



Educación



Desarrollo Socioemocional

Pistas para la acción

Componente 2

Somos la Revolución del Cambio



Ministerio de Educación Nacional

José Daniel Rojas Medellín

Ministro

Lucy Maritza Molina Acosta

Viceministra (E) de Educación Preescolar, Básica y Media

Norma Liliana Martín García

Directora de Primera Infancia

Nancy Valderrama Castiblanco

Subdirectora de Calidad de Primera Infancia

María del Pilar Méndez

Subdirectora de Cobertura de Primera Infancia

Equipo componente Desarrollo Socioemocional

Steve Fernando Pedraza Vargas

Jenny Cárdenas Buitrago

Sharon Viviana Ramos Patiño

Aportes técnicos al documento:

Alexandra Niampira Moreno

Olga Liliana Cano Alvarán

Alicia Vargas Romero

María Consuelo Mora

Karem Yiseth Trujillo Vanegas

Armonización del texto final

Nancy Valderrama Castiblanco

Taller Creativo de Aleida Sánchez B. SAS

Desarrollo de contenidos, edición, corrección de estilo, diseño y diagramación

www.tallercreativoaleida.com.co

Víctor Humberto Sánchez Buitrago

Director de proyecto

Jorge Camacho Velásquez

Desarrollo de contenidos, edición y corrección de estilo

Zamara Zambrano Sánchez

Diseño y diagramación

Aleida Sánchez Buitrago

Dirección creativa y de arte

Primera edición para consulta online

ISBN: X0X-X0X-X0X-X0X-X

Primera edición impresa

ISBN: X0X-X0X-X0X-X0X-X

100 unidades

Octubre de 2025

Agradecimientos especiales al Banco de Desarrollo de América Latina y el Caribe CAF, que en virtud de lo establecido en la Resolución de la Presidencia Ejecutiva No. 1162/2024, de fecha 15 de julio de 2024, otorgó a favor del Ministerio de Educación Nacional una Cooperación Técnica No Reembolsable con el objeto de brindar apoyo para el fortalecimiento estratégico a través de la asistencia técnica para fortalecer los espacios educativos y la calidad de la educación desde la primera infancia hasta la educación superior.

Producto hecho en Colombia



En la escuela somos familia y comunidad, pistas para la acción, está compuesta por tres conjuntos de fichas temáticas diferenciadas por colores e íconos, acompañadas de un documento transversal de género, así:

Usted está aquí

Componente

1



GESTIÓN INTEGRAL DEL RIESGO ESCOLAR Y EDUCACIÓN EN EMERGENCIAS

- Infografía 1.** Educación inicial en emergencias.
- Infografía 2.** Momento 1: Conocimiento del Riesgo
1. Conociendo el riesgo
 2. Sintiendo seguridad
- Infografía 3.** Momento 2: Reducción del riesgo
3. Disminuyendo el riesgo
 4. Protegiéndonos de las minas.
 5. Caminos seguros y protectores
- Infografía 4.** Momento 3: Manejo de la situación. Fase 1: Respuesta inmediata
- Infografía 5.** Momento 3: Manejo de la situación. Fase 2: Acogida
- Infografía 6.** Momento 3: Manejo de la situación. Fase 3: Manejo de la situación
- Infografía 7.** Momento 3: Manejo de la situación. Fase 4: Sostenibilidad
6. Acogida, bienestar y permanencia
 7. Transformando nuestro ambiente

Componente

2



DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL

1. Identificando las emociones
2. Reconociendo rostros
3. Sembrando compasión
4. Transitando mis emociones
5. Creciendo con autonomía
6. Manejando el estrés
7. Escuchando con atención
8. Resolviendo el problema
9. Conectando con la diferencia
10. Construyendo identidad
11. Conectando con las emociones
12. Atendiendo al detalle
13. Fortaleciendo el afecto
14. Reconociendo el espacio
15. Construyendo mi espacio
16. Fortaleciendo los sentidos
17. Conectando con los objetos

Componente

3



ALIANZA FAMILIAS, COMUNIDAD Y ESCUELA

1. Conociendo las familias
2. Anudando lazos
3. Promoviendo hábitos saludables
4. Previendo el abuso sexual infantil
5. Actuando ante el abuso sexual infantil
6. Formando sin violencia
7. Reconociendo mi hogar
8. Dibujando mi hogar
9. Sintiendo la luz y el sonido
10. Valorando los objetos



Familias y escuela, aliadas para promover experiencias sensibles al género.





Contenido

Número
de ficha

Página

1	Identificando las emociones	7
2	Reconociendo rostros	9
3	Sembrando compasión	11
4	Transitando mis emociones	13
5	Creciendo con autonomía	15
6	Manejando el estrés	17
7	Escuchando con atención	19
8	Resolviendo el problema	21
9	Conectando con la diferencia	23
10	Construyendo identidad	25
11	Conectando con las emociones	27
12	Atendiendo al detalle	29
13	Fortaleciendo el afecto	31
14	Reconociendo el espacio	33
15	Construyendo mi espacio	35
16	Fortaleciendo los sentidos	37
17	Conectando con los objetos	39



Introducción

El desarrollo socioemocional en la primera infancia constituye un pilar fundamental para la construcción de subjetividades, vínculos afectivos y habilidades para la vida en comunidad. En este sentido, estas fichas pedagógicas se proponen como una herramienta para acompañar a maestras y maestros en la comprensión, proyección y vivencia de experiencias significativas que fortalezcan la dimensión emocional y social de las niñas y los niños desde una perspectiva integral. Organizadas en torno a *indagar, proyectar, vivir la experiencia* y *valorar el proceso*, las fichas no solo promueven prácticas pedagógicas sensibles al contexto, sino que les invitan a reflexionar sobre su rol como mediadores de experiencias que cultivan la empatía, la autorregulación, la convivencia y el bienestar emocional. Este enfoque busca potenciar ambientes educativos protectores, participativos y emocionalmente nutritivos, donde el juego, el lenguaje, el cuerpo y las expresiones artísticas se convierten en medios privilegiados para el desarrollo pleno de las capacidades socioemocionales en los primeros años de vida.



Marco normativo

Estas fichas se sustentan en un marco normativo robusto que reconoce el desarrollo socioemocional como un derecho fundamental y una dimensión esencial del desarrollo integral en la primera infancia. A nivel internacional, se alinean con la *Convención sobre los Derechos del Niño* (1989), que establece el derecho de las niñas y los niños a un desarrollo pleno, así como con las Orientaciones del Comité de los Derechos del Niño sobre la calidad y pertinencia de la atención y la educación en la primera infancia. En el ámbito nacional, responden a los lineamientos del *Código de Infancia y Adolescencia* (Ley 1098 de 2006), que promueve el desarrollo integral desde una perspectiva de derechos, y a la *Política Pública para el Desarrollo Integral de la Primera Infancia – De Cero a Siempre* (2016), en la que el Estado colombiano se compromete a promover la protección de los derechos de las niñas y los niños, y a garantizar su integridad física, emocional y social. Asimismo, estas fichas se enmarcan en lo dispuesto por la *Ley General de Educación* (Ley 115 de 1994) y por las *Bases Curriculares par la Educación inicial y Preescolar* (2017), que orientan la labor educativa hacia prácticas pedagógicas pertinentes, inclusivas y afectivamente significativas, en coherencia con los enfoques de derechos, intersectorialidad y corresponsabilidad establecidos en el Decreto 1411 de 2022 y dan pautas para responder a las exigencias planteadas por las leyes 2383 de 2024, 2414 de 2024, 2503 de 2025 y 2491 de 2025.



¿Para qué sirven las fichas?

Estas fichas tienen como propósito facilitar procesos de planificación, implementación y evaluación de experiencias significativas que reconozcan el desarrollo socioemocional como parte central del desarrollo integral. A través de indagar, proyectar, vivir la experiencia y valorar el proceso, las fichas permiten a maestras y maestros observar, interpretar y responder de manera intencionada a las necesidades emocionales y sociales de los niños y las niñas, promoviendo vínculos afectivos seguros, ambientes protectores y aprendizajes que favorezcan la compasión, la autonomía, la autorregulación emocional, el manejo del estrés, la escucha sensible, la compasión y la conexión emocional. En suma, las fichas no solo aportan contenidos y estrategias, sino que promueven una actitud reflexiva, crítica y creativa frente al quehacer pedagógico en la primera infancia.



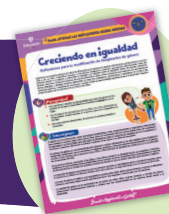
¿Y mis reflexiones sobre género?



Incorporar una perspectiva de género en la educación inicial implica reconocer que las identidades, emociones, relaciones y formas de habitar el mundo se construyen desde los primeros años de vida en interacción con normas culturales, sociales y simbólicas que asignan roles diferenciados a niños y niñas. Desde una mirada crítica y pedagógica, es fundamental que las experiencias educativas no reproduzcan estereotipos ni prácticas que limiten el desarrollo pleno de las subjetividades, sino que propicien ambientes en los que cada niño y niña pueda explorar libremente su emocionalidad, sus intereses y sus capacidades sin condicionamientos de género. Así, estas fichas invitan constantemente a maestras y maestros a reflexionar críticamente sobre sus propias prácticas y a promover experiencias que habiliten la construcción de relaciones más justas y sensibles a las múltiples formas de ser y sentir en la primera infancia.



Le invitamos a consultar la ficha *Creciendo en igualdad* y el documento de Género en el componente Alianza Familias – Escuela, que hacen parte de este material.



¿Dónde leer más?

En los siguientes textos encontramos más referentes conceptuales y metodológicos sobre el acompañamiento al desarrollo socioemocional de las niñas y niños de la primera infancia:

MEN, 2020. *Ideas para Reconocer y expresar las emociones*

https://www.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/files_public/2022-08/Ideas%20para%20reconocer%20y%20expresar%20las%20emociones.pdf

MEN. *Emociones conexión vital* (sitio web)

https://especiales.colombiaaprende.edu.co/emociones-conexion-vital/linea1_ruta2_mod0.html

MEN. *Emociones para la vida* (sitio web)

<https://movil.colombiaaprende.edu.co/aprende-en-casa/educacion-socioemocional-para-todos-los-niveles/emociones-para-la-vida>

Junta de Andalucía. Consejería de Salud y Familias, 2019. *El bienestar emocional en la infancia. Guía para padres, madres y profesionales*

https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/5902_d_GuiaBienestarEmocional.pdf







1 Identificando las emociones

Esta ficha nos ayudará a entender mejor las emociones de las niñas y los niños. Los acompañaremos a reconocer, nombrar y comprender las diferentes emociones que sienten y fomentaremos que las expresen de manera adecuada (**que no te dañe a ti, ni a otros ni a lo otro**); también les animaremos a descubrir cómo se siente la compasión hacia los demás.

