



CUIDARNOS

ME CUIDO Y CUIDO A LOS DEMÁS.

Contenido

Introducción al Acuerdo 8: Cuidarnos.....	2
¿Cómo me preparo para enseñar este acuerdo?	3
CONSTRUYO	3
Actividades sugeridas	3
Orientaciones didácticas para usar el libro “Entre todos nos cuidamos” ...	11
INTEGRO.....	15
Intervenciones informales	15
DIBUJO	16
EVALÚO.....	17
Formatos de evaluación	17
Carta para la familia	22
Referencias.....	23
Otros recursos	24



Introducción al Acuerdo 8: Cuidarnos

En el Acuerdo 4, Amabilidad, empezamos a trabajar con los niños aquellas conductas que dificultan la convivencia y armonía en el salón de clases, por ejemplo gritar, aventar o arrebatarse objetos, empujar a otros, etc. Ahora avanzamos un poco más en esta dirección al promover conductas más sutiles incluidas en este nuevo acuerdo: *Cuidarnos*.

Entendemos por cuidar el estar atentos a las necesidades propias y ajenas y realizar acciones dirigidas a cubrirlas. Las acciones relacionadas con cuidarnos son diversas e incluyen numerosas categorías. Entre ellas, las propias y ajenas, las que son a corto o largo plazo, las físicas o mentales, etc. Si bien no es el objetivo de este acuerdo explayarnos en todas estas categorías, sí es importante dialogar con los niños qué conductas corresponden a acciones de cuidado. En las actividades mostraremos algunas, pero cada vez que aparezcan nuevas dentro de la convivencia diaria, convendrá incorporarlas al acuerdo. Y ¿por qué no?, se pueden dibujar y dejar visibles en el salón para recordarlas después. Además, en este acuerdo incluimos el cuidado del entorno inmediato y del medio ambiente.

Recuerda también que las acciones de cuidado son aquellas que nos acercan y acercan a otros al bienestar. Esto nos brinda una pauta útil para identificarlas. No obstante, en ocasiones habremos de recurrir a argumentos relacionados con las consecuencias a largo plazo de ciertas conductas. Por ejemplo, los niños podrían argumentar que los hace sentir mejor comer papas fritas que una manzana. En este caso hay que reflexionar con ellos cómo les gustaría sentirse en el futuro y cómo se sentirían si tuvieran una salud deteriorada por una alimentación inadecuada. También debemos tener en cuenta que lo que buscamos es desarrollar el bienestar emocional, y no el placer sensorial inmediato. Entendemos por bienestar emocional a cómo interpretamos o nos vinculamos con las situaciones que vivimos. Implica nuestra capacidad para regular las emociones, reponernos de la adversidad, tener un sentido de propósito y la capacidad para tomar perspectiva en una situación. Pero esta discusión puede estar alejada de la realidad de los niños y no aportará un argumento sólido para ellos.

Como docentes no debemos confundir *cuidar* con *resolver*. Cuando algún niño enfrenta una dificultad, tendemos a querer resolverla. Pero eso no es cuidarlo. Cuidarlo es enseñarle a solucionarla para evitar que en el futuro se moleste o frustre.





Con esta práctica promovemos que los niños comiencen a mover su foco de atención, centrado al inicio en ellos mismos, hacia los demás. Esto constituye la base de la empatía y la bondad, competencias indispensables para construir relaciones sanas y constructivas el resto de su vida. Como maestros no debemos dejar pasar esta oportunidad para reflexionar sobre la importancia y relevancia de nuestro rol en el futuro de nuestros niños de preescolar.

¿Cómo me preparo para enseñar este acuerdo?

Reflexiona y responde las siguientes preguntas:

- a) El filósofo Bernardo Toro dice: “El cuidado no es una opción, o nos cuidamos o perecemos como especie”.
¿Qué te hace pensar esta frase? ¿Qué te dice en relación a tu labor como educadora o educador?
- b) Enumera algunas acciones que realizas para cuidarte.
- c) Enumera algunas acciones que realizas en la escuela para cuidar a los niños.
- d) ¿En qué sentido practicar los Acuerdos nos cuida y cuida a otros?
Explica tu respuesta.



