

ACTIVIDADES PARA NIVELES
MEDIOS
Para niños y niñas
desde los 2 a 4 años de edad



QUÉ MIEDOS PUEDE TENER UN NIÑO DE 2 AÑOS

El miedo es un sentimiento normal y necesario que se da en niños. Es una condición natural que les ayuda a sobrellevar las nuevas experiencias y a protegerse del peligro.

Los miedos van apareciendo desde muy temprano y la mayoría de estos irán desapareciendo a medida que el niño/a se vaya sintiendo más seguro de sí mismo y de su entorno.

¿Qué miedo puede tener mi hijo/a de 2 a 3 años?

- **No les gusta la oscuridad:** es un miedo irracional a la noche o la oscuridad. Este es un miedo adaptativo dentro del desarrollo del niño, es totalmente esperable y normal en esta etapa.

Cualquier estímulo puede hacer que el niño experimente el miedo a la oscuridad. Desde un cuento, una imagen de una película le puede generar miedo. Los niños al no poder ver bien en la oscuridad dan significados peligrosos a sombras que no ve nítidamente.

- **Angustia con las heridas:** Es un miedo muy común en niños de entre 2 a 5 años. A esta edad los niños quieren saber el porqué de todo y se angustian con facilidad. Esta angustia no es solo con las heridas propias, sino también con lo que les sucede a los demás.

- **Sigue sin querer separarse de sus padres:** éste es uno de los miedos más característicos de los niños de un año. Perdura en el tiempo manifestándose de diferentes formas. Una de ellas es la dificultad para despedirse de los padres al tener que ausentarse. Por ejemplo, en el momento de dejar al niño en el Jardín.

- **Se asustan con desconocidos:** Es otra de las maneras que adopta el miedo a la separación. Este tipo de miedo ya se da desde los seis meses de edad, pero perdura en el tiempo. Ante este miedo los niños reaccionan aferrándose a su figura de apego ante personas desconocidas. Las gafas, barbas, voces fuertes, Pueden intimidar al niño.

- **Miedo hacia algunos animales:** El miedo a los animales suele estar presente desde los dos años y hasta los cinco. Cualquier animal puede ser objeto de temor, siendo perros y gatos los más comunes. El niño no solo teme al animal, sino que a lo que le pueden hacer (arañar, morder, etc.) Dentro del miedo a los animales también entra el miedo a los insectos. Este miedo puede llegar a la edad adulta, por lo que es fundamental que el niño aprenda a distinguir a los insectos inofensivos.

Cuando preocuparse de los miedos infantiles

Mientras la magnitud de los miedos se encuentre dentro de lo esperable para la edad del niño, y su intensidad no limite o afecte su calidad de vida, estamos en presencia miedos que irán desapareciendo con el desarrollo y no tendrán carácter de fobias.

Núcleos de Aprendizaje a Trabajar:



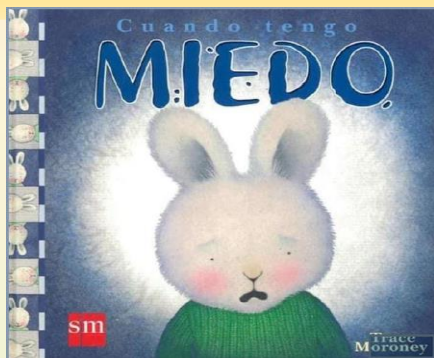
Identidad y Autonomía

Manifestar disposición para regular sus emociones y sentimientos, en función de las necesidades propias, de los demás y de algunos acuerdos para el funcionamiento grupal.

Compresión del entorno sociocultural

Identificar algunas normas de protección y seguridad de su entorno cotidiano referidas a alimentación, tránsito y sismos, y otras pertinentes a su contexto geográfico.

Algunas ideas para realizar en casa con los niños y niñas desde los 2 a 4 años de edad



Leamos el cuento “Cuando Tengo Miedo” (enviado en PDF)

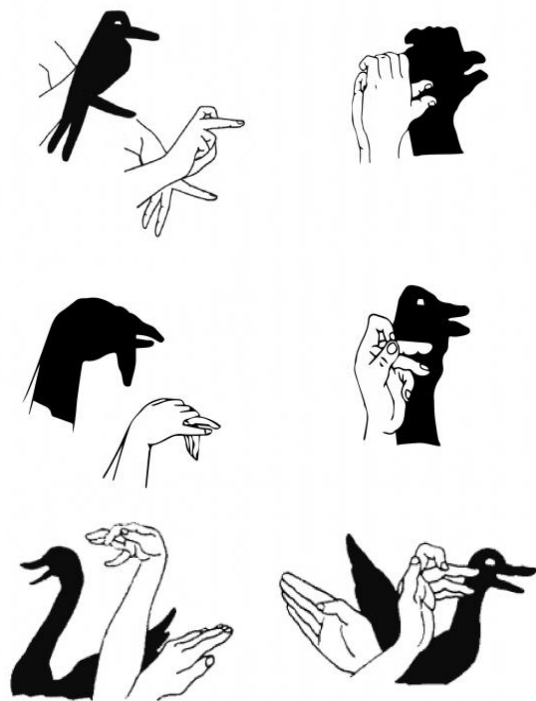
Para abordar las temáticas del miedo de los niños y niñas les enviamos este cuento en PDF, donde podrás conversar y plantear a su hijo o hija que es normal tener miedo, pero que con el paso del tiempo esos miedos se van superando.

Te invitamos a leer previamente el cuento y luego contárselo a tu hijo o hija conversando de las cosas que le asustan.

Para potenciar la conversación puedes hacer preguntas como: ¿Qué cosas te dan miedo?, ¿Qué te ocurre cuando sientes miedo?. Puedes contarle a tu hijo o hija las cosas que a ti te daban miedo cuando tu eras pequeño.

Jugar a hacer sombras: Te enviamos esta actividad, que la puedes hacer en las horas de la tarde cuando la casa está más oscura, necesitas una lampara y una muralla donde proyectar y así siguiendo los patrones indicados en los dibujos podrás proyectar distintos animales, invitando a tu hijo o hija a proyectar con sus manos creando figuras.

Mostrando cómo a las sombras se les puede dar distintas interpretaciones.



Algunas ideas para realizar en casa con los niños y niñas desde los 2 a 4 años de edad



Ayudar en actividades como barrer, pasar el paño seco:

En este tiempo en casa es fundamental aprovechar cualquier momento con fines educativos, para esto te invitamos a participar con tu hijo o hija en actividades de limpieza de la casa, es fundamental que le entregues pequeñas responsabilidades en las que él o ella pueda cooperar en casa.

Conversando sobre la importancia de mantener los espacios limpios, te sugerimos que te ayude en actividades como: barrer, regar las plantas, pasar el paño en el piso o superficies de muebles.

Algunas ideas para realizar en casa con los niños y niñas desde los 2 a 4 años de edad



Cocinar poniendo énfasis en el lavado de las verduras: En este tiempo en casa, te invitamos a enseñarle a tu hijo o hija a cocinar algunos alimentos tal como ensaladas, dando especial énfasis al lavado que deben tener las verduras, previo a su preparación. Enseñarle a tu hijo o hija como debe lavar las verduras y frutas antes de cocinarlas. Explicando que en esas superficies pueden habitar pequeños microorganismos que pueden enfermar nuestro cuerpo, y que sólo salen con un buen lavado.

Ejercitar un buen lavado de manos: En tiempo de covid 19 es importante reforzar cada cierto tiempo con los niños y niñas, como se hace un buen lavado de manos, te sugerimos que esta semana lo ejerciten a diario en casa. Conversando sobre la importancia del Jabón y el agua para un buen lavado de manos, repásenlo bajo tu supervisión así tu hijo o hija lo internalizará como un hábito importante en su diario vivir.

¿Cómo hay que lavarse las manos?