Validar las experiencias emocionales que viven las niñas y los niños, promover su reconocimiento en las interacciones y estimular la reflexión y la interacción, son acciones que estimulan en ellos y ellas el desarrollo de habilidades socioemocionales y potencian el desarrollo integral.



¿Para qué sirve?

- Para reconocer que existen varias emociones y cómo se sienten.
- Para aprender a identificar y nombrar las emociones.
- Para entender que todas las emociones son importantes y nos sirven.
- Para encontrar formas adecuadas de expresar las emociones.



¿Qué debo saber?

Las emociones son reacciones fisiológicas, automáticas, temporales e individuales a estímulos externos o internos (sentimientos y pensamientos), que nos ayudan a adaptarnos al entorno. No podemos evitar sentirlas, pero sí podemos comprenderlas y elegir cómo actuar cuando se presentan. Es importante aprender a nombrarlas correctamente, según las sensaciones que provocan, y reconocer la manera de transitarlas. Todas las emociones son válidas porque tienen una función para la vida y existen formas adecuadas de expresarlas. Es importante que las niñas y los niños aprendan a reconocer estas emociones, que forman con sus iniciales la sigla MATIAS:

- **Miedo.** Nos alerta ante situaciones que percibimos como peligrosas o amenazantes y nos ayuda a protegernos.
- **Alegría.** Una sensación placentera que surge cuando alcanzamos logros, estamos cerca de las personas que amamos y hacemos cosas que nos gustan. Nos sirve porque nos da energía.
- **Tristeza.** Asociada a una pérdida de algo o alguien importante. Nos ayuda a comprender y asimilar situaciones difíciles y a aprender a pedir ayuda.
- **Ira.** Surge ante situaciones que nos molestan, las cosas no nos salen bien o tenemos obstáculos. Nos sirve a veces para defendernos.
- **Asco.** Es una emoción compleja que surge como respuesta a estímulos desagradables, como determinados alimentos, excrementos, materiales orgánicos podridos o sus olores. Nos sirve para proteger la salud.
- **Sorpresa.** Surge ante algo inesperado, positivo o negativo. Nos sirve para poner mayor atención y concentrarnos en lo que hacemos.



¿Y mis reflexiones sobre género?

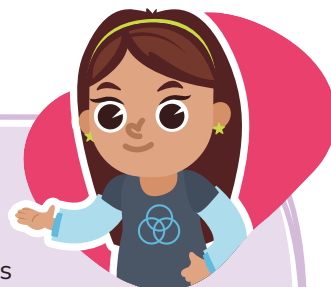


En tu vida personal y en tu rol como docente, ¿te prohibieron expresar alguna emoción debido a tu género? ¿Qué opinas hoy de esas vivencias? ¿Qué te comprometes a hacer para no replicar esto en el ejercicio de tu rol con las niñas y con los niños? Escribe tus reflexiones en tu cuaderno de notas.



¿Cómo hacerlo?

Las experiencias sobre las emociones las podemos incorporar en la cotidianidad de las niñas y los niños. Por ejemplo, proponerles hacer un **Mural de las Emociones** con el título **¿Cómo te sientes hoy?** Para hacerlo, podemos preguntarles cómo se sienten y porqué, para que describan las sensaciones. Luego, con ayuda de imágenes de caras con diferentes expresiones, les podemos ayudar a nombrarlas. Después podemos explorar a través de preguntas situaciones asociadas a sus emociones: ¿Qué te hace sentir feliz? ¿Qué te hace sentir triste? ¿Qué te da rabia? ¿Qué te da miedo? ¿Qué te sorprende? ¿Qué te da asco? Una vez instalado el mural, lo utilizamos frecuentemente para comprender cada vez mejor las emociones.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Un ejemplo de ilustraciones referidas a las emociones se encuentra en la página 4 del Cuaderno de Trabajo para el Grado 1 de Emociones para la Vida. Programa de Salud Socioemocional.
https://colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/files_public/2021-06/cuaderno-estudiante-1.pdf

Para profundizar en el tema de las emociones se puede consultar la cartilla *Amar y Proteger*: SuperPoderes Familiares, págs. 21 a 27.





2 Reconociendo rostros

El reconocimiento de rostros facilita el desarrollo emocional y social, ya que permite a las niñas y los niños identificar y comprender las emociones propias y las de los demás, y aprender a detectar sus señales, tan particulares como las personas. Para desarrollar esta capacidad es necesario estimular la observación sensible y respetuosa del otro, fortaleciendo la empatía y el lenguaje emocional. Al promover estas experiencias, maestras y maestros contribuyen al desarrollo comunicativo, social y afectivo de niñas y niños, favoreciendo vínculos seguros y una convivencia basada en el respeto y la comprensión mutua.



¿Para qué sirve?

- Para fortalecer la identificación de las emociones propias y ajenas a través de la expresión facial.
- Para que las niñas y los niños desarrollen su capacidad de atención y observación.
- Para favorecer la empatía, el lenguaje emocional y las habilidades sociales desde los primeros años.



Sobre reconocimiento de rostros

El reconocimiento de rostros es una habilidad fundamental en la primera infancia, una de las formas más tempranas en que los niños y niñas se conectan con el mundo emocional de los otros; es una puerta de entrada al mundo emocional. A través de la observación de las expresiones faciales comienzan a identificar emociones básicas como la alegría, la tristeza, el enojo o el miedo, y a relacionarlas con situaciones concretas de su entorno. Este proceso favorece la construcción del lenguaje emocional y el desarrollo de la empatía, la autorregulación y la comprensión interpersonal. En el contexto educativo, cuando las maestras enseñan a leer y comprender los rostros de los demás —y a expresar las propias emociones con libertad— están fortaleciendo vínculos afectivos seguros y promoviendo una convivencia más consciente y respetuosa.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Tienes las mismas expectativas emocionales frente a niñas y niños cuando interpretan o expresan emociones a través del rostro? ¿Cómo garantizas que ambos géneros puedan mostrar libremente sus sentimientos sin ser encasillados por estereotipos? ¿Observas diferencias en cómo interpretas las expresiones faciales de niñas y niños? ¿Cómo podrías ajustar tu mirada para evitar suposiciones basadas en roles tradicionales de género? (Por ejemplo, que los niños no deben llorar o que las niñas siempre deben estar sonrientes).





¿Cómo hacerlo?

Estas actividades están diseñadas para que las niñas y los niños identifiquen expresiones faciales básicas, las relacionen con emociones y puedan nombrarlas y comprenderlas en sí mismos y en los demás.

Veó, veó... ¿qué ves? Invita a jugar a las niñas y a los niños al Veó, veó de las emociones. Primero, haz una colección de rostros que muestren alegría, tristeza, enojo, miedo, sorpresa y calma. Ponlos dentro de un canasto y pide que algún niño o niña saque una al azar. Mientras lo hace, canten: Veó, veó, ¿qué ves, una cara que está sintiendo... y permita que el niño o niña diga qué ve y por qué cree que está sintiendo eso o qué lo provocó. Cuando cada niña o niño tenga su tarjeta, invítalos a hacer los gestos que ésta muestra y a contar alguna situación que les haya hecho sentir así.

Espejito, espejito. Entrega a cada niño y niña un espejo pequeño. Indica una emoción y pídeles que la representen con su cara. Luego, anímalos a observarse, nombrar lo que ven y compartir cómo se sienten. Puedes decir: «Haz tu cara de cuando estás feliz... ¿Qué ves en tus ojos? ¿Y en tu boca?».

Rostros en las historias. Lee un cuento con ilustraciones claras de los personajes. Detente en alguna página y pregunta: ¿Cómo crees que se siente este personaje? ¿Qué cara tiene? ¿Por qué? Pide a los niños que dibujen el rostro de un personaje en un momento feliz o triste de la historia.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para profundizar sobre el reconocimiento de rostros en las niñas y los niños de primera infancia, puede consultar *Percepción y procesamiento facial en la primera infancia: predisposiciones innatas y cambios del desarrollo* de Francesca Simion y Elisa Di Giorgio en el siguiente enlace:
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4496551/>





3 Sembrando compasión

Nota: trabaje la ficha de identificación de emociones antes de continuar con esta ficha.

Esta ficha es una herramienta que nos ayudará a promover y practicar la compasión entre las niñas y los niños, impulsándoles a ponerse en el lugar del otro, para ver la situación desde su punto de vista, y a desear que esté libre de sufrimiento. La compasión brinda herramientas para reconocer que estamos juntos para enfrentar lo que suceda en la vida, viendo en la contención comunitaria y colectiva salidas para evitar el sufrimiento, además eleva las sensaciones de felicidad y seguridad porque gracias a ella aprendemos a leer las necesidades de cuidado propias, las de los demás y las del mundo viviente en general.



¿Para qué sirve?

- Para aprender qué es la compasión.
- Para entender cómo las niñas y los niños se identifican con los otros en situaciones conflictivas.
- Para promover el apoyo o la ayuda entre las niñas y los niños.



Sobre la compasión

La compasión es la capacidad de reconocer el sufrimiento propio y ajeno, acompañada del deseo genuino de aliviarlo. En el contexto del desarrollo socioemocional en la primera infancia, la compasión se manifiesta como una actitud empática que va más allá de sentir con el otro: implica actuar con sensibilidad, respeto y cuidado frente a sus emociones y necesidades. Para maestras y maestros, cultivar la compasión implica escuchar con atención, validar los sentimientos de las niñas y de los niños, y brindar apoyo emocional de forma coherente y oportuna. Fomentar entornos compasivos en el aula fortalece los vínculos afectivos, genera seguridad emocional y favorece el aprendizaje de habilidades como la empatía, la cooperación y la resolución pacífica de conflictos, elementos esenciales para una convivencia armónica desde los primeros años de vida.

¿Y mis reflexiones sobre género?



En el rol que desempeñas actualmente, ¿has sido más compasivo hacia las mujeres o los hombres en alguna situación en particular? ¿Cuál ha sido la diferencia que has identificado? En tu cotidianidad, ¿has sentido que las niñas o los niños son más empáticos o compasivos? ¿En qué contexto has identificado esto? Escribe tus reflexiones en tu cuaderno de notas.





¿Cómo hacerlo?

Puedes incluir experiencias como las que se describen abajo en la cotidianidad con las niñas y los niños. Te invitamos a enriquecerlas desde tus propios saberes.