■ ACTIVIDADES SUGERIDAS

Las primeras dos actividades son introductorias. Con ellas queremos que los niños identifiquen a qué nos referimos con cuidarse y con cuidar de otros. La actividad 3 es para presentar el acuerdo. El resto de las actividades están planteadas para practicar y repasar este acuerdo.





Actividad 1: Cuidar una planta

Pregunta a los niños: ¿Qué significa cuidar?, ¿a qué cosas o a quienes podemos cuidar? Valora la participación de cada uno. El objetivo de estas preguntas es conocer las ideas previas de los niños sobre el significado de la palabra cuidar.

Luego concéntrate en exponer acerca del crecimiento de una planta. Hazlo de manera interactiva permitiendo que los niños participen; cuéntales los cuidados que necesita una semilla para germinar y crecer. ¿Por qué una planta necesita cuidados?, ¿qué pasaría si un agricultor no cuidara de su sembradío?, ¿cómo se pueden dar cuenta si una planta está bien o mal cuidada?, etc.

Considera:

- Llevar imágenes de plantaciones, sembradíos, agricultores, etc. Puedes buscarlas en internet.
- Siembra una semilla de frijol para que los niños la vean germinar y experimenten las actitudes y acciones que comprenden el “cuidar”. Si lo desea, revise la actividad de hacer germinar un frijol en el siguiente video: <https://www.youtube.com/watch?v=e1iM3bSRhzw>
- Leer el libro de *Semilla de zanahoria*. Puedes conocer el cuento en esta liga: <https://www.youtube.com/watch?v=luQMqZtJppY>
- Leer el libro *Un jardín en tu balcón*, editado por Libros del Rincón.

Actividad 2: El huevo del erizo

Reflexiona con tu grupo sobre el significado de cuidado o cuidar, tratando de reconocer cómo es que cuidamos lo que apreciamos. Puedes usar como guía alguna de las siguientes circunstancias:

- Quién los cuida y qué hace para cuidarlos.
- Si alguien tiene una mascota, qué hace para cuidarla y qué pasaría si no lo hacen o dejaran de hacerlo.
- ¿Cómo cuidan algo que valoran mucho, como un juguete nuevo? Quizá no lo quieran prestar, lo tienen todo el tiempo con ustedes, no quieren que se rompa. Cuando cuidamos algo importante para nosotros estamos muy atentos y le dedicamos esfuerzo y dedicación.





El huevo del erizo

Ha llegado el otoño y la madre pato está incubando sus huevos, esperando la llegada de sus patitos. El erizo la ve y, conmovido, decide que él también quiere incubar su propio huevo. Sale corriendo con un propósito firme: “Yo también quiero un huevo”.

Entonces encuentra un huevo perfecto para un erizo: redondo y con púas, ¡como él! (pero en realidad es ¡una castaña!) Y se dice: “Este huevo es para mí, ¡estoy seguro!”. Así que se pone a incubar el huevo, lo cuida y lo protege, mirando que no le pase nada malo. Hasta le canta canciones de cuna. “¡Espero que pronto se abra!”.

Sus amigos lo ven y lo quieren desanimar. Le dicen que al no ser un huevo, nunca se abrirá. Pero él no desfallece. Los ignora y continúa cuidando de su huevo, con constancia, esfuerzo y un gran sentido de responsabilidad.

Hasta que un día en el que hacía mucho viento, ... el pequeño erizo descubrió con gran pena, que el huevo se había roto. Resulta que el huevo era una castaña y la castaña tenía un gusano dentro: “¡Miren! ¡Mi huevo se ha abierto! Miren como se parece a mí! Ya se los dije...”.

Es un final feliz para el inocente erizo. Al final todos sus amigos terminan cuidando una castaña.

Considera

- El cuento fue tomado de: <http://www.clubpequeslectores.com/2015/02/libro-infantil-el-huevo-del-erizo.html>
- Conoce este cuento en: <https://www.youtube.com/watch?v=Mg0r9wxlikk>. Esta es una versión diferente a la presentada en la actividad.
- Te recomendamos leerle a los niños el libro “Contigo”, de A. Lauprête, el cual presenta imágenes de niños en diferentes partes del mundo siendo amigos de diferentes animales.

Actividad 3: Acuerdo 8

Comenta con tus alumnos que vas a presentar un nuevo acuerdo. Diles que te gustaría que adivinaran de qué se trata.





