



Kinder

Actividades para realizar entre niño/a y adulto/a responsable

Antes de comenzar...

- Recordemos la importancia de establecer rutinas en estas dos semanas que estaremos en casa, buscando un horario en el cual realizar las actividades propuestas por el colegio, donde un/a adulto/a pueda acompañar a los/las estudiantes en su realización.
- Busquemos momentos para estar en familia, ya que para niños y niñas es tremendamente importante estar en un espacio seguro, donde puedan expresar sus ideas y emociones, recibiendo contención, orientación y apoyo.
- Ubiquémonos en un lugar cómodo y agradable para realizar las actividades, de acuerdo a las características de cada una de ellas.
- Recomendamos leer las actividades antes de invitar a niños y niñas a realizarlas, de manera de buscar el espacio ideal y los elementos necesarios para llevarlas a cabo.
- ¡Disfrutemos juntos/as! Aprovechemos esta instancia para compartir, jugar y encontrarnos como familia.

Actividad I

Con este ejercicio tomaremos conciencia de nuestro cuerpo, a través de un espacio de encuentro, cariño y relajación entre niños/as y adultos/as, lo que nos ayudará a aliviar sentimientos de ansiedad y temor que pudieran surgir durante estas semanas.

- Los/las invitamos a jugar a los masajes. Esta es una técnica utilizada para aliviar tensiones y generar sentimientos de bienestar en niños/as, jóvenes y adultos/as, frente a situaciones de preocupación y/o malestar emocional. Para ello, deberemos buscar un lugar cómodo como un sillón o un espacio donde recostarse, podemos además poner música de relajación y adecuar la luz para sentirnos más a gusto. Antes de comenzar niño/a y adulto/a responderán a la pregunta *¿cómo me siento?*
- Primero, jugaremos a adivinar números y figuras. El/la adulto/a dibujará con el dedo una figura simple (por ejemplo estrella, círculo, cuadrado) o un número en la espada del niño o niña, para que al concentrarse pueda adivinar qué fue lo que se les dibujó. Pueden repetirlo algunas veces y luego intercambiar los roles, para que ahora sea el niño o niña quien dibuje figuras o números en la espalda del adulto/a y que éste adivine.
- Luego, el/la adulto/a hará masajes en la espalda y/o cabeza del niño o niña, utilizando distintas técnicas para ello, como por ejemplo utilizar las yemas de los dedos o nudillos, hacer círculos con las manos, presionar suavemente, entre otras. Después, pueden nuevamente invertir roles.
- Preguntas para compartir y reflexionar
 - *¿Cómo te sientes?*
 - *¿Te gustaron los masajes?*
 - *¿Cuál fue tu masaje favorito?*
 - *¿Cómo te sentiste al recibir los masajes?*
 - *¿Cómo te sentiste al hacer tú los masajes?*

Actividad 2

Con esta actividad reconoceremos personas importantes en nuestras vidas, aquello que aprendemos de ellas y aquello que nos entregan, junto con lo que nosotros/as podemos enseñarles y compartirles.

- Leeremos y observaremos las imágenes del cuento "Federico y Federico" (adjunto en power point). Mientras lo leemos, podemos ir conversando sobre qué nos llama la atención.
- Luego, compartiremos preguntas y reflexiones:
 - ¿Quiénes son los personajes del cuento?
 - ¿Cómo es la relación entre ellos? ¿Qué actividades hacen juntos?
 - ¿Hay alguien de tu familia con quien te lleves muy bien como Federico y su abuelo?
 - ¿Cómo te sientes con esa persona?
 - ¿Qué actividades te gusta hacer con esa persona?
 - ¿Qué aprendes de esa persona? ¿Qué le enseñas tú?
- Para finalizar, los/las invitamos a que niños y niñas hagan un dibujo de sí mismos con esta persona especial (podemos dibujar a más de una persona si es que identificamos a más personas especiales), para luego compartirlo con nuestra familia, contándoles por qué esta persona es importante para nosotros/as.

Para tener en consideración...

Es posible que niños y niñas tengan preguntas e inquietudes acerca de la situación que vive nuestro país actualmente en relación al coronavirus, frente a ello compartimos el siguiente link <https://www.youtube.com/watch?v=prHuClGHtmY&t=99s> donde encontrarán un video que explica brevemente de qué se trata este virus, el cual pueden compartir en familia. En este sentido, les sugerimos entregar calma a niños y niñas, mostrándoles que se encuentran seguros con sus familias, enfatizando las medidas de higiene y seguridad que se deben mantener para evitar contagios y la importancia de seguir las instrucciones de expertos, como médicos y enfermeras.