se pueden llevar a la boca las cosas, he ahí la importancia de que estén limpias.

Con esta sencilla actividad ayudan a las niñas y los niños a ir creando conciencia de que sus juguetes deben estar limpios, lo cual contribuye a su autonomía, a desarrollar la motricidad enjabonar y secar los juguetes, a aprender a compartir e incluso a observar los distintos objetos y los colores.

Pero, ¿A los bebés también pueden involucrarlos en estas actividades? Sí, por ejemplo, a la hora de jugar con ellos, pueden señalarles los objetos, mencionando su nombre y describiéndolos, ¿De qué color es? ¿Qué consistencia tiene? etc.

Esto puede parecer sin importancia, pero recuerden que las niñas y los niños aprenden por medio de la exploración. Como se ha recomendado anteriormente, cada momento o actividad del diario vivir se puede convertir en una oportunidad de aprendizaje.

Si la higiene corporal forma parte del diario vivir deben reafirmar su importancia para que poco a poco se apropien de hábitos saludables.

Observen prácticas de higiene que realizan las niñas y los niños en casa, en el siguiente video.

1. **Yo puedo solo.**

<https://youtu.be/Y5zZB_MTCXw>

En este video pueden observar cómo las niñas y los niños hacen sus propios intentos y desarrollan habilidades para el cuidado de su higiene, recuerden siempre reconocer sus esfuerzos y sus logros.

Y con relación a la importancia de la higiene y para concluir con esta sesión, el cuento de esta sesión se titula Mugrosaurio, escuchen y observen con atención ya que es un cuento que les será de mucha ayuda para los bebés, niñas y niños.

1. **Cuento. Mugrosaurio audio.**

<https://aprendeencasa.sep.gob.mx/multimedia/RSC/Video/202104/202104-RSC-VFPk0CyjOY-AUDIOCUENTOMUGROSAURIO.mp4>

1. **Cuento. Mugrosaurio** **PDF**

<https://aprendeencasa.sep.gob.mx/multimedia/RSC/Documento/202104/202104-RSC-XxIaBXQguE-document.pdf>

Si tienen dudas o necesitan ayuda para realizar las actividades propuestas o alguna sugerencia y quieren compartirlas con nosotros pueden enviarlas al correo aprende\_en\_casa@nube.sep.gob.mx

Si quieren ver los programas de “Aprende en Casa” los puedes encontrar en la siguiente página: youtube.com/aprendeencasa