Dibuja una flor en el pizarrón. Pregunta, ¿de qué creen que se trate este nuevo acuerdo? Toma algunas respuestas. Explica que el nuevo acuerdo se llama “Cuidarnos: Me cuido y cuido a los demás” ¿Por qué este acuerdo se representa por una flor? Recuerden la actividad 1 sobre todos los cuidados que requiere una planta para crecer.

Pregunta cómo es que sus padres o sus abuelos los cuidan, qué hacen para cuidarlos. También habla del cuidado que tú misma tienes para con ellos (acompañarlos al supermercado, platicar con ellos, ayudarlos cuando se sienten tristes o enojados, enseñarles nuevas cosas).

Actividad 4: Los acuerdos nos cuidan

Pide que dibujen alguna situación en que los acuerdos les hayan servido para cuidarse. Expongan sus dibujos y cuenten de qué se trata.

Explica que tú has cuidado de ellos y que les estás enseñando a cuidarse con ayuda de los acuerdos. Por ejemplo, cuando les recuerdas que respirar sirve para calmarse, o que si son amables y pacientes evitan meterse en problemas.

Considera:

- Tener listos algunos ejemplos de cómo te han cuidado y ayudado a ti los acuerdos. En particular, identifica y comenta situaciones que hayan ocurrido en la clase.

Actividad 5: Solo un poco de gripe

Lee el cuento *Sólo un poco de gripe* de Libros del Rincón. Este cuento presenta una excelente oportunidad para abordar el tema del cuidado de la salud, el amor de la familia y la prevención de enfermedades, entre otros temas.

Al terminar, pregunta a los niños si alguien se ha enfermado y quién los ha cuidado. Reconozcan la importancia del cuidado que les han dado sus padres y abuelos. Reflexionen sobre qué cuidados debemos tomar para no enfermarnos.

Considera:

- Si no tienes el libro, revisa las siguientes ligas donde puedes encontrarlo en video y en “slideshow”:

<https://www.youtube.com/watch?v=U4P149btMpY>

<https://www.slideshare.net/felsy/solamente-un-poco-de-gripe>





- Contar el cuento: *Yo te cuidaré, dijo el pequeño oso*, para hablar de la importancia de cuidar a otros y cuidarnos cuando estamos enfermos. Puedes revisarlo en: <https://www.youtube.com/watch?v=HpTuJZIFrdQ>

Actividad 6 : Mugrosaurio

Lee el cuento *Mugrosaurio*, editado por Libros del Rincón, que trata de la importancia de aprender a cuidar nuestra salud mediante las reglas generales de higiene.

Reflexiona con los niños sobre las consecuencias de no cumplir las reglas de higiene. ¿Qué reglas de higiene practican en la escuela? ¿Y en su casa?

Considera:

- Si no conoces el libro, revísalo en el siguiente video: <https://www.youtube.com/watch?v=J-zLlhe62-4>

Actividad 7: Canción para lavado de manos

Presenta a tus alumnos alguna canción para lavarse las manos o acerca de los hábitos de aseo. Aquí te mostramos una:

**Lava, lava,
lávate las manos.
Con agua y con jabón,
el momento llegó
de emprender esta acción.**

Considera:

- Para conocer el ritmo de la canción, revisa el siguiente enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=c3V31xXP0KQ>
- Lee el libro *Para nada sucias* para hablar de la importancia de lavarse las manos.
- Tratar los temas de higiene personal “lavado de dientes”, “estornudar en un pañuelo o en el codo”, “sonarte la nariz”, “cambiarte de ropa”, etc.

Actividad 8: Yo te cuido, tú me cuidas

Este juego tiene la finalidad de que los niños aprendan a cuidarse. Se puede jugar en el salón de clase, en el jardín o en el área de juegos.





Los niños se juntan en parejas. Por turnos, uno será el cuidador y el otro será el cuidado. El que cuida estará todo el tiempo pendiente de su compañero, ayudándolo en lo que necesite. Cada turno durará 5 minutos.

Luego reflexionen: ¿Qué sintieron de saber que un amigo los estaba cuidando? ¿Qué sintieron al cuidar de un amigo? ¿Fue fácil cuidar de otros? Permite que compartan su experiencia, recordando que no hay respuestas correctas o incorrectas. Incluso puede ser frecuente la respuesta de que en cierto momento se olvidaron de cuidar al compañero. Aquí es oportuno recordar el acuerdo 7.

Actividad 9: Yo me cuido, tú me cuidas... en el recreo

Este juego es similar al de la actividad anterior, pero ahora deben cuidarse en el recreo. No olvides formular las preguntas de reflexión cuando los niños regresan al salón luego del descanso.

Considera:

- Asignar diferentes parejas por día o semana para favorecer la integración de los niños.
- Realizar esta actividad como una rutina antes de salir a recreo. Muy pronto notarás cómo los recreos se tornan un poco más controlables ya que entre todos se están cuidando.

Actividad 10: Cuidando a Louis

Lee al grupo el libro *Cuidando a Louis*. Es un cuento que habla sobre la inclusión de pequeños con discapacidad. Reflexionen juntos sobre el hecho de que hay niños o personas que tienen dificultades para oír, ver, caminar o aprender y la importancia de aprender a cuidar de estas personas ofreciéndoles nuestro cariño, amistad y atención.

Considera:

- Ver el cuento en el siguiente link:
<https://www.youtube.com/watch?v=VXrURioAxZc>





Actividad 11: Oficios que cuidan

Además de padres, abuelos, maestros, hermanos, tíos, etc., ¿qué otras personas nos cuidan?

Permite que expresen algunas respuestas. Explica a los niños que hay profesiones que nos cuidan. Por ejemplo: los bomberos, los doctores, los policías, entre otros. En conjunto reflexionen de qué manera nos cuidan.

Pregunta a los niños si conocen a alguna persona que se dedique a cuidar.

Considera:

- Invitar a algún padre o madre de tus alumnos que sea médico, enfermera, policía o bombero, para que platique sobre su trabajo de cuidado a los demás.
- Reconocer el trabajo y la labor de cuidado que hacen las abuelas, leyendo el libro *A Julia la quieren el doble*, de Libros del Rincón.

Actividad 12: Cuido mi escuela

Además de cuidarnos y cuidar a otros, también podemos cuidar de nuestro entorno.

Reflexionen con los niños: ¿qué acciones podemos hacer para cuidar nuestro salón o nuestra escuela?, ¿en qué nos benefician? Entre todos elijan una y comprométase a llevarla a cabo, por ejemplo, recoger los papeles del piso al terminar la hora de clase.

Considera:

- Reflexionar sobre la importancia de cuidar los espacios comunes, mi colonia, mi ciudad y... ¡al mundo entero!

Actividad 13: El mundo es nuestro hogar.

Comenta a los niños que el mundo es nuestro hogar; un hogar muy grande en el que viven y conviven muchas especies de animales, plantas y distintos tipos de personas. Explica la importancia de aprender a cuidarnos, cuidar a otros y cuidar al mundo. En este último caso, tenemos que cuidar el aire, el agua y todos los recursos para poder vivir en paz y en armonía con la naturaleza.





Presenta la siguiente canción. Al terminar puedes hablar de lo que pueden hacer para cuidar del agua, los bosques, plantas, etc.

**El mundo es nuestro hogar
El mundo es nuestro hogar
Seamos responsables
Entre todos lo debemos de cuidar.**

**Es hora de que pensemos en el agua
de mares, de los ríos y los lagos
Sin ella la vida no es posible
por eso no hay que contaminarlos.**

**Debemos proteger a nuestros bosques
a todos los árboles y plantas
porque ellos nos regalan aire puro
el aire que a la vida le hace falta.**

**También nuestra tierra necesita
que siempre la tratemos con cuidado
no arrojemos basura y desperdicio
si no, el suelo estará contaminado.**

Considera:

- Conocer la música de la canción en el siguiente link: <https://www.youtube.com/watch?v=ha3tO-XzAX8>
- Leer algún cuento relacionado al planeta y sus diferentes ecosistemas. Por ejemplo, *Animales y plantas viven aquí* o *Constructores de presas*, ambos editados por Libros del Rincón





ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA USAR EL LIBRO “ENTRE TODOS NOS CUIDAMOS”

A continuación, te presentamos las orientaciones didácticas del libro de texto “Entre todos nos cuidamos: 10 acuerdos para estar bien”. Te proponemos usar las actividades de este libro como complemento para construir los acuerdos.

1

pag. 49

OCTAVO ACUERDO

CUIDARNOS

Actividades

1. **Dibuja** en el espacio en blanco el acuerdo que falta.

★ ¿Qué sentiste cuando prestaste atención a los sonidos antes de cada clase? ¿En qué otro momento podrías hacerlo?

★ Además de los sonidos, ¿a qué otras cosas podrías prestar atención a tu alrededor?

49

- El objetivo de este ejercicio es repasar los acuerdos presentados previamente.

2

pag. 50

2. **Observa** las fotografías y menciona los nombres de las flores o plantas que reconozcas.

★ ¿Qué debes hacer para que una planta crezca?

50

- El objetivo de este ejercicio es recuperar las experiencias de los niños sobre el cuidado de una planta, a fin de reconocer todo lo que necesita para crecer.
- Pregunta a los niños: “¿Qué plantas conocen?” Verás que todas las respuestas serán muy interesantes. Da la oportunidad de que respondan, sin corregir.





2

pag. 50

- Puedes resaltar cómo algunas plantas son pequeñas y otras, como los árboles, pueden ser muy grandes. Es importante mencionarles que, aunque el árbol ahora sea grande, empezó siendo una semilla pequeña (como la que aparece en la foto del frijol), la cual pudo crecer así gracias a muchos cuidados.

2. **Observa** las fotografías y menciona los nombres de las flores o plantas que reconozcas.



★ ¿Qué debes hacer para que una planta crezca?

50

- Pregunta: “¿Qué tenemos que hacer para que crezca una planta como la del frijol?” Espera diferentes respuestas. Hacer germinar y cuidar una plantita de frijol es una actividad común en nuestros planteles. Es probable que alguno describa esa experiencia. Usa la varita de la palabra para dar espacio a que cada niño participe.

3

pag. 51

- Muestra las imágenes del libro y lee el enunciado. Permite que los niños vean y analicen las imágenes con detalle.
- Pide que describan lo que observan de las diferentes imágenes. En ocasiones los niños describen sin inferir y en otras inferen. Por ejemplo, en la primera imagen aparece un hombre adulto peinando a una niña, podríamos inferir que es su papá. Recuerda que las inferencias de tus estudiantes pueden variar según sus propias vivencias.
- Pregunta: “¿A ti quién te cuida?” No menciones ni resaltes el hecho de que hay niños que se encuentren al cuidado de un adulto externo o contratado. Permite simplemente reconocerlo y agradecer ese cuidado.
- Pregunta: “¿Qué hace esa persona por ti?”. Trabaja esta pregunta en dos pasos.





3

pag. 51

- Primero recupera las respuestas de los niños. Algunas quizás sean: “Me lleva a la escuela, me da de comer, juega conmigo”. Puedes enfatizar que la persona que nos cuida nos pone atención y comparte con nosotros.
- El segundo paso consiste en recuperar las emociones que surgen cuando alguien nos cuida. Puedes preguntar: ¿Cómo se siente que alguien te cuide? ¿Te pones contento? Queremos reconocer que cuando alguien nos cuida nos sentimos seguros y estamos bien.
- Si en las respuestas de los niños notas circunstancias no habituales o señales de que alguno de ellos podría estar en riesgo, sé muy prudente y toma medidas al respecto. Una acción oportuna puede ser decisiva en la salud e integridad del niño. Acude a las autoridades de la escuela. No lo manejes personalmente y apóyate en las instituciones y protocolos existentes para esos casos.

4

pag. 52

- Juguemos a cuidarnos. Los niños tendrán ahora la experiencia de cuidar a otros.
- Asigna una pareja a cada niño o permita que ellos escojan. Recuerda que es una experiencia de cuidado y que todos somos responsables de todos, no solo de cuidar a nuestros amigos.
- Explícales que saldrán al patio o a algún área específica a jugar y a cuidar a su compañera o compañero. Es una actividad libre, pueden jugar juntos pero siempre cuidando del compañero. Asigna unos 5 minutos para cada turno de este ejercicio.
- Al regresar de la actividad pide a los niños que hagan un dibujo y cuenten la experiencia de cuidar a su compañero.





- Este ejercicio está relacionado con la experiencia del ejercicio 4. Cuando terminen el dibujo, haz las preguntas de los incisos.
- Primer inciso: Las respuestas comunes serán asociadas a permanecer juntos, estar atentos, entre otras. Es importante aclarar que en ocasiones no sabemos cómo cuidar de forma adecuada a los amigos. También es una buena oportunidad de preguntar al compañero qué se puede hacer para cuidarlo mejor y compartir sus percepciones.
- Segundo inciso: La experiencia puede ser de satisfacción, pero también permite expresar sensaciones de ansiedad o angustia. Recuerda que cuidar a otros no siempre es fácil. En ocasiones podemos sentirnos angustiados pensando que no lo estamos haciendo bien.
- Tercer inciso: Que te cuiden es lindo, pero cuando te cuidan impidiendo hacer lo que deseas, también puede ser una experiencia desagradable.
- Si hubo algún problema, si alguien se cayó o se olvidó de cuidar a su compañero, es muy bueno recalcar que siempre se puede aprender de los errores.





Integro

INTERVENCIONES INFORMALES

Puedes usar este acuerdo en las siguientes situaciones:


- Cuando los niños salen al recreo, puedes asignarles un amiguito para cuidarlo.
- Cuando los niños están tirando basura o maltratando el material, recuérdales la importancia de cuidarse, de cuidar las cosas y la escuela.
- Aprovecha el 22 de marzo, Día Nacional del Agua, para hablar acerca de la importancia de cuidarla.
- Si hay algún niño enfermo, identifiquen las acciones que pueden hacer para cuidarse de no enfermarse. Aunque no necesariamente podemos evitar enfermarnos.





Dibujo

Dibuja diariamente en el pizarrón los siete acuerdos presentados hasta el momento. Repite también la frase que los acompaña. Practica a continuación cómo dibujarías el octavo Acuerdo:

 <p data-bbox="305 1266 571 1352"><i>“Me cuido y cuido a los demás”</i></p>		
---	--	--





Evaluó

E

FORMATOS DE EVALUACIÓN

I) Desempeño de los niños

Identificar y dar seguimiento al avance que muestran los niños en ciertos comportamientos y actitudes relacionados con los acuerdos te ayudará a ti y a ellos a saber cómo van y qué es necesario reforzar.

Para hacer esto, te sugerimos utilizar el siguiente formato. Empieza aplicándolo a los dos primeros niños de la lista y toma los dos siguientes cada vez. Repite el proceso cuando termines con todos. En la segunda ronda revisa si hay cambios en los niños respecto a la primera evaluación. Ten en cuenta que esta herramienta no debe utilizarse para diagnosticar o comparar niños, sino para ayudar al desarrollo de cada niño en estas áreas, así como también para iniciar conversaciones positivas.

Te sugerimos llenar el formato cada dos semanas. Si lo deseas, aplícalo a más de dos niños cada vez y/o cada semana. El formato incluye los tres primeros acuerdos. Si aún no presentaste alguno de ellos, omite su evaluación.

Indica con qué frecuencia el niño o niña muestra cada uno de los comportamientos descritos usando una escala del 1 al 7, donde 1="Casi nunca" y 7="Casi siempre".



**Nombre del niño****Escala:** 1. Casi nunca 2. Muy pocas veces 3. Pocas veces 4. Algunas veces 5. A menudo 6. Muy a menudo 7. Casi siempre**Evaluación****Cuerpo de montaña**

- Participa con entusiasmo en las actividades propuestas.
- Expresa las ventajas de su cuerpo en movimiento y de su cuerpo en quietud.
- Permanece voluntariamente en quietud para recibir alguna indicación corta cuando su maestra se lo pide.
- Permanece en quietud en los momentos en los que es pertinente. Por ejemplo, durante el trabajo o mientras come.

Silencio

- Expresa la utilidad del silencio en el salón de clases.
- Permanece voluntariamente en silencio para recibir alguna indicación corta cuando su maestra se lo pide.
- Modula su voz y logra mantener el silencio en momentos en los que es pertinente. Por ejemplo, durante el trabajo o cuando escucha a otros.

Respiro

- Identifica que puede utilizar su respiración para calmarse.
- Utiliza su respiración en momentos en los que se siente agitado para intentar calmarse con ayuda de su maestra.
- Utiliza su respiración en momentos en los que se siente agitado para intentar calmarse de forma autónoma.

Amabilidad

- Da ejemplo de conductas amables (Nos enfocamos en: saludar de manera amable, expresar lo que necesita con cortesía, pedir prestado algún objeto sin olvidar las palabras mágicas y ser cordial y estar atento a las necesidades de otros).
- Reconoce las ventajas de ser amable para sentirse bien en el salón de clases.
- Con la ayuda de su maestra, identifica cuando su conducta no es amable y expresa cómo sería una forma amable de actuar.
- Actúa de manera amable en el salón de clases.



**Nombre del niño****Escala:** 1. Casi nunca 2. Muy pocas veces 3. Pocas veces 4. Algunas veces 5. A menudo 6. Muy a menudo 7. Casi siempre**Evaluación****Oído atento**

Expresa las ventajas de escuchar al que habla para sentirse bien en el salón de clases.

Utiliza la varita de la palabra correctamente.

Escucha en silencio a la persona que habla.

Paciencia

Nombra las ventajas de esperar con paciencia y tranquilidad.

Reconoce y dice cuando se siente impaciente.

Con la ayuda de la maestra diferencia entre conductas pacientes e impacientes.

Espera su turno con tranquilidad.

Atención

Explica lo que es una mente de chango.

Dice si su atención está o no conectada a la actividad que está haciendo y justifica correctamente su respuesta.

Dice si en cierto momento su mente está como un chango o como un panda y justifica correctamente su respuesta.

Permanece en silencio y atendiendo su respiración entre 1 y 3 minutos.

Cuidarnos

Nombra acciones de cuidado personal, a otros y al entorno.

Realiza acciones de cuidado cuando la maestra se lo recuerda.

Recuerda y realiza acciones de cuidado de manera autónoma.





II) Desempeño personal

Reflexionar acerca de tu experiencia aplicando CIDE es clave para identificar qué está funcionando, qué puedes mejorar y si necesitas ayuda o recursos complementarios para reforzar tu práctica personal y con los niños.

Responde las siguientes preguntas en relación a la implementación de los acuerdos:

a. Anota en qué momentos o situaciones usaste o modelaste alguno de los acuerdos:

b. Escribe en qué otras situaciones podrías aplicarlo o modelarlo:

c. ¿Qué estás haciendo bien?

- ---

- ---





d. ¿En qué consideras que puedes mejorar?

•

•

Si puedes comentar con un colega sobre la implementación, escribe algunas ideas que hayan surgido de la discusión y consideres importantes:





Carta para la familia

Estimados padres de familia,

Nos da gusto saludarlos y deseamos se encuentren muy bien y contentos. La semana pasada trabajamos con el octavo de los acuerdos llamado “Cuidarnos: me cuido y cuido los demás”. Con este acuerdo queremos que los niños se involucren en conductas de autocuidado, cuidar a otros y cuidar al entorno y al medio ambiente.



Me cuido y cuido a los demás.

Para fortalecer el trabajo en casa les recomendamos:

- Propiciar las conductas básicas de autocuidado como lavarse dientes y manos, comer saludable, hacer ejercicio, etc.
- Propiciar conductas de cuidado del hogar: recoger la basura, guardar los materiales después de usarlos, regar las plantas, etc.

Atentamente.





Referencias

Recursos citados

Alcoer, M. [Centro Cultural Tijuana-CECUT]. (2020, julio 26). Cuento- Jacinta y las bolsas de plástico. [Archivo de video]. Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=fBW_OevjyWA

Ashley, B., Thompson, G., (2006). *A Julia la quieren el doble*. SEP/Intermón Oxfam

Ballesteros, M. (19 de abril 2018). Siete ideas para enseñar a los niños a reciclar y a cuidar el medio ambiente. *La Voz de Galicia S.A*. Recuperado de: <https://www.lavozdegalicia.es/noticia/faigaliaverde/2018/04/12/siete-ideas-ensenar-ninos-reciclar-cuidar-medio-ambiente/00031523551619151972492.htm>

Barkovich, M. A., Enriquez, E. C., Mendoza, M., Urrea, D. (2019). *Entre Todos Nos Cuidamos. 10 Acuerdos Para Estar Bien*. México. Mc Graw Hill.

