

# GUÍA DE APOYO PARA PADRES

---



C.A.C. Logopedia  
M<sup>a</sup> Concepción Alonso Cortizo  
Logopeda Experta en Terapia Orofacial y Miofuncional  
Colegiada N° 15/0243

Cecilia Ramos Seijas  
Logopeda Colegiada N°: 15/0402

# Presentación de la guía

---

La "Guía de apoyo para padres" ha sido creada por la logopeda Cecilia Ramos ( N° colegiada: 15/0402) y el gabinete C.A.C LOGOPEDIA dirigido por M<sup>a</sup> Concepción Alonso (N° colegiada: 0243) con la finalidad principal de aportar ideas que favorezcan la relación entre padres e hijas/os . Sabemos que el papel de madre/padre no es sencillo y en una situación como la que estamos viviendo la complejidad de este papel es todavía mayor. Por eso, por vosotros y por vuestras niñas y niños hemos diseñado este documento que esperamos que os sea de gran ayuda.

La guía se divide en 2 partes. En la primera parte se proponen varias actividades que aumentarán la conexión mamá/papá–niña/niño y que les ayudarán a gestionar el tiempo de una manera productiva. Cada actividad realizada tiene una serie de objetivos que favorecen en gran medida el desarrollo de los niños, de hecho la muestra de cada tarea expone también de qué forma el cerebro del niño o niña obtiene un provecho de dicha tarea. La otra parte de la guía aporta estrategias para resolver varias situaciones conflictivas que se pueden dar en estos o en otros momentos.

**ACTIVIDADES  
PROPUESTAS**

# ACTIVIDAD 1-LECTURA CONJUNTA

## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE ESTA ACTIVIDAD?

### BENEFICIOS A NIVEL COGNITIVO

- Fomenta el razonamiento del niño y crea asociaciones entre el mundo que les rodea y sus experiencias.
- Favorece la elaboración de esquemas mentales.
- Estimula el desarrollo de muchos procesos cognitivos que influyen en la capacidad de aprendizaje.

### BENEFICIOS A NIVEL AFECTIVO

- Cuando los niños leen con sus padres sienten el afecto y la atención de sus padres.
- Aumenta la autoestima de las niñas y niños.
- Crece su interés y curiosidad por aprender.

### BENEFICIOS A NIVEL LINGÜÍSTICO

- Amplía el vocabulario.
- Aumenta el uso de estructuras sintácticas más complejas.
- Permite reconocer y aprender las reglas de cohesión del texto.

### PROCEDIMIENTO

- El niño debe elegir la lectura.
- Niña/o y madre/padre leerán por turnos (los padres adecuarán el ritmo de lectura al nivel de la niña/niño).
- Ante el error del niño la madre/padre no regaña sino que repite correctamente la palabra leída.
- Al terminar de leer siempre se elogia el esfuerzo del niño.

### SUGERENCIAS

Durante la actividad y al finalizar, plantearles preguntas sobre cómo se sentirían ellos, qué creen que va a suceder, de qué color es algo, quién es el que ha hecho algo....

En las siguientes páginas aparecerán enlaces para acceder directamente a los libros recomendados.



# ACTIVIDAD 1 – LECTURA CONJUNTA

## libros recomendados para niños de corta edad

---

- Cuento de "Coronavirus" para que los niños comprendan mejor la situación vivida. [http://www.arasaac.org/materiales.php?id\\_material=2346](http://www.arasaac.org/materiales.php?id_material=2346)
- Rana de Tres Ojos <https://cutt.ly/xtUL4yw>
- Pájaro Amarillo <https://cutt.ly/2tUZqrj>
- En Familia <https://cutt.ly/otUZw7B>
- Leotolda <https://cutt.ly/4tUZtsz>
- Un día de treboada, de María de Mata e Mariana Riestra (ilustracións) <https://cutt.ly/gtb7yn8>
- Nube branca quere ser astronauta, de Pablo Nogueira e Manuel Uña (ilustracións). <https://cutt.ly/stb7q3f><https://cutt.ly/0tb7pVv>

# LECTURA CONJUNTA

## libros recomendados para niños de entre 7 -13 años

---

- Libros y materiales recomendados para niños de 7-8 años.