Vivir la compasión en el cotidiano. En el día a día las niñas y los niños viven experiencias difíciles, que se convierten en una oportunidad para promover la comprensión de lo que está sintiendo el otro. Cuando una de estas situaciones suceda, acompáñala con preguntas como: ¿Qué ves en él o en ella? ¿A él o ella le gustó o no le gustó lo que acaba de pasar? ¿Qué hacemos para que ella o él esté feliz o al menos se sienta tranquilo o tranquila?

¿Qué harías sí? En medio de las conversaciones cotidianas, en las asambleas o las charlas de grupo, es posible generar conversaciones sobre situaciones inspiradas en las siguientes preguntas:

¿Qué harías si...

- ...un amigo se cae y se raspa la rodilla?
- ...alguien está llorando en el parque?
- ...ves a alguien solo en el recreo?

¿Qué te gustaría que hicieran los demás si te pasara a ti? Las respuestas de niñas y niños se pueden enriquecer con ideas como las siguientes: darme un abrazo, compartir su juguete favorito, ayudarme con la tarea.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para explorar más sobre los beneficios de fomentar la compasión en las niñas y los niños, puedes consultar el siguiente artículo publicado por la Unesco titulado *Fomentar la compasión en los niños pequeños*.

<https://mgiep.unesco.org/article/nurturing-comapssion-in-young-children>





4 Transitando mis emociones

El desarrollo integral de las niñas y los niños en la primera infancia no puede entenderse sin una atención consciente al ámbito emocional, ya que este influye directamente en su bienestar, sus relaciones y su capacidad para aprender. Ayudarles a identificar y comprender sus emociones es un paso clave para construir una base sólida de autoconocimiento y empatía. Al mismo tiempo, enseñar estrategias prácticas para transitarlas de manera saludable —como respirar profundo, pedir ayuda o expresar con palabras lo que sienten—, les brinda herramientas concretas para enfrentar situaciones cotidianas sin recurrir a respuestas impulsivas. Además, fomentar la resiliencia y la capacidad de afrontar situaciones difíciles fortalece su sentido de seguridad, les permite adaptarse a los cambios y les ayuda a recuperarse emocionalmente ante el conflicto o la frustración.

Esta ficha nos ayudará a fomentar las niñas y los niños a aprender a manejar sus emociones, ¡como un superhéroe que controla sus poderes! Aprenderá a reconocer cada emoción y a transitarla, reconociendo que, por ejemplo, la tristeza es tan importante sentirla como la alegría.



¿Para qué sirve?

- Para entender e identificar las emociones
- Para aprender a calmarse cuando están alterados.
- Para tomar mejores decisiones cuando están enojados o tristes.



Sobre la autorregulación emocional

La autorregulación emocional es la capacidad que tienen las niñas y los niños para reconocer, comprender y transitar sus emociones de forma progresiva, de acuerdo al momento del curso de vida en el que se encuentran. En la primera infancia, esta habilidad se construye a través de la interacción con adultos sensibles que modelan formas adecuadas de expresar y contener emociones como la frustración, el enojo o la tristeza. Las y los docentes cumplen un papel fundamental al brindar un entorno seguro y predecible, donde las emociones no se reprimen, sino que se acompañan y se nombran. A través del juego, la rutina y el diálogo respetuoso, las niñas y los niños aprenden a identificar lo que sienten, a esperar su turno, a calmarse ante una dificultad y a resolver conflictos sin recurrir a la agresión. Fomentar la autorregulación emocional en la primera infancia no solo contribuye al bienestar individual, sino que fortalece la convivencia, la empatía y la capacidad de aprender en comunidad.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Cómo acompañas las expresiones emocionales de niñas y niños en el aula? ¿Notas si existe una tendencia a validar más ciertas emociones en un género que en otro? (Por ejemplo, permitir que los niños expresen rabia, pero no tristeza, o que las niñas lloren, pero no se enojen) ¿Qué estrategias utilizas para enseñar autorregulación emocional que sean sensibles al género y que no refuercen estereotipos sobre cómo «deben» comportarse o sentirse niñas y niños?





¿Cómo hacerlo?

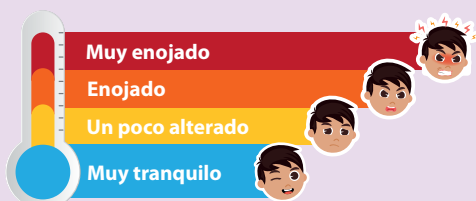
Podemos introducir las siguientes técnicas de autorregulación emocional en el día a día, para que niñas y niños las apropien y las vuelvan hábitos.

Técnicas de superhéroe o superheroína para calmarme.

Cuando me siento alterado, puedo...

- ...respirar profundamente: inhalar por la nariz y exhalar por la boca lentamente. Puede practicarse al iniciar o terminar alguna experiencia.
- ...contar hasta diez: contar los números del 1 al 10 en la mente mientras miras a algún lugar lejano.
- ...abrazarme a mí mismo, a mí misma, y decirme cosas como: *vas a estar bien, la rabia o la tristeza pasan.*

El Termómetro de las emociones. Es un termómetro con diferentes niveles de intensidad emocional. Primero se selecciona una emoción y luego se marca su intensidad junto a las niñas y los niños. Por ejemplo, si se va a trabajar el enojo, se dibuja un termómetro con una escala como la siguiente:



Luego se pregunta: **¿Qué puedo hacer para bajar la temperatura?** La respuesta es elegir una técnica de las de superhéroe o superheroína.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para profundizar acerca de la autorregulación emocional puedes revisar el artículo publicado en la página web de Unicef titulado *Autorregulación emocional y alternativas para eliminar la violencia en la crianza*, que se puedes descargar desde el siguiente enlace:

<https://www.unicef.org/lac/crianza/seguridad-proteccion/guia-manejo-de-emociones-para-crianza-sin-violencia>





Creciendo con autonomía

El desarrollo integral en la primera infancia implica acompañar de manera armónica y equilibrada el crecimiento físico, cognitivo, emocional y social de las niñas y los niños. En este proceso, fomentar la autonomía y la independencia resulta fundamental, ya que les permite explorar su entorno, expresar sus necesidades y asumir pequeños desafíos de manera progresiva. A su vez, el desarrollo de la confianza en sí mismos y la capacidad de tomar decisiones fortalece su autoestima, afianza su sentido de competencia (**saberse capaz/competente**) y les permite aprender a resolver situaciones cotidianas con seguridad. Finalmente, promover la responsabilidad y la iniciativa personal contribuye a que las niñas y los niños desarrollen sentido del compromiso y comprendan el valor de sus acciones en la vida en comunidad. Esta ficha nos ayudará a fomentar la capacidad de las niñas y los niños para hacer cosas por sí mismos, tomar sus propias decisiones, tener iniciativa y a sentirse orgullosos de lo que pueden lograr. ¡La autonomía es súper importante!



¿Para qué sirve?

- Para fomentar en niñas y niños la habilidad de aprender a hacer cosas sin ayuda y pedirla cuando la necesiten.
- Para hacerles sentir más seguros y confiados.
- Para motivarles a tomar decisiones importantes.



Sobre la autonomía

La autonomía en la primera infancia es la capacidad progresiva que desarrollan las niñas y los niños para hacer cosas por sí mismos, tomar decisiones e incidir activamente en su vida cotidiana. Este proceso no ocurre de manera espontánea, sino que requiere de un acompañamiento sensible por parte de los adultos, quienes deben ofrecer oportunidades adecuadas para el momento del curso de vida por el que pasa cada niña o niño, brindando confianza, tiempo y apoyo sin sobreprotegerle ni anticiparse a sus acciones. Fomentar la autonomía fortalece la autoestima, promueve la seguridad emocional y potencia habilidades como la autorregulación, la iniciativa y la resolución de problemas. En el entorno educativo, crear ambientes que permitan a las niñas y los niños explorar, elegir, colaborar y asumir responsabilidades de forma gradual, es clave para que sean personas más independientes, capaces de adaptarse, expresarse y aprender con mayor libertad y sentido.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿De qué manera estás promoviendo la autonomía de niñas y niños en el aula, sin reproducir estereotipos de género que limiten sus posibilidades de explorar, decidir o participar activamente? ¿Observas diferencias en las expectativas o responsabilidades que asignas a niñas y niños en actividades cotidianas del aula? ¿Cómo podrías equilibrar esas prácticas para favorecer una autonomía equitativa y justa para todos y todas?





¿Cómo hacerlo?

En medio de la vivencia de las experiencias, tanto cotidianas como las que propones mientras se desarrollan las estrategias pedagógicas, asegúrate de dar a niñas y niños oportunidades para:

Decidir y tomar la iniciativa. Por ejemplo, en la hora del cuento, disponer el espacio para que exploren de manera autónoma los libros, escojan el que más les guste y elijan cuál van a leer en grupo. Algunas acciones parecidas podemos hacer para que elijan la ropa que quieren usar o el juguete para jugar.

Yo puedo solucionar problemas. En la disposición de ambientes, la organización de las rutinas (a la hora de comer, recoger los materiales o proyectar las acciones del día), proponer a niñas y niños situaciones problema y darles tiempo para que propongan las soluciones. Por ejemplo, darles tiempo para que intenten amarrarse los zapatos, poner la mesa para comer, disponer los materiales de trabajo y recogerlos etc., y acompañarles con preguntas como: ¿Qué debo hacer si...

- ...no encuentro mis zapatos?
- ...se me cae la leche?
- ...no puedo abrir un frasco?



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para profundizar en la importancia de acompañar desde las prácticas de la autonomía en las niñas y los niños de primera infancia, puedes consultar el documento del ICBF titulado *Ficha Práctica 2 - Acompañar el Desarrollo de la Autonomía de las Niñas y los Niños*.

<https://www.icbf.gov.co/ficha-practica-2-acompanar-el-desarrollo-de-la-autonomia-de-las-ninas-y-los-ninos-v1>





6

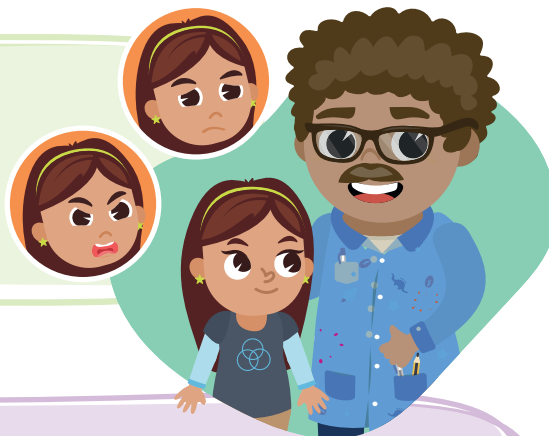
Manejando el estrés

El desarrollo integral en la primera infancia implica atender de manera articulada las dimensiones físicas, cognitivas, emocionales y sociales del niño o la niña, reconociendo que el bienestar emocional es tan fundamental como el aprendizaje o el crecimiento físico. Ayudarles a identificar las fuentes de estrés en sus vidas —como los cambios en la rutina, los conflictos interpersonales o las exigencias del entorno— permite que reconozcan lo que sienten y porqué lo sienten. A partir de ello, enseñar estrategias efectivas para manejar el estrés de manera saludable, como la respiración consciente, el juego simbólico, la expresión gráfica o el acompañamiento afectivo, contribuye a que puedan autorregularse y sentirse seguros. Esta ficha ayudará a niñas y niños a entender qué es el estrés y cómo pueden manejarlo para sentirse más tranquilos y felices.



¿Para qué sirve?

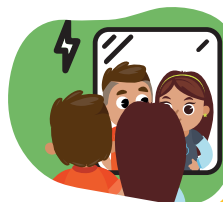
- Para saber qué es el estrés y cómo nos afecta.
- Para aprender a reconocer las señales de estrés en nuestros cuerpos.
- Para descubrir actividades que nos ayudan a relajarnos.



Sobre el manejo del estrés

El manejo del estrés en la primera infancia es un proceso clave para el bienestar emocional y el desarrollo saludable de las niñas y los niños. Aunque el estrés es una respuesta natural ante ciertos estímulos, cuando no se reconoce ni se acompaña adecuadamente, puede afectar el comportamiento, el aprendizaje y las relaciones sociales. Las niñas y los niños de primera infancia aún no cuentan con las herramientas necesarias para gestionar por sí mismos situaciones estresantes, por lo que el rol de las y los docentes es fundamental. Identificar signos de estrés —como irritabilidad, retraimiento, cambios en el sueño o en la alimentación— y ofrecer espacios seguros, rutinas estables y contención emocional, permite que las niñas y los niños se sientan comprendidos y protegidos.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Notas diferencias en cómo niñas y niños expresan el estrés en el aula? ¿Cómo te aseguras de no interpretar o responder a esas expresiones de forma sesgada según estereotipos de género? ¿Qué estrategias de acompañamiento emocional utilizas para apoyar a niñas y niños en situaciones de estrés? ¿Crees que las niñas deben usar estrategias diferentes a los niños para manejar el estrés? ¿Estas estrategias favorecen por igual la expresión emocional y el consuelo sin reforzar roles de género tradicionales? Anota tus reflexiones en tu cuaderno de notas.





¿Cómo hacerlo?

Recordemos que estas conversaciones las podemos sostener en las asambleas, charlas de grupo o usando como excusa la lectura de un cuento como Vacío de Ana Llenas.

¿Qué es el estrés? Siempre es interesante preguntar a niñas y niños cómo definen lo que sienten. Invitarles a que conversen sobre qué creen que es el estrés, es una buena estrategia. Propónles que completen frases como las siguientes:

- El estrés es como _____
(Completa la frase con analogías sencillas, como: «una mochila muy pesada», «un nudo en la barriga», «una preocupación que no te deja dormir».)
- ¿Qué cosas te causan estrés? _____
(Escribe o dibuja situaciones que te generan estrés como: peleas con amigos, miedos, discusiones en casa, inseguridad en el parque, etc.).

Señales de estrés en mi cuerpo. Invita a las niñas y a los niños a dibujarse y a recordar qué parte del cuerpo se tensa cuando se siente estrés. Por ejemplo, si sienten dolor de cabeza, hueco en la panza o aprietan los dientes, destacan esas partes con colores visibles. Luego propóngales encontrar entre todos la manera de que la tensión baje: abrir y cerrar la boca, hacerse un masaje en la panza, recibir un abrazo, etc.

Un lugar para la calma. Junto con las niñas y los niños escoge un lugar para la calma. Adórnalo con cojines, colores, libros, dibujos de paisajes y otras cosas que ayuden a encontrar serenidad o la simbolicen. Que todos y todas sepan que pueden hacer uso de este lugar cuando se sientan estresados.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para identificar los aspectos claves sobre el estrés y conocer diversas maneras de manejarlo, puedes leer un artículo de UNICEF sobre el tema siguiendo titulado ¿Qué es el estrés?

<https://www.unicef.org/parenting/es/salud-mental/que-es-estres#:~:text=Promueve>





Escuchando con atención

Esta ficha nos ayudará a fortalecer en niñas y niños la capacidad de escuchar al otro para responder con intención asertiva. La escucha activa permite a niñas y niños sentirse reconocidos como sujetos de derechos, con voz y pensamiento propio. Cuando una maestra o maestro escucha con atención, sin interrupciones ni juicios, no solo fortalece el vínculo afectivo, también estimula el desarrollo del lenguaje, la autorregulación emocional y la construcción de identidad. La escucha activa favorece que las niñas y los niños se comuniquen con seguridad, expresen sus ideas y emociones, y aprendan a escuchar a los otros, lo cual incide directamente en su desarrollo social, emocional y cognitivo. A través de prácticas basadas en la escucha podemos promover el respeto, el diálogo y la convivencia, pilares fundamentales de una educación que forma personas integrales desde los primeros años de vida.



¿Para qué sirve?

- Para fortalecer la relación con las niñas y los niños.
- Para ayudarles a sentirse comprendidos, valorados y seguros.
- Para enseñarles a escuchar a los demás con respeto.



Sobre la escucha activa

La escucha activa es una habilidad fundamental en la relación entre docentes y niños y niñas, ya que permite construir vínculos de confianza, comprensión y respeto mutuo. Escuchar activamente implica mucho más que oír: significa **prestar atención plena** a lo que el niño o la niña expresa con sus palabras, gestos, emociones y silencios, mostrando interés genuino, sin interrumpir ni juzgar. En la primera infancia, esta práctica es esencial para que las niñas y los niños se sientan valorados, comprendidos y seguros para expresar lo que piensan y sienten. La escucha activa valida la experiencia emocional del niño o niña, le ofrece contención afectiva y le ayuda a poner en palabras lo que le ocurre, fortaleciendo su lenguaje, su autoestima y su autorregulación emocional. Además, promueve una convivencia más empática y respetuosa, y sienta las bases para la participación y el diálogo como formas de construir comunidad desde los primeros años.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Ofreces las mismas oportunidades de ser escuchados activamente a niñas y niños? Generalmente, ¿a quiénes les das primero la palabra? ¿Notas si tiendes a interrumpir, corregir o validar más fácilmente el discurso de un género sobre el otro?

¿Cómo evitas que sus formas de comunicarse sean condicionadas por estereotipos de género, por ejemplo, que las niñas hablen más de lo emocional o que los niños sean más reservados? Anota tus reflexiones en tu cuaderno de notas.





¿Cómo hacerlo?

Es menester que la escucha activa se practique en la cotidianidad y se convierta en hábito, por ello, más que actividades, lo que se presenta a continuación son herramientas para que lo hagamos cada vez más consciente.

Dispositivos para escucharnos en las charlas de grupo o asambleas. Usa un objeto (como una pelota suave) para indicar quién tiene la palabra. Quien lo tenga en su poder puede usarla y los demás escuchan sin interrumpir. Invita a cada niño o niña a contar algo: cómo se siente hoy, qué le gusta hacer o qué le preocupa, y da un tiempo a los demás para decir si se identifican con esa emoción y cómo logran llegar a la calma. Se trata de promover intercambios a través del diálogo.

¿Qué me quiso decir? La literatura siempre será una gran aliada, puedes leer cuentos como *Fernando Furioso* de Hiawyn Oram o *Vaya rabieta* de Mireille d'Allancé y hacer preguntas cómo: ¿Qué estaba sintiendo el personaje? ¿Qué dijo? ¿Cómo supiste lo que sentía? Y tú ¿cómo te expresas cuando estás feliz, triste o te sorprendes? ¿Cómo sabes si tu mamá está feliz o molesta?

Escucho con mis sentidos. Pide a niñas y niños que cierren los ojos y escuchen sonidos (reloj, lluvia, pájaro, etc.). Luego, que abran los ojos y describan lo que escucharon. Explica que escuchar también es mirar a los ojos, estar tranquilos y prestar atención al otro.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para profundizar en la escucha activa consulta la *Guía del Docente Grado 1 de Emociones para la Vida, Programa de Educación Socioemocional*, págs. 59 a 63 https://colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/files_public/2021-06/guia-doc-ente-1.pdf





8 Resolviendo el problema

Esta ficha nos da pistas para promover en niñas y niños destrezas para la resolución efectiva de problemas cotidianos, entendidos como oportunidades de aprendizaje y respuesta. El manejo de conflictos en la primera infancia es una oportunidad pedagógica clave para el desarrollo integral, ya que involucra el fortalecimiento de habilidades sociales, emocionales y comunicativas. Acompañar los conflictos de forma respetuosa y guiada, permite a las niñas y los niños reconocer sus emociones, comprender el punto de vista del otro y buscar soluciones pacíficas, contribuyendo así al desarrollo de la empatía, la autorregulación y el pensamiento crítico. Estas capacidades no solo mejoran la convivencia en la escuela, también preparan a las niñas y a los niños para enfrentar situaciones complejas en otros contextos, fortaleciendo su autonomía y su sentido de justicia. Desde esta perspectiva, el conflicto deja de ser un problema que se evita y se convierte en un escenario pedagógico que nutre la formación de niñas y niños integrales, reflexivos y solidarios.



¿Para qué sirve?

- Para enseñar a las niñas y los niños a resolver problemas de forma pacífica.
- Para reconocer las emociones que surgen en un conflicto.
- Para construir acuerdos y fomentar el respeto mutuo.



Sobre el manejo de conflictos

El manejo de conflictos en la primera infancia es una oportunidad valiosa para enseñar habilidades socioemocionales como la empatía, la comunicación asertiva y la resolución pacífica de diferencias. Los conflictos son naturales en el proceso de socialización, especialmente cuando las niñas y los niños comienzan a compartir espacios, juguetes e intereses. En lugar de evitarlos o resolverlos de forma autoritaria, es fundamental que los y las docentes acompañen estas situaciones con una actitud calmada, escuchando a cada uno, validando sus emociones y guiándolos para que comprendan lo ocurrido y encuentren juntos una solución. Esta mediación respetuosa fortalece la capacidad de las niñas y los niños para reconocer el punto de vista del otro, expresar sus necesidades de forma adecuada y asumir responsabilidades sobre sus acciones. Una práctica pedagógica que tenga en cuenta el conflicto promueve la convivencia, refuerza el sentido de justicia y respeto mutuo, y contribuye al desarrollo de una ciudadanía activa y consciente desde los primeros años de vida.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Tiendes a interpretar o intervenir de forma diferente en los conflictos según el género de los involucrados? Por ejemplo, ¿esperas que los niños sean más agresivos o que las niñas eviten el conflicto? ¿Cómo puede influir esto en la manera en que aprenden a resolver sus diferencias? ¿De qué manera promueves que niñas y niños participen activamente en la resolución de conflictos, sin reforzar estereotipos (como que las niñas deben ceder para mantener la armonía o que los niños deben imponerse para defenderse)? Anota tus reflexiones en tu cuaderno de notas.





¿Cómo hacerlo?

Para que niñas y a los niños puedan tomar una pausa en medio de los conflictos, tomar decisiones y comunicarse de maneras asertivas es importante brindarles herramientas.

El semáforo de los conflictos. Lo podemos poner bien visible en el salón para que les recuerde a niños y niñas la siguiente pauta de acción frente a los conflictos:

- Rojo: me detengo (cuando me enojo o quiero gritar).
- Amarillo: pienso (¿qué siento?, ¿qué necesita el otro?).
- Verde: actúo (busco una solución: pido ayuda o le expreso a la otra persona cómo me siento).

Círculo de la palabra. Después de un conflicto entre niños o niñas, invítales a hablar en círculo. Promueve que cada uno diga cómo se sintió y qué necesita para sentirse mejor. Guíales sin juzgar, buscando acuerdos justos.

Nuestro pacto de convivencia. Invita a niñas y niños a conversar sobre los conflictos más comunes en el grupo y proponer soluciones que se reflejen en un pacto de convivencia del grupo a modo de acuerdos. Por ejemplo:

- Pedir disculpas cuando el otro se siente agredido.
- Prestar los juguetes que traemos de casa.
- Usar algunos objetos o zonas comunes por turnos.
- Buscar ayuda cuando sentimos que la necesitamos.

Cuélgalo en el aula y consulta con ellos cuando se presente un conflicto.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para profundizar en maneras positivas de resolver los conflictos consulta la cartilla *Hablando se calman los ánimos* haciendo clic en el siguiente enlace: https://www.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/files_public/2022-02/Fasciculo_14_0.pdf





Conectando con la diferencia

La empatía con la diferencia es un componente esencial del desarrollo integral, ya que fortalece la dimensión emocional y social, y también la ética en las formas de relacionarse con otros desde los primeros años de vida. Cuando las y los docentes promueven espacios donde todas las formas de ser son acogidas, están sembrando las bases para una ciudadanía empática e incluyente. Esta ficha contribuye a formar niños y niñas que no solo se sientan aceptados, sino que sean capaces de aceptar y cuidar a los demás, favoreciendo relaciones más justas, solidarias y humanas en todos los ámbitos de su desarrollo.



¿Para qué sirve?

- Para sensibilizar a las y los docentes sobre la importancia de reconocer y valorar la diversidad.
- Para fomentar las actitudes empáticas de niñas y niños frente a las diferencias de género, cultura, lenguaje, capacidades, emociones y contextos familiares.
- Para promover prácticas pedagógicas que fortalezcan el respeto mutuo, la inclusión y la convivencia.



Sobre la empatía con la diferencia

La empatía con la diferencia es la capacidad de reconocer, comprender y valorar las experiencias, emociones, contextos y formas de ser de los otros, especialmente cuando no se parecen a las propias. En el contexto de la primera infancia, implica acompañar a las niñas y los niños en el descubrimiento de la diversidad —de género, cultural, familiar, física, emocional o de aprendizaje— desde una actitud abierta, respetuosa y libre de juicios. Una de las oportunidades que le ofrece la educación inicial a las niñas y a los niños es conocer otras formas de ser y estar en el mundo diferentes a las que le ofrece su entorno familiar y con ello, aprender a validar y visibilizar lo distinto como parte natural y enriquecedora de la vida en comunidad.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Reconoces si, de manera inconsciente, validas o valoras de forma diferente ciertas actitudes, emociones o expresiones según si provienen de una niña o de un niño? ¿Cómo podrías fomentar en el aula una empatía que no reproduzca estereotipos de género? ¿Estás generando oportunidades equitativas para que tanto niñas como niños expresen su forma de ser sin temor a ser juzgados por salirse de los roles tradicionales de género? ¿Cómo acompañas esas diferencias desde una actitud empática y respetuosa?





¿Cómo hacerlo?

Las experiencias sugeridas enseguida pueden incluirse en la cotidianidad del trabajo con niñas y niños para que identifiquen, valoren y respeten las diferencias entre las personas.

Somos parecidos y diferentes. Invita a las niñas y a los niños a observar y conversar sobre las características de sus compañeros: color de piel, cabello, idioma, gustos, ropa, familia, etc. Realiza luego un mural en el cual cada uno dibuje su rostro y algo que lo hace único. Pregunta: ¿En qué se parecen y en qué se diferencian? ¿Cómo podemos cuidarnos y respetarnos, aunque no seamos iguales?

La caja de los talentos. Prepara una caja con tarjetas que representen distintas habilidades y formas de ser: cantar, escuchar, ayudar, imaginar, ser tranquilo, correr, usar gafas, hablar otra lengua, etc. Cada niño o niña toma una tarjeta e identifica quién de su grupo tiene esta habilidad y pone un ejemplo: Mariana usa gafas porque así puede ver mejor, a Alejandra le gusta correr cuando juega fútbol. Reconocer lo que a otros les gusta o lo que necesitan para sentirse bien posibilita comprender la diferencia. Conversen sobre cómo todas y todos aportan cosas valiosas, aunque sean diferentes.

El cuento que nos conecta. Lee un cuento que aborde la diversidad o la inclusión (ej. *Elmer* de David Mackee o *Por cuatro esquinitas de nada* de Jérôme Ruillier). Pregunta: ¿Qué le pasaba al personaje diferente? ¿Cómo se sintió? ¿Qué hicieron los demás? Invita a niñas y niños a dibujar una escena donde todos los personajes se respetan y juegan juntos.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para profundizar sobre la empatía con la diferencia en las niñas y los niños de la primera infancia, consulta los materiales de *Emociones Conexiones Vital* en el siguiente enlace:

<https://especiales.colombiaaprende.edu.co/emociones-conexion-vital/>





Construyendo identidad

La identidad es una construcción fundamental en la primera infancia, atraviesa todas las dimensiones del desarrollo. Acompañar este proceso implica ofrecer a cada niña y niño un entorno seguro en el que se sienta valorado por quién es, cómo se ve, cómo se expresa y de dónde viene. El desarrollo de una identidad positiva fortalece la autoestima, la autonomía, la seguridad emocional y la capacidad de establecer vínculos sanos con los demás. Cuando los docentes reconocen y celebran la diversidad de identidades presentes en el aula, promueven no solo el bienestar individual, sino también la convivencia respetuosa y la construcción de ciudadanía desde los primeros años.



¿Para qué sirve?

- Para acompañar a las niñas y niños en el reconocimiento de sí mismos como personas únicas, valiosas y capaces.
- Para fortalecer la autoestima, el sentido de pertenencia y la confianza en su voz, su cuerpo, su nombre y sus raíces.
- Para promover relaciones respetuosas con la diversidad de identidades presentes en el grupo.



Sobre la identidad

Las niñas y los niños construyen su identidad en medio de un proceso complejo y subjetivo a partir de sus características personales y las interacciones con su contexto y cultura a través de su familia, sus pares, su comunidad, la escuela y el entorno. En la educación inicial, docentes y familias crean oportunidades únicas e irrepetibles para enriquecer su encuentro con diversos lenguajes, juegos e historias, favorecer la generación de lazos que les permitan sentirse seres individuales y únicos que a la vez son parte de una familia, un grupo de pares y una cultura, que los acoge y les aporta la confianza necesaria para interpretar e interactuar en el mundo con eso que son, sienten y les diferencia de otros.

Desde los primeros meses de vida, las niñas y los niños expresan su identidad individual y cultural a través de experimentar a su manera diversos movimientos, personas y espacios, y compartiendo el juego, la exploración y la creación con los demás. Así desarrollan su corporalidad, su vestuario, los accesorios que les gustan, y sus formas de expresión, de comunicar sus pensamientos, ideas, percepciones, intereses, motivaciones, emociones y sentimientos.

¿Y mis reflexiones sobre género?



En tu práctica diaria ¿has ofrecido a las niñas y niños oportunidades y experiencias diferentes según el sexo? ¿En qué situaciones has hecho esto? ¿Has identificado algunas conductas que a veces corriges porque consideras que no son propias para las niñas o para los niños? ¿Cómo crees que podrías obstaculizar el desarrollo de su identidad a través de dichas conductas?





¿Cómo hacerlo?

Mi nombre es importante. Abre el espacio con un libro como *Me llamo Yoon* de Helen Recorvits, que es la historia de una niña coreana que no le gusta ver su nombre en un idioma que no es el suyo. Luego invita a cada niña o niño a contar la historia de su nombre (si la conoce) o a crear una historia imaginaria sobre su significado. Juega con los sonidos de los nombres, analiza con las niñas y los niños a cuáles se parece, cuáles son largos o cortos, sus significados, etc. Pregunta: ¿Cómo te gusta que te llamen? ¿Qué sientes cuando escuchas tu nombre?

Mi cuerpo, mi casa. Proponles a niñas y niños que dibujen su silueta en un papel grande y la llenen con palabras o imágenes que representen lo que les gusta, lo que sienten, lo que sueñan. Luego conversen sobre cómo cada cuerpo es diferente y valioso. Reafirma mensajes como: "Tu cuerpo es tuyo", "Todas las formas de ser son importantes".

Mi familia, mi mundo. Invita a cada niña y niño a hacer un dibujo o traer una foto de su familia, sin importar su forma o composición.

Conversen luego sobre cómo todas las familias son distintas y únicas. Pregunta: ¿Qué hace especial a tu familia? ¿Cómo te cuidan en casa?



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas anteriores desde tus experiencias y los intereses de las niñas y los niños que te rodean.



¿Dónde leer más?

Para explorar más sobre la identidad en las niñas y los niños puedes consultar los siguientes documentos:

Acompañar la construcción de identidad. ICBF.
Ficha Práctica 3- Acompañar la Construcción de Identidad v1 | Portal ICBF - Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF
<https://www.icbf.gov.co/ficha-practica-3-acompanar-la-construccion-de-identidad-v1>

Polifonías de la diversidad. SED Bogotá, págs. 30 a 50.
<https://repositoriosed.educacionbogota.edu.co/server/api/core/bitstreams/91c8829f-0428-4533-8c58-616d6e7c2a2e/content>





11

Conectando con las emociones

La conexión emocional entre docentes, niñas y niños es la base sobre la cual se construye un entorno educativo seguro, afectivo y propicio para el aprendizaje y el desarrollo integral. Esta conexión fortalece la dimensión emocional del desarrollo, permitiendo que las niñas y los niños se sientan amados, protegidos y valorados. Cuando una docente responde con empatía a las necesidades emocionales del niño o niña, favorece su autoestima, su sentido de pertenencia y su capacidad para relacionarse con otros de manera positiva. Además, una conexión emocional sólida estimula la curiosidad, la participación y la confianza para explorar el mundo, aspectos fundamentales en las dimensiones cognitiva, social y comunicativa del desarrollo. Esta ficha nos ayudará a desarrollar en niñas y niños la capacidad de «leer» las emociones propias y las de las personas a su alrededor desde el lenguaje del afecto.



¿Para qué sirve?

- Para fortalecer el vínculo afectivo entre maestras, maestros, niñas y niños.
- Para que las niñas y los niños se sientan seguros y acompañados emocionalmente.
- Para reconocer y responder a las emociones con sensibilidad.



Sobre la conexión emocional

La conexión emocional es el vínculo afectivo profundo que se construye entre el adulto y el niño o niña a través de la presencia sensible, la empatía y la disponibilidad constante para responder a sus necesidades emocionales. En la primera infancia, esta conexión es fundamental, ya que brinda seguridad, confianza y estabilidad, elementos esenciales para el desarrollo integral. Cuando una o un docente establece una conexión emocional con las niñas y los niños, les hace sentir vistos, valorados y aceptados tal como son, lo que favorece la autoestima, la expresión emocional y la disposición para aprender. Esta conexión se fortalece mediante gestos cotidianos como una mirada atenta, un abrazo oportuno, el uso del nombre propio, la validación de sentimientos y la coherencia entre lo que se dice y se hace. Además, una conexión emocional sólida permite al niño o niña sentirse comprendido incluso sin palabras, y actúa como base para construir relaciones empáticas, respetuosas y duraderas con otros.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Reconoces si tiendes a establecer vínculos emocionales más cercanos o distantes con tus estudiantes según el género? ¿Cómo te aseguras de brindar el mismo nivel de afecto, atención y contención emocional a todos y todas, sin reproducir estereotipos de género? ¿De qué manera adaptas tus expresiones de afecto y cuidado para que tanto niñas como niños se sientan emocionalmente conectados contigo (sin asumir que unas necesitan más ternura y otros más firmeza según su género)? Anota tus reflexiones en tu cuaderno de notas.





¿Cómo hacerlo?

Es necesario que, cotidianamente, hagamos consciencia de la importancia de la conexión emocional con niñas y niños, de que puedan anticipar qué va a pasar, se sientan confiados para manifestar sus necesidades, pedir ayuda e intentar hacer las cosas de manera independiente. Algunas ideas que podemos incluir en el día a día:

El saludo especial. Permite que cada niño o niña elija cómo quiere que lo saluden al llegar: con un abrazo, un choque de manos, una sonrisa, etc. Este momento refuerza el vínculo y muestra que cada uno es valorado desde que entra al aula.

El pedacito de hogar. Permite que las niñas y los niños puedan llevar un juguete, un cojín o alguna prenda que les recuerde su hogar, de tal manera que se sienta conectado a éste. Al llegar puede haber un lugar especial en donde dejarlo y que lo tenga a la vista.

El rostro de las emociones. Crea un afiche con varios personajes sin rostros definidos donde cada niño o niña pueda poner una carita que represente cómo se siente cada día (). Pregunta si quieren contar por qué se sienten así y acompáñales con palabras afectuosas o acciones que les brinden apoyo.

Conectar con el corazón. Invita a que dibujen a alguien que los hace sentir bien (una maestra, un familiar, un amigo). Pregunta: ¿Qué hace esa persona que te hace sentir querido/a? Dialoga con el grupo sobre lo que pueden hacer para que otros también se sientan así.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para profundizar sobre la conexión emocional, te invitamos a revisar *Tejiendo vínculos entre el niño y sus cuidadores* de Ana Cerutti.

<https://www.unicef.org/lac/media/24361/file/Tejiendo%20v%C3%ADnculos%20entre%20el%20ni%C3%B1o%20y%20sus%20cuidadores.pdf>





12

Atendiendo al detalle

La observación y la escucha son pilares fundamentales del desarrollo integral, ya que permiten conocer a profundidad a cada niño y niña en su singularidad, sus tiempos y sus formas de expresión. Estas prácticas fortalecen sus procesos emocionales, al validar sus sentimientos; de socialización, al reconocerle como interlocutor activo; y de pensamiento, al identificar lo que le motiva y desafía. Al observar y escuchar con atención, las y los docentes promueven interacciones más respetuosas, sensibles y ajustadas a las necesidades reales de la infancia, contribuyendo a un entorno educativo más ético, afectivo e inclusivo.



¿Para qué sirve?

- Para fortalecer la capacidad de atención y sensibilidad hacia lo que expresan niñas y niños con su cuerpo, su juego y su voz.
- Para comprender mejor sus necesidades, emociones e intereses.
- Para construir un vínculo más cercano, respetuoso y significativo.



Sobre la observación y la escucha

La observación y la escucha son prácticas esenciales en la educación inicial, ya que permiten a los docentes comprender las emociones, intereses, miedos y necesidades de las niñas y los niños más allá de lo que expresan con palabras. Escuchar con atención y observar con sensibilidad fortalece el desarrollo socioemocional porque valida a las niñas y a los niños como sujetos capaces de sentir, comunicar y construir el sentido de lo que viven. Esto se relaciona con la consigna de que las niñas y los niños aprenden a atender sus emociones de la forma en que los adultos que les acompañan lo hacen; esto se interioriza y se apropia.

A través de estas prácticas los docentes pueden identificar cómo se vinculan entre pares, qué les genera seguridad o incomodidad, y cómo evolucionan sus formas de autorregularse emocionalmente. Observar sin juzgar y escuchar sin interrumpir no solo mejora la calidad de las interacciones pedagógicas, sino que también permite intervenir de manera más empática, oportuna y respetuosa. Así, la observación y la escucha se convierten en herramientas claves para acompañar procesos de contención emocional, construcción de identidad y fortalecimiento del vínculo afectivo, pilares del desarrollo integral en la primera infancia.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Escuchas con la misma atención e interés a niñas y niños, sin suponer que unos son más expresivos o merecen más contención emocional que otros? ¿Qué diferencias percibes en cómo observas y respondes a las conductas, emociones o relatos de niñas y niños? ¿Podrías estar interpretando desde estereotipos de género sin darte cuenta?





¿Cómo hacerlo?

Las siguientes sugerencias de actividades buscan afinar su mirada y su escucha, reconociendo que cada niño o niña se expresa de manera singular a través del juego, el movimiento, la palabra, la contemplación o el silencio.

Diario de lo que observo y escucho. Registra diariamente breves notas sobre lo que hacen, dicen o expresan ciertas niñas y niños durante el juego libre o las rutinas. ¿Qué repiten? ¿Qué buscan? ¿Con quién se relacionan? ¿Qué emociones expresan? Al final de la semana, reflexiona: ¿Qué estoy comprendiendo mejor sobre sus formas de ser y estar?

Silencio con atención. Durante algunos minutos del día, de manera consciente, observa lo que hacen las niñas y los niños. Trata de otorgarle unos minutos a cada uno, de modo que al final de la semana no se haya quedado ninguno por fuera, y anota en tu diario eso que viste, sin juicio. Escribe exactamente qué hizo, por ejemplo: fui a saludarlo con un abrazo y se apartó, pero me busca con la mirada; veo que si me tiene a la vista se siente seguro.

Escucho tu historia. Invita a cada niño o niña a contar algo que desee compartir: una anécdota, un sueño, algo que le gusta o preocupa. Escucha sin interrumpir, valida su relato y agrádecele por compartirlo. Puedes anotar frases clave o expresiones que luego se usen en un mural de «voces de la infancia».



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para aprender más sobre la observación y la escucha hacia las niñas y los niños de la primera infancia, puede consultar las *Bases curriculares para la Educación Inicial* de MinEducación en la página 111:
https://siteal.iiiep.unesco.org/sites/default/files/sit_accion_files/11146.pdf





13

Fortaleciendo el afecto

Amar y proteger son actos fundamentales que sostienen el desarrollo socioemocional, físico y cognitivo de las niñas y los niños en la primera infancia. Cuando un o una docente brinda afecto y seguridad, genera las condiciones para que las niñas y los niños se sientan valorados, desarrollen confianza en sí mismos y se atrevan a explorar, jugar y aprender. Esta presencia afectiva y protectora favorece la construcción de vínculos sanos, el fortalecimiento de la autoestima y el aprendizaje de formas de cuidado mutuo. En este sentido, el amor no es solo un sentimiento, sino una práctica educativa que potencia el desarrollo integral y forma seres humanos empáticos, resilientes y capaces de convivir desde el respeto y la ternura.



¿Para qué sirve?

- Para reconocer que el amor y el cuidado son fundamentos de la relación pedagógica en la primera infancia.
- Para fortalecer vínculos afectivos seguros entre docentes y niñas y niños.
- Para promover entornos protectores donde niñas y niños se sientan valorados, seguros y acompañados.



Sobre amar y proteger

Amar y proteger en la primera infancia es un acto profundamente pedagógico que se expresa en la construcción de vínculos afectivos seguros, estables y respetuosos. Las propuestas pedagógicas deben fortalecer las diversas interacciones, sobre todo aquellas que mantienen la continuidad del vínculo afectivo. Lo anterior, no se limita al cuidado físico, sino que se manifiesta en la presencia atenta, en la palabra que nombra con ternura, en los gestos que acogen y en los límites que protegen. Los docentes cumplen un papel esencial como figuras significativas que brindan contención emocional, generan confianza y acompañan el desarrollo integral con sensibilidad y empatía. Su capacidad de observar, escuchar y responder con afecto permite que cada niño y niña se sienta reconocido y valorado. Este proceso requiere también de una relación cercana y respetuosa con las familias, que reconozca sus saberes, historias y formas de cuidado, y que promueva una corresponsabilidad en la tarea de amar y proteger.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Tiendes a expresar más cuidado o afecto hacia niñas que hacía niños, o viceversa?
¿Cómo equilibras tus gestos amorosos sin reforzar estereotipos como que las niñas son más frágiles o los niños deben ser más fuertes? ¿De qué manera cultivas en la escuela una forma de cuidado que permita a todas las niñas y niños sentirse seguros para expresar emociones, sin temor a ser juzgados por su género?





¿Cómo hacerlo?

Amar y proteger no es “consentir sin límites”, sino acompañar con presencia constante y respeto profundo por la dignidad de cada niña y niño.

Los gestos de cuidado. Observa e identifica la manera en que las niñas y los niños que acompañas se sienten seguros: sabiendo qué ocurrirá a lo largo del día, llevando algún juguete que traen de casa, que te puedan tener a la vista, usar una prenda especial, escuchar alguna canción a lo largo del día, etc. Y usa estos recursos en el cotidiano, así apoyas la continuidad afectiva.

El mensaje de nuestras familias. Dispón un buzón para que los familiares de las niñas y los niños les dejen un mensaje. Incluye en la bienvenida o la conversación de la mañana la lectura de algunos mensajes dejados por las familias. Cada semana o cada vez que uses el buzón de mensajes, puedes proponer una consigna diferente; por ejemplo: hoy te voy a contar en qué veo que eres bueno, hoy te voy a contar qué es lo que más me gusta de ti, hoy te voy a dejar una canción, etc.

Me gusta cuando mis amigos. Propón a niñas y niños diseñar una tarjeta para uno de sus compañeros o compañeras en la que le comuniquen qué gestos de cuidado les gusta recibir de él o ella; por ejemplo: me gusta cuando Liliana me acompaña a terminar de comer, me gusta que cuando estoy llorando Daniel me abraza. Proponga una entrega de tarjetas.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas propuestas arriba desde tus experiencias y tus referentes en tu cuaderno de notas.



¿Dónde leer más?

Para aprender más sobre cómo amar y proteger a las niñas y los niños de primera infancia, consulta la cartilla *Reconoce tus SuperPoderes para Amar y Proteger* en el siguiente enlace:

https://www.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/files_public/2022-05/ReconoceSuperPoderes.pdf





14 Reconociendo el espacio

Los ambientes afectivos son más que escenarios físicos: son contextos emocionales que envuelven, sostienen y modelan la forma en que niñas y niños se sienten, se expresan y se vinculan. Un ambiente pensado desde el desarrollo socioemocional es aquel que brinda seguridad, pertenencia, armonía, libertad para ser y les permite anticipar lo que va a suceder. Cuando los espacios son respetuosos de los ritmos, acogedores en su estética y cálidos en sus interacciones, se fortalece la autoestima, la autorregulación y la empatía. Así, los espacios y ambientes de educación inicial se convierten en lugares donde habitar es también aprender a vivir con otros, en paz, con afecto y con sentido.



¿Para qué sirve?

- Para comprender que el espacio también educa, contiene y comunica.
- Para crear ambientes que favorezcan la seguridad emocional, el bienestar y la expresión libre de niñas y niños.
- Para fortalecer el desarrollo socioemocional a través de entornos afectivos, acogedores y respetuosos.



Sobre los ambientes afectivos

Los ambientes afectivos en la educación inicial son entornos pedagógicos que no solo procuran la construcción de conocimiento, sino que también acogen, sostienen y promueven el bienestar emocional de niñas y niños. Desde una perspectiva de salud mental, estos ambientes actúan como factores protectores que fortalecen la salud integral, en tanto propician experiencias que generan sentido de coherencia, confianza y seguridad emocional. En un ambiente afectivo, la disposición del espacio, los materiales, la estética, el ritmo cotidiano y, sobre todo, la calidad de las relaciones, favorecen el vínculo, la presencia empática de los adultos y el desarrollo de una autoimagen positiva de las niñas y los niños.

Es necesario ofrecerles un entorno que transmita calma, permita expresar emociones sin juicio, valore la palabra y el silencio, y reconozca la singularidad de cada niña y niño como sujeto de derecho. La salud mental nos recuerda que lo que hace saludable un entorno no es solo la ausencia de riesgo, sino la presencia activa de recursos que permitan a las personas de cualquier edad enfrentar la vida con confianza, sentido y pertenencia. Así, los ambientes afectivos se convierten en espacios donde se aprende a confiar, ser mirado con ternura, regular las emociones con acompañamiento y convivir desde el respeto mutuo.

En estos ambientes, el afecto se expresa en lo visible (colores, texturas, luz, materiales) y en lo intangible (el tono de voz, la mirada, la espera, la validación emocional), son espacios nutritivos para el afecto.



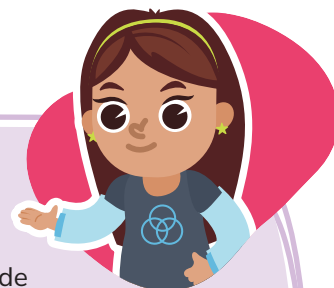
¿Y mis reflexiones sobre género?



¿El ambiente que ofreces permite que niñas y niños jueguen, exploren y se expresen sin estar condicionados por estereotipos de género? ¿Cómo promueves un espacio verdaderamente libre e inclusivo? ¿Qué mensajes sobre el cuerpo, la emoción o el comportamiento pueden estar comunicando los materiales, colores o imágenes del aula? ¿Reflejan diversidad y cuidado para todos y todas por igual?



¿Cómo hacerlo?



Rincones del bienestar. Organiza un rincón de calma con cojines, telas suaves, libros tranquilos o elementos naturales (piedras, hojas, aromas suaves). Permite que las niñas y niños accedan libremente cuando necesiten un momento de descanso o tranquilidad. Observa cuándo y cómo lo usan para comprender sus necesidades emocionales.

Yo ayudo a cuidar el aula. Involucra a las niñas y niños en pequeñas tareas cotidianas que los hagan sentir parte del cuidado del ambiente (regar plantas, ordenar materiales, elegir música). Pregunta: ¿Qué cosas hacen que este espacio se sienta bonito, tranquilo y feliz?

Nuestro lugar favorito. Invita a las niñas y niños a identificar su lugar preferido del colegio o del lugar en donde se realice el encuentro pedagógico y a explicar por qué les gusta. Dibuja un plano simple del lugar en el que se desarrolla el encuentro pedagógico con esos espacios preferidos y lo que sienten en cada uno. Usa esta información para ajustar el ambiente a sus necesidades afectivas.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas expuestas arriba desde tus experiencias y los intereses de las niñas y los niños que te rodean.



¿Dónde leer más?

Para explorar más sobre el ambiente afectivo para niñas y niños consulta *Ambientes para inspirar*, MEN.

https://www.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/files_public/2022-06/Herramienta%20pedagogica%20Ambientes%20para%20inspirar.pdf





Construyendo mi espacio

El diseño de los espacios con las niñas y los niños es una práctica pedagógica que reconoce su agencia, voz y creatividad, contribuyendo de forma directa a su desarrollo emocional, social y cognitivo. Cuando ellas y ellos participan en la construcción de su entorno, se sienten tenidos en cuenta, capaces de transformarlo y adecuarlo a sus gustos y necesidades, lo cual fortalece su autoestima, su capacidad de expresión y su sentido de pertenencia. Esta participación potencia el pensamiento crítico, la toma de decisiones y el trabajo colaborativo, además de fomentar el cuidado del entorno como un espacio que también les pertenece. Así, participar se convierte en un acto con incidencia, una manera de hacer ciudadanía desde la infancia.



¿Para qué sirve?

- Para involucrar a las niñas y los niños en la construcción de los espacios que habitan la escuela y los espacios en los que desarrollan los encuentros pedagógicos.
- Para reconocer su voz, sus ideas, intereses y emociones como valiosas en las decisiones pedagógicas.
- Para fomentar su sentido de pertenencia, participación y autonomía desde una perspectiva de ciudadanía activa.



Sobre el diseño participativo de los espacios

El diseño participativo es una práctica pedagógica donde niñas y niños son protagonistas activos en la construcción de los espacios que habitan, promoviendo su participación auténtica en las decisiones sobre el entorno educativo. Lejos de ser simples receptores, las niñas y los niños son vistos como sujetos creativos, capaces de expresar ideas, emociones y necesidades a través de múltiples lenguajes. El diseño participativo implica abrir procesos colaborativos donde docentes, niños, niñas y familias piensan, imaginan y transforman juntos el aula y los espacios comunes, en una lógica de corresponsabilidad. Esta perspectiva fortalece el sentido de pertenencia, la autoestima y la autonomía infantil; valora la voz infantil como motor de la experiencia educativa. En contextos de primera infancia, el diseño participativo es también educar en ciudadanía, en el respeto por la diversidad y en el cuidado colectivo del espacio compartido.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Qué tanto reconoces y validas las ideas de niñas y niños por igual en la organización del aula? ¿Dejas espacio para que todas las voces tengan la misma posibilidad de influir en el entorno? ¿Tus decisiones sobre los espacios del aula consideran estereotipos de género (colores, materiales, juegos)? ¿Cómo podrías transformar el ambiente para que todas las niñas y niños se sientan representados y cómodos?





¿Cómo hacerlo?

El diseño participativo parte de la idea de que los espacios no deben hacerse para los niños y las niñas, sino con ellos. Escuchar sus opiniones, observar cómo los usan, invitarles a imaginar cómo podrían ser, permite construir entornos que respondan realmente a sus intereses y necesidades. Esto implica abrir espacios de conversación, de creación conjunta y de transformación de los espacios como un territorio compartido.

Si yo pudiera cambiar este espacio... Pregunta a cada niña y niño: ¿Qué te gusta del espacio en donde se desarrollan los encuentros? ¿Qué te gustaría cambiar o agregar? Invítalos a dibujar cómo se imaginan el espacio ideal para jugar, leer, descansar o crear. Organiza sus ideas en un mural colectivo para que elijan juntos cuáles pueden implementar.

Exploradores del espacio. Invita a niñas y niños a construir unas gafas mágicas, con las que pueden ver más de cerca los espacios que les gustan y los que no tanto. Morívalos luego a conversar sobre el porqué les gusta unos más y otros menos. Con notas o dibujos construyan juntos un mapa emocional del aula: ¿Dónde me siento bien? ¿Dónde me aburro? ¿Dónde juego con otros?

Diseñamos juntos un rincón. Seleccionen un rincón (de lectura, de arte, de calma) y construyan su ambientación en grupo. Pregunta: ¿Qué necesitamos? ¿Qué materiales lo harían más bonito o cómodo? Permite que niños y niñas tomen decisiones y participen en la disposición de objetos y ambientación.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas expuestas desde tus experiencias y los intereses de las niñas y los niños que te rodean.



¿Dónde leer más?

Para explorar más sobre codiseño de espacios para niñas y niños explora la página web de *Smart Classroom Project* <https://smartclassroomproject.com/>

También observa el video *Apertura Espacio* de la SED <https://youtu.be/BYn-mp8noJs?si=nYXqcjGwvTMrmxlf>





16

Fortaleciendo los sentidos

La luz y el sonido son elementos clave para el desarrollo integral, particularmente en las dimensiones sensorial, emocional y social. En los primeros años, las niñas y los niños son especialmente sensibles a los estímulos del entorno, por lo que la forma en que se regulan la iluminación y el sonido impactan directamente en su bienestar, su concentración, su regulación emocional y su capacidad de establecer vínculos tranquilos y seguros. Ambientes con luz natural, sonidos agradables y ritmos armónicos favorecen la calma, la atención y el juego. Además, invitan a una exploración estética del mundo que fomenta la curiosidad, el pensamiento creativo y la conexión con los sentidos. Por eso, cuidar la luz y el sonido es también cuidar el cuerpo, la mente y el corazón de la infancia.



¿Para qué sirve?

- Para comprender cómo la luz y el sonido influyen en las emociones, la concentración y el comportamiento de niñas y niños.
- Para diseñar ambientes que favorezcan el bienestar sensorial y emocional.
- Para promover experiencias pedagógicas estéticas, cálidas y respetuosas con la infancia.



Sobre luminosidad y sonoridad

La luminosidad y la sonoridad son dimensiones fundamentales del ambiente pedagógico que inciden directamente en la experiencia emocional, sensorial y relacional de niñas y niños en la primera infancia. La luz —en su calidad, intensidad, color y dirección— puede generar sensaciones de calma, energía, recogimiento o inquietud, influenciando los estados de ánimo, la concentración y la disposición al juego o al descanso. De igual manera, la sonoridad del entorno —los tonos de voz, los ruidos ambientales, la música o el silencio— actúa como un lenguaje que estructura la convivencia y modula el ritmo del día. Desde una perspectiva pedagógica, cuidar la luminosidad y la sonoridad implican crear espacios sensibles, atentos al bienestar, que reconozcan la diversidad sensorial de las niñas y de los niños y favorezcan la contención afectiva y el equilibrio entre movimiento y calma.

¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Qué tipo de luz y sonidos predominan en tu aula? ¿Cómo perciben y responden a ellos las niñas y los niños? ¿Has considerado que ciertas formas de iluminación o ruido pueden afectar de manera distinta a niñas y niños según su estado emocional, temperamento o necesidades sensoriales? ¿Cómo ajustas el ambiente para que todas y todos se sientan cómodos y seguros?





¿Cómo hacerlo?

La luz y el sonido no son solo condiciones físicas del ambiente, sino lenguajes que acompañan la experiencia educativa. Una luz cálida o natural puede propiciar la calma, mientras que una luz intensa o artificial puede alterar el ritmo interno. De igual forma, los sonidos suaves invitan al recogimiento o a la concentración, mientras que los ruidos fuertes o constantes pueden generar estrés o desregulación. Observar cómo las niñas y los niños reaccionan frente a estos estímulos permite ajustar el entorno para que sea más amable, flexible y sensible.

Exploradores de la luz. Invita a las niñas y a los niños a explorar el espacio y su luminosidad con linternas, espejos, acetatos de colores o materiales traslúcidos identificando o posibilitando proyecciones y reflejos. Crea espacios oscuros para jugar con luces de colores o luces blancas. Puedes disponer también cajas de luz para que las niñas y los niños creen diferentes luminosidades. Pregunta: ¿Qué colores ves? ¿Cómo cambia el objeto cuando le da la luz? ¿Cómo te sientes con distintos tipos de iluminación?

Sonidos que siento Invita a niñas y niños a escuchar distintos tipos de sonidos: naturaleza, instrumentos suaves, música, ruidos del entorno. Pregunta: ¿Cómo te hace sentir este sonido? ¿Te incomoda o te produce bienestar? ¿Te da ganas de moverte o de descansar? Puedes construir un "paisaje sonoro del aula" con lo que niñas y niños escuchan a diario.

Rincones con intención. Crea zonas con iluminación suave y música tranquila para leer, descansar o respirar. Usa cortinas, lámparas o materiales que atenúen la luz directa. Identifica momentos del día en los que reducir el volumen o intensidad sonora mejora la convivencia.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas expuestas arriba desde tus experiencias y los intereses de las niñas y los niños que te rodean.



¿Dónde leer más?

Para explorar más los espacios sonoros te invitamos a ver esta entrevista, MaguaRED - Espacios sonoros en la primera infancia, una entrevista con León David Cobo <https://youtu.be/ZCWLICLZ3P8?si=wFisNfwWltU4yZjM>

Y para saber más sobre el uso de la luz, a leer este trabajo de grado, *El uso de la luz en el primer ciclo de educación infantil* <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/36605/TFG-B.1279.pdf?sequence=1&isAllowed=y>





17

Conectando con los objetos

Los objetos acompañan la vida emocional, sensorial y simbólica de niñas y niños desde sus primeros años. Al relacionarse con ellos, no solo desarrollan habilidades motrices o cognitivas, sino también construyen significados, evocan memorias, proyectan afectos y expresan su mundo interior. Desde el punto de vista socioemocional, los objetos pueden brindar seguridad, permitir la autorregulación, ser mediadores en el vínculo con otros y constituirse en aliados para expresar lo que no siempre se puede decir con palabras. A través de objetos ricos en posibilidades y cargados de sentido, se favorecen la creatividad, la autonomía, el lenguaje emocional y el respeto por lo que cada niña y niño valora.



¿Para qué sirve?

- Para reconocer el valor pedagógico y emocional de los objetos en la vida cotidiana de niñas y niños.
- Para promover experiencias de exploración, juego, expresión y vínculo a través de los objetos.
- Para favorecer la relación afectiva con el entorno, el cuidado y el sentido de pertenencia.



Sobre los objetos

Los objetos, en el contexto pedagógico de la primera infancia, no son elementos neutros ni pasivos: poseen la cualidad inherente de sugerir usos, provocar acciones e invitar a la interacción, además de que las niñas y los niños tienen la capacidad de otorgarles otros usos. Esta noción, proveniente de la psicología ecológica, implica que cada objeto tiene cualidades perceptibles (forma, textura, peso, color, temperatura) que le comunican a la niña o niño lo que puede hacer con él, permitiendo que lo descubra, lo transforme y le atribuya sentido. Comprender los objetos desde su *afordancia*¹ significa ofrecer materiales ricos en posibilidades, no estructurados, que despierten la curiosidad, la exploración libre y la creatividad.

Por otra parte, los objetos actúan como mediadores entre el niño y su entorno, facilitando la expresión emocional, el juego simbólico y la construcción de conocimiento. En clave de desarrollo socioemocional, estos objetos permiten canalizar emociones, representar situaciones vitales y construir vínculos afectivos tanto con el entorno como con los otros. Así, seleccionar objetos sensibles es una estrategia para potenciar el desarrollo integral, respetando la iniciativa del niño y favoreciendo aprendizajes significativos desde la experiencia directa y emocional.

1. La "afordancia" (affordance en inglés) se refiere a las posibilidades de acción que un objeto o entorno ofrece a un usuario, basándose en sus capacidades físicas y percepción. En otras palabras, es lo que un objeto "sugiere" que se puede hacer con él.



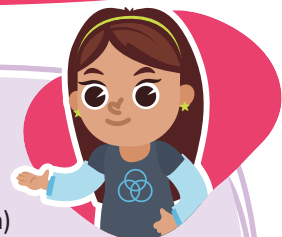
¿Y mis reflexiones sobre género?



¿Qué tipo de objetos dispones para las niñas y los niños? ¿Representan la diversidad de formas de vida, culturas, géneros e intereses que habitan en tu grupo? ¿Reconoces los vínculos afectivos que niñas y niños crean con ciertos objetos? ¿Cómo acompañas esos vínculos desde el cuidado y el respeto, sin minimizar su importancia emocional?



¿Cómo hacerlo?



Los objetos no son solo cosas funcionales o decorativas: son portadores de historias, emociones y posibilidades. En la educación inicial, los objetos pueden contener afecto (como un peluche o una manta), facilitar el juego simbólico (una caja que se transforma) o invitar a la exploración sensorial. El uso intencionado y sensible de objetos diversos —cotidianos, naturales, reutilizables o estéticamente cuidados— permite enriquecer el ambiente y acompañar procesos de autorregulación, expresión emocional y construcción de sentido.

Mi objeto favorito. Invita a cada niño o niña a traer o elegir un objeto que sea especial para él o ella. Pídele que cuente su historia: ¿De dónde viene? ¿Por qué es importante? Con estos objetos pueden armar juntos un rincón de “cosas que me hacen bien”.

Objetoteca de emociones. Selecciona objetos diversos (suaves, brillantes, pesados, de diferentes texturas o sonidos). Explora con las niñas y los niños cómo se sienten al tocarlos o usarlos: ¿Qué emoción despiertan? ¿Qué recuerdos traen? Usa esta experiencia para hablar de emociones y crear vínculos con el entorno.

Juego con objetos no estructurados. Ofrece objetos reciclados, naturales o sin forma definida (tapones, telas, tubos, cajas). Observa cómo los transforman con la imaginación: ¿Qué inventan? ¿Cómo interactúan entre ellos? Registra sus creaciones y relatos, valorando su lenguaje simbólico.



¿Cómo lo harías? Anota una idea

Te invitamos a enriquecer las ideas expuestas arriba desde tus experiencias y los intereses de las niñas y los niños que te rodean.



¿Dónde leer más?

Para explorar más sobre los objetos puedes leer los siguientes artículos breves:

Objeto transicional o de apego - Psicología y Crianza
<https://psicocrianza.com/objeto-transicional-o-de-apego>

Objetos de apego o de transición — CEPAL
<https://cepal.com.mx/objetos-de-apego-o-de-transicion/>





Educación

¡Somos
la
Revolución
del
Cambio!