Brito, P. (2018) *Mugrosaurio*. Ciudad de México: SEP- Méndez Cortéz Editores

Brito, P. [De Puro Cuento]. (2020, julio 27). MUGROSAURIO [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=J-zLlhe62-4>

Canta Maestra. [Canta Maestra]. (2019, marzo 15). 4 canciones para lavado de manos (preescolar). [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=c3V31xXP0KQ>

Ely, L. (2005) *Cuidando a Louis*. España: RBA Molino.

Ely, L. [Kadima A.C.]. (2015, octubre 16). Kadimatón 2015- Cuidando a Louis [Archivo de video]. Tomado de: <https://www.youtube.com/watch?v=VXrURioAxZc>

Janosch. (2002). *Yo te curaré dijo el pequeño oso*. Madrid: Editorial Alfaguara.

Janosch. [AudioLibros Gratis]. (2019, junio 21). Cuentos infantiles -Yo te curaré , dijo el pequeño oso. [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=HpTuJZIFrdQ>

Johnson, T., (2002). *Constructores de presas*. Planeta Junior-Libros del Rincón

Krauss, R. (1978). *La semilla de zanahoria*. EE.UU. Scholastic





Lauprête, A. (2007). *Contigo México*, SEP-SM de Ediciones, 2007.

Modéré, A. (2003). *Solo un poco de gripe*. Barcelona. Corimbo.

Modéré, A. [Dani Cantu Educadora]. (2020, mayo 20). Cuento “Solamente un poco de gripe” [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=U4P149btMpY>

Modéré, A. (2009). Solamente un poco de gripe. *SlideShare*. Tomado de: <https://www.slideshare.net/felsy/solamente-un-poco-de-gripe>

Oltén, M. (2011). *Para nada sucias*. Barcelona. Takatuka.

Poulin, A. (2011). *¡Mi papá no apesta!* Zapopan. Petra.

Poulin, A. [Tlaxcala Televisión]. (2015, agosto 27). MI PAPÁ NO APESTA. [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=4STBOYQAEXO>

Raquel Martínez Macías [Raquel Martínez Macías]. (2012, noviembre 28). El Mundo es Nuestro Hogar. [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=ha3tO-XzAX8>

Takahashi, N. (2015). El huevo del erizo. Lugar de publicación: *Club peques lectores*. Tomado de: <http://www.clubpequeslectores.com/2015/02/libro-infantil-el-huevo-del-erizo.html>

Thalisol [thalisol]. (2012, enero 3). la historia de la bolsa de plástico. [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=xQeNoSikBbk>

Weber, R., Foley, M., (2004). *Un jardín en tu balcón*. SEP/MacGraw-Hill Interamericana Editores.

Wong, G. (2001). *Animales y plantas viven aquí*. Ciudad de México. Planeta.

Otros recursos

Bilbao, A. [AprendemosJuntos]. (2018, abril 11). Entender el cerebro de los niños para educar mejor. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=pQEAYOnDZ3g>





Goleman, D. (2010). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona. Editorial Kairós.

Greenland, S. K. (2014). *El niño atento. Mindfulness para ayudar a tu hijo a ser más feliz, amable y compasivo*. Bilbao. Desclée de Brouwer.

Greenland, S. K. (2017). *Juegos mindfulness: Mindfulness y meditación para niños, adolescentes y toda la familia*. Madrid, España. Gaia Ediciones

Gueguen, K. (2019). *Feliz de aprender en la escuela*. España. Penguin Random House Grupo Editorial

Rodríguez, E. (2019). *El desarrollo socioemocional: la base del bienestar*. SEP. Tomado de: <https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/inicial/guia-desarrollo-socioemocional/Guia-para-Padres-Desarrollo-Socioemocional-WEB.pdf>

Rodríguez, E., Chernicoff L., Jiménez de Lassé A., Labra D. y Barkovich M. (2019). *Educación desde el bienestar*. Ciudad de México. Editorial Mc Graw Hill.



© AtentaMente Consultores A.C, 2020.

Prohibida la reproducción parcial o total de este documento.