-O tempo do revés, María Solar, Arturo Iglesias e Xosé Tomás (ilustracións). <https://cutt.ly/otb7Kmk>

Serán Ana e Aldara capaces de falarse se non teñen en conta que a Terra é redonda? Vaia lea! Un enredo divertido coa física da Terra como fondo.

-A casa máis animada do mundo, de Cristina Sáez Cazallas e Almudena Aparicio (ilustracións). <https://cutt.ly/Ztb7Z6t>

- Libros y materiales recomendados para niños a partir de 10 años.

[www.harrypotterathome.com](http://www.harrypotterathome.com)

-Boa sorte, de María Solar, Arturo Iglesias e Xosé Tomás (ilustracións) <https://cutt.ly/ktb5gxl>

-Moko, Cristina Sáez Cazallas e Fernando Juárez (ilustracións) <https://cutt.ly/jtb5zx0>

- Libros recomendados para niños mayores de 12 años.

-A herdanza do marqués, de Conchi Regueiro e Noemí López Vázquez (ilustracións) <https://cutt.ly/itb5F3y>

-Diario dunha noiteboa, de Jacobo González Outes <https://cutt.ly/Mtb5JRc>

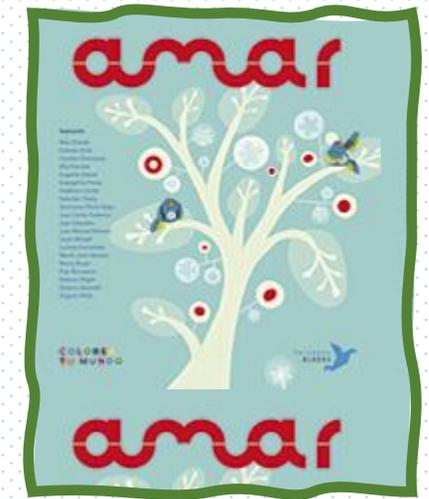
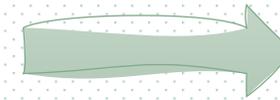
-Liliput, de Manuel Luguís Rodríguez <https://cutt.ly/ptb5Lt/>

- Enlace que contiene obras clásicas, para niños de diferentes edades. <https://elestudantedigital.com/libros-en-pdf-para-ninos/>

# Libro destacado

[https://www.palabrasaladas.com/amar\\_en\\_cuarentena\\_por\\_el\\_coronavirus.html](https://www.palabrasaladas.com/amar_en_cuarentena_por_el_coronavirus.html)

"Amar" es un libro fantástico para fortalecer la conexión entre padres e hijos. Animaos a leer cada día una página y hablad de experiencias y situaciones relacionadas con el sentimiento tratado.



[http://emocionometro.blogspot.com/p/blog\\_3f5eTZHoaghP7Stx1ldPGr6ZXVA3P4qc\\_3Q3qhYkfk7UIJ23pS\\_KQx-QU](http://emocionometro.blogspot.com/p/blog_3f5eTZHoaghP7Stx1ldPGr6ZXVA3P4qc_3Q3qhYkfk7UIJ23pS_KQx-QU)

Al final de esta página se encuentra una lista con las emociones básicas que a veces son tan difíciles de verbalizar

Enseñar a los niños a observar, comunicar y aprender sobre sus emociones es esencial para favorecer su desarrollo y éxito vital.  
Raquel Aldana, psicóloga, docente e investigadora.



\*Actividades complementarias al libro:  
¿Qué es una emoción?  
Reacciones y cambios físicos  
La alegría  
La tristeza  
El enfado  
El miedo  
La envidia  
Los celos  
La sorpresa  
La vergüenza  
El asco  
El amor  
Emocionómetro

# ACTIVIDAD 2 -RECREAR PLATOS DE MERIENDAS SALUDABLES

## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE ESTA ACTIVIDAD?

Observar y recrear los platos favorece las funciones ejecutivas.

Atención.

¿Qué frutas tenemos que coger?

Planificación

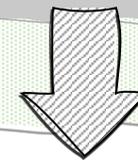
¿Cómo las colocamos?

¿Qué ponemos primero?

Memoria

Recuérdame todos los pasos, por favor

Esta actividad podrá aumentar el interés por la fruta y la alimentación saludable.



