

Suplemento. Dinámicas para trabajar con las familias y el personal de las escuelas infantiles

Las dinámicas que describimos a continuación se pueden intercalar con las que forman parte de las sesiones correspondientes o bien pueden realizarse de forma independiente. Por ello no hemos establecido un cronograma de las sesiones.

Sesión 0 (“Nos conocemos: adaptación familiar y desarrollo infantil”) y sesión 1 (“Buscando y forjando el vínculo afectivo”)

Hemos visto que el vínculo que se establece con los educadores tiene un papel muy importante en el desarrollo del niño.

Uno de los primeros problemas a los que se enfrentan las familias es la conciliación de la vida laboral y la vida familiar, pues al finalizar la baja por maternidad las familias generalmente se sienten intranquilas porque, por un lado, deben asumir la primera separación del bebé y, por otro lado, deben valorar las ventajas y las desventajas de esta situación y barajar las posibilidades. Deben decidir, pues, entre el cuidado del bebé a cargo de un familiar o de una persona contratada y llevar al bebé a la escuela infantil.

Objetivos

- Conocer algunas estrategias para compatibilizar las tareas relacionadas con el cuidado y la crianza de los niños con el desempeño de otros roles de la edad adulta.
- Reflexionar sobre las distintas posibilidades de organizar el cuidado alternativo del niño.

Dinámicas

1) Debate (20 min)

Hay que plantear a las familias y al personal de la escuela infantil la frase “El niño que se queda con la madre es más feliz”, del pediatra y escritor Carlos González, (autor de *Mi niño no me come*), e invitarlos a reflexionar y debatir.

2) Análisis de entrevista de prensa (20 min)

Hay que repartir la [entrevista](#) titulada “Carlos González: «El niño que se queda con la madre es más feliz»” (*El Periódico* 02/04/2017) para que las personas participantes la lean y la comenten en grupos pequeños y luego hagan una puesta en común.

3) La vuelta al trabajo

Opciones:

a) Tormenta de ideas (20 min)

Hay que plantear a las personas participantes cómo se puede conciliar la vida laboral y la vida familiar.

b) Tabla de inconvenientes/ventajas (10/15 min)

Las personas participantes deben trabajar en grupos pequeños sobre las ventajas y los inconvenientes de llevar al niño a la guardería, buscar una persona que lo cuide o dejarlo con sus abuelos. Al terminar han de hacer una puesta en común.

c) Análisis de casos (10/15 min)

Primero hay que formar tres grupos con las personas participantes y repartir los tres **casos** siguientes, uno a cada grupo, y en cada uno debe reflexionarse sobre la situación asignada. Posteriormente han de hacer una puesta en común

Caso 1

María y Luis son los padres de Beatriz, que acaba de cumplir 4 meses, y María tiene que incorporarse a trabajar.

Tanto Luis como María trabajan de 8 a 15 h y han decidido buscar a una persona para que cuide de Beatriz mientras están trabajando.

Caso 2

Noelia tiene un bebé de 3 meses en acogida, que se llama Rita, y tras los días de permiso tiene que reincorporarse al trabajo (trabaja en el Ayuntamiento de 8 a 15 h).

Noelia le ha pedido a su madre, Lola, si puede cuidar de Rita mientras trabaja. Lola vive un poco lejos de la casa de Noelia y, como no tiene coche, Noelia le lleva a Rita todos los días antes de irse a trabajar.

Caso 3

Juan y Toni son los padres de Alberto, de 7 meses. Aunque Juan trabaja en casa, han decidido llevar a Alberto a la escuela infantil que hay cerca de su casa para que se relacione con otros niños de la misma edad.

Sesión 2 (“La alimentación y los factores relacionados”)

La comida está ligada al afecto. Al dar de comer al niño es muy importante cómo lo hacemos (el tono de voz, las formas e incluso nuestro estado de ánimo): no es lo mismo poner la comida en un plato sin mirar al niño que dársela cariñosamente en un clima de confianza, amor y seguridad.

Un clima de tensión intranquiliza y asusta, y puede desanimar al niño a comer. En cambio, una actitud afectuosa puede estimular el apetito y también ayuda a mejorar nuestra relación. Todos los niños necesitan que les miren, que les hablen y que alguien comprenda si ya no quieren comer más o si la comida está muy caliente o muy fría. El modo en que ofrecemos la comida es fundamental para que se sientan cuidados y con suficiente seguridad para aceptar los nuevos alimentos que vamos incorporando en su alimentación.

La etapa de inicio de la alimentación es sumamente importante, porque los niños van creando sus hábitos y el gusto por los alimentos. Si un niño come por primera vez sopa muy caliente y se quema, entonces asociará la sopa a dolor, y probablemente no disfrute las próximas ocasiones que coma este alimento. Del mismo modo, si es la primera vez que come una fruta y la encuentra jugosa, dulce y puede tocarla y explorarla, la asociará a una sensación placentera.

Cuando come acompañado, el niño come mejor. Cuando un adulto lo atiende personalmente puede ayudarlo si lo necesita, servirle si quiere más, acomodarlo en su silla si no está cómodo. Los niños que comen con otros niños y con adultos aprenden y socializan sus conductas, imitan y ven lo que comen los otros, cuánto y cómo.

Objetivos

- Reflexionar sobre las dificultades relacionadas con la alimentación de los niños.
- Promover la autonomía de los niños por medio de experiencias de alimentación estimulantes y agradables.
- Aprender a organizar el escenario de la alimentación para crear estilos de alimentación saludables.

Dinámicas

1) Fotopalabra (10/20 min)

El educador tiene que enseñar a las personas participantes una **foto** de niños comiendo en el comedor de la escuela infantil y después hay que visionar los **vídeos** de la actividad 5.a de la sesión 2 (“Disfrutemos juntos”), y posteriormente hay que debatir sobre las tres situaciones.

2) Caso (20/20 min)

María y Eduardo son la madre y el padre de Beatriz, que tiene 26 meses, y desde hace 10 días va a la escuela infantil municipal del barrio.

Desde siempre ha comido muy mal: en casa, si no le ponen la televisión o le cantan, no quiere comer. Hasta los 2 años, María le metía de todo en el puré, pero desde que ha cumplido años no quiere purés y el momento de la comida se convierte en un suplicio para la familia. Hasta hace 10 días la cuidaba su abuela paterna, que cuenta que corría detrás de ella por toda la casa para darle de comer.

Cuando María la recoge en la escuela infantil, mira la pizarra donde anotan el menú y las anotaciones de los niños. En el casillero de Beatriz, durante toda la semana pone “Se lo ha comido todo”. María...

Hay que plantear a las personas participantes, reunidas en grupos pequeños, que terminen la historia. Posteriormente han de hacer una puesta en común.

Sesión 2+1 (“Qué comemos y cómo comemos”)

La hora de la comida es un buen momento para fomentar los lazos afectivos y la educación en materia de alimentación saludable.

Objetivos

- Reflexionar sobre la importancia de una alimentación saludable.
- Conocer las características de la dieta mediterránea.
- Elaborar un menú saludable.

Dinámicas

1) Si se trabaja con familias de niños de 1 a 3 años: alimentación variada y dieta mediterránea (10/20 min). Siguiendo la actividad 2.b.1 de la sesión 2+1, el educador tiene que hacer una exposición y las personas participantes deben trabajar la pirámide alimentaria o con el plato saludable.

Si se trabaja con familias de niños de 1 año o menos: alimentación complementaria (20 min). El educador tiene que hacer una exposición sobre la introducción de la alimentación complementaria según las recomendaciones del Programa de Salud Infantoadolescente.

2) Para ambos tipos de familia (40 min): después de explicar cómo debería ser un menú saludable las personas participantes deben trabajar con menús de escuelas infantiles. Hay dos opciones:

- a) Trabajar el menú de la escuela infantil: para ello hay que formar grupos pequeños intentando que en cada grupo haya padres/madres y personal de la escuela infantil; deben reflexionar sobre si es un menú saludable y qué cambios se podrían hacer.

b) Repartir menús de varias escuelas infantiles y trabajar sobre ellos en grupos pequeños, y finalmente hacer una puesta en común.

3) Preparar un cumpleaños saludable

En esta dinámica se puede trabajar sobre qué llevar a la escuela infantil para una fiesta de cumpleaños y formar grupos pequeños para encargárles la organización de un cumpleaños saludable.

Nota para el educador

En esta dinámica se puede trabajar la importancia de una alimentación saludable no solo cuando se hable de las cinco comidas principales, sino al celebrar cualquier fiesta. Además, se puede conectar con la sesión sobre el juego y la actividad física, ya que al preparar la fiesta de cumpleaños no solo hay que diseñar el menú sino toda la fiesta.

Disponemos de un ejemplo en la web <nataliamoragues.com/como-preparar-un-cumpleanos-saludable>.

Sesión 3 (“Crecer activo, crecer jugando”)

Jugar es la actividad principal de los niños en la escuela infantil, cuyo fin es entretenerles o divertirles y con el que ejercitan alguna destreza o capacidad.

El juego es la herramienta básica para favorecer el desarrollo integral físico, intelectual, creativo, emocional, social y cultural de los niños; les permite ganar autonomía poco a poco e ir generando una personalidad propia y una manera de ver el mundo. La asimilación de conceptos, la potenciación de la imaginación, la capacidad de expresión, de participación y de superación y el aprendizaje por medio de la imitación de modelos o con canciones o cuentos son objetivos de un modelo educativo en que el juego actúa como punto de unión.

La labor de los educadores consiste en facilitar los espacios más adecuados para el juego y animar a los niños a participar de una forma lúdica, siempre con objetivos educativos de fondo. De esta manera los niños experimentan y aprenden jugando, sin presión de ningún tipo y con toda la motivación necesaria para seguir desarrollando capacidades y hábitos positivos.

Los patios de las escuelas infantiles determinan las oportunidades de juego, de actividad física, de convivencia y de respeto de la diversidad (cultural, étnica, de edad, sexual, funcional, etc.) y la equidad. En este espacio se forjan relaciones, se visualizan afinidades, rechazos y soledades, y se representan roles de género. Sin embargo, no se les da mucha importancia a estos espacios.

Objetivos

- Tomar conciencia de la importancia del juego y de la actividad física.
- Conocer la importancia del juego manipulativo para desarrollar la inteligencia y el lenguaje, y cómo estimularlo.
- Conocer la importancia del juego simbólico y su importante papel para el desarrollo mental del niño, y aprender a promoverlo.
- Reflexionar sobre cómo debería ser el patio ideal para promover el juego y la actividad física.

En esta sesión, los educadores de las escuelas infantiles pueden ser nuestros colaboradores, por lo que podríamos ofrecerles que impartan la sesión sobre juego y actividad física.

Dinámicas

1) Debate (30 min)

- “Más de una tercera parte de los bebés de menos de 6 meses juegan con dispositivos electrónicos”
- “Las *tablets* son chupetes de cristal líquido”. Jesús Garrido, pediatra, en *Papel*, “¿Cuánto tiempo puede estar tu hijo con la tablet?” (suplemento de *El Mundo*, 11/11/2015).

A partir de la frase o de la lectura de la [entrevista](#) hay que debatir sobre la necesidad de que los niños jueguen con dispositivos electrónicos. Hay que resaltar que cuando están en el centro educativo no lo hacen.

2) Patios escolares: ¿cómo es un patio saludable? (20/20 min)

Las personas participantes, reunidas en grupos pequeños, deben idear cómo sería el patio ideal, y después han de hacer una puesta en común. Para ayudar en el ejercicio se puede visitar la web saludpublicayotrasdudas.wordpress.com/2017/07/08/el-patio-de-mi-escuela-es-particular/#more-3187.

Sesión 3+1 (“Paseo comunitario”)

La escuela es un activo en salud. En esta sesión se puede pedir la colaboración de la escuela infantil para cualquiera de las dinámicas que llevemos a cabo.

Sesión 4 (“La importancia del sueño”)

Muchos niños de 0 a 3 años duermen la siesta en la escuela infantil.

Objetivo

- Conocer estrategias para reforzar buenas pautas en la fase de sueño autónomo, en que el niño estrena formas de acostarse y de dormir de *niño mayor*.

Dinámicas

Hay que trabajar sobre todo la dinámica 4.d de la sesión 4.