La fruta contiene numerosas propiedades a nivel nutritivo que optimizan la proliferación y la riqueza de conexiones en el desarrollo del cerebro.

PLATO 1



PLATO 2



PLATO 3



PLATO 4



PLATO 5



PLATO 6



# ACTIVIDAD 3 -VER CORTOMETRAJES DE VALOR EDUCATIVO

## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE ESTA ACTIVIDAD?

PROPUESTAS DE JUEGOS Y EJERCICIOS QUE SE PUEDEN HACER ANTES Y DESPUÉS DE VER EL CORTOMETRAJE.

- Antes de verlo podemos intentar averiguar de qué trata leyendo el título.
- Después de verlo:
  - Interpretar lo que ha ocurrido y reflexionar sobre ello, ¿qué lección nos quiere dar el cortometraje?
  - Expresar cómo se sentían cada uno de los personajes.
  - Narrar por orden las secuencias. Primero puede hacerse poniendo de nuevo el vídeo en silencio y después sin poner el vídeo, de esta forma favorecemos también la memoria.
  - Realizar dibujos o viñetas de las secuencias que más han llamado la atención y explicarlas a continuación.

Estas propuestas benefician en gran medida la ejecución de muchas funciones, entre ellas las relacionadas directamente con el LENGUAJE.

# CORTOMETRAJES PARA TODAS LAS EDADES

---

- <https://www.youtube.com/watch?v=wU2PXit6ixQ> EL CUENTO DEL ERIZO. Lección: Debemos aceptar y ayudar a los demás.
- <https://www.youtube.com/watch?v=anTp6N7JBXk> SOAR-Lección: Nunca te rindas.
- <https://www.youtube.com/watch?v=XxvLDL8Smck> RATÓN EN VENTA - Lección: Debemos aceptar y respetar nuestras diferencias y las de las demás personas.
- <https://www.youtube.com/watch?v=ZQGuvKHtrxc> JOY STORY - Lección: Valorar la solidaridad.
- [https://www.youtube.com/watch?v=NaMpxR\\_RQSY](https://www.youtube.com/watch?v=NaMpxR_RQSY) EL PUENTE- Lección: Darle más importancia a la comunicación y al trabajo en equipo.
- <https://www.youtube.com/watch?v=tqvQ8UiLV4I> PAJARITOS- Lección: A través del egoísmo no se obtiene nada.
- <https://www.youtube.com/watch?v=zhp2E6FL3kw> ¿PARA QUÉ SIRVEN LAS EMOCIONES? FUNDACIÓN PAS.
- <https://www.youtube.com/watch?v=XU3SibNAZIo> Los sentimientos y las emociones. De la película "del revés".

# CORTOMETRAJES PARA INTERPRETAR A PARTIR DE LOS 7 AÑOS

---

- [https://www.youtube.com/watch?v=4lNwx\\_tmTKw](https://www.youtube.com/watch?v=4lNwx_tmTKw) CUERDAS- VÍDEO DESTACADO. Es un emocionante cortometraje que trata sobre la inclusión y el respeto desde la inocencia y el cariño.
- <https://www.youtube.com/watch?v=5pUmAOTQqCg> EL CAZO DE LORENZO. Este cortometraje nos invita a reflexionar sobre la diversidad y a promover la empatía. Todos podemos ayudar a otras personas con dificultades.
- <https://www.youtube.com/watch?v=dwWqMgddes4> EL VENDEDOR DE HUMO. Es una crítica a una sociedad en la que prima la apariencia y donde la picaresca campa a sus anchas.
- <https://www.youtube.com/watch?v=tovV-cJ8ID4&t=81s> LA LLAMABAN "TIERRA". Se trata de una animación *stop motion* sobre la relación del ser humano con el medio ambiente.
- <https://www.youtube.com/watch?v=Q5I3tXV5h8> ORIGAMI. Nos dará pie para poder reflexionar sobre cuestiones tan importantes como el respeto hacia nuestros mayores; el valor de la imitación como forma de aprendizaje; la importancia de no frustrarse ante el fracaso; y el valor de lo manual frente al mundo tecnológico e industrial en el que vivimos.
- [https://www.youtube.com/watch?v=38y\\_1EWIE9I&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=38y_1EWIE9I&feature=emb_logo). SNACK ATTACK. Es una animación estupenda para deliberar sobre cómo creamos prejuicios a partir de falsas impresiones.

# ACTIVIDAD 4 - APLICACIONES EDUCATIVAS DESTACABLES

STORY DICE - Zuidsoft (los dados pueden ser configurados según la edad o nivel del niño)



DR. PANDA- Estos juegos invitan al niño a narrar lo que sucede, denominar los elementos que aparecen, etc.



EXPRESIÓN

SILABARIO - Edu Apps



SILABANDO - Apps Bergman



LEO CON GRIN. Aprende a leer (1) (2)



APRENDEMOS LAS SÍLABAS - Raffaele Tasso (App estupenda para trabajar también la discriminación auditiva)

LECTOESCRITURA  
NIVEL INICIAL

SUDOKU NIÑOS GRATIS- Zumax Games



ENCUENTRAS LAS DIFERENCIAS



Sbitsoft

JUEGO DE MEMORIA VISUAL - Memory kids



¿CUÁNTO SABES DE PRIMARIA?- Niro games



(también existe la versión "¿Cuánto sabes de secundaria?")

ATENCIÓN Y  
RAZONAMIENTO

SILABARIO - Edu Apps



SILABANDO - Apps Bergman



LEO CON GRIN. Aprende a leer (1) (2)



APRENDEMOS LAS SÍLABAS - Raffaele Tasso (App estupenda para trabajar también la discriminación auditiva)

LECTOESCRITURA  
NIVEL INICIAL

EL AHORCADO - SeniorGames



CODYCROSS-CRUCIGRAMAS



BÚSQUEDA DE LA PALABRA-OPENMYGAME



PALABRA PERFECTA - SeniorGames



LECTOESCRITURA  
NIVEL MEDIO

# ACTIVIDAD 5- REPATIR TAREAS DOMÉSTICAS

Beneficios de la colaboración  
de los niños en las tareas  
domésticas

Aumenta su grado de  
responsabilidad

Contribuimos a que madure

Gana autonomía

TABLA MONTESSORI  
DE TAREAS DOMÉSTICAS POR EDADES

2 y 3 años	4 y 5 años	6 y 7 años	8 y 9 años	10y11 años	12 años y más
Guardar los juguetes en la caja	Alimentar a las mascotas	Recoger la basura	Cargar el lavavajillas	Limpiar los baños	Fregar el suelo
Poner los libros en su sitio	Limpiar los derrames	Doblar toallas	Cambiar bombillas	Aspirar las alfombras	Cambiar bombillas del techo
Poner la ropa sucia para lavar	Recoger los juguetes	Limpiar el suelo con la mopa	Poner la lavadora	Limpiar la encimera	Aspirar y lavar el coche
Tirar las cosas a la basura	Hacer la cama	Vaciar el lavavajillas	Doblar/Colgar ropa limpia	Limpiar la cocina a fondo	Podar los setos
Llevar la leña	Recoger la habitación	Juntar los calcetines limpios	Limpiar el polvo de los muebles	Preparar una comida simple	Pintar paredes
Doblar los trapos	Regar las plantas	Quitar las malas hierbas	Echar espray en el patio	Cortar el césped	Ir a comprar comida con una lista
Poner la mesa	Limpiar y ordenar los cubiertos	Recoger hojas secas	Guardar la compra	Recoger el correo	Cocinar una comida completa
Ir a buscar los pañales y toallitas	Preparar aperitivos sencillos	Pelar patatas y zanahorias	Hacer huevos revueltos	Hacer costura fácil (doblillos, botones,...)	Hornear un pastel o bizcocho
Limpiar el polvo de los zócalos	Usar la aspiradora de mano	Hacer una ensalada	Hornear galletas	Barrer el garaje	Hacer reparaciones simples de casa
	Recoger la mesa de la cocina	Cambiar el rollo de papel del WC	Sacar al perro		Limpiar los cristales
	Limpiar y guardar los platos		Barrer el porche		Planchar ropa
	Limpiar los pomos de las puertas		Limpiar la mesa		Vigilar a los hermanos menores

# ACTIVIDAD 6 -MANUALIDADES CON RECURSOS DE CASA

---

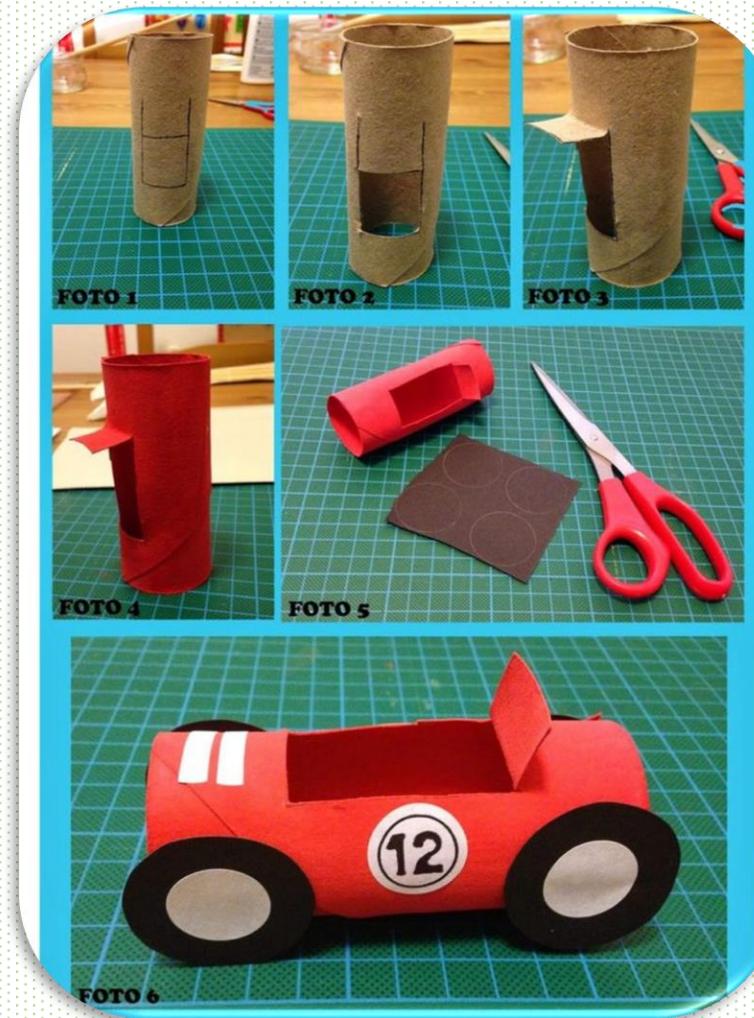
Se pueden utilizar múltiples cosas que tenemos en casa

Ejemplo 1: Manualidades con rollos de papel higiénico.

Ejemplo 2: Manualidades con macarrones.

Ejemplo 3: Manualidades con nuestras manos.

Mejoraremos:  
- Creatividad  
- Motricidad fina



Imágenes obtenidas de  
<https://www.pinterest.es/>





Imágenes obtenidas de <https://www.pinterest.es/>

**RESOLVAMOS SITUACIONES**

**COMPLICADAS**

# ¿Por qué se producen los malos comportamientos?

## Motivo 1

---

Copian un modelo

Debemos autoevaluarnos

Es habitual usar la frase "No hagas eso" cuando nos han oído o visto hacer algo similar

Somos su modelo, un ejemplo para ellos

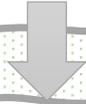
# ¿Por qué se producen los malos comportamientos? Motivo 2

En realidad los niños no quieren comportarse mal, tienen "necesidades". Necesidad de cómo saber actuar.



Debemos ayudarles a tomar "buenas decisiones"

Los padres observamos que sucede algo en el niño o niña



Es fundamental que los niños pongan nombres a sus emociones, a lo que les sucede



En ocasiones cometen "fallos" porque no saben expresar lo que les sucede



Cuando se niegan a hablar podemos pedirles que simplemente señalen el emoticono que expresa lo que sienten

SITUACIÓN  
1

	La alegría produce risas. Las risas también producen alegría.
	La tristeza hace que lloremos pero eso no es malo, es bueno. Nos ayudará a calmar la tristeza.
	El miedo hace que nos escondamos. No nos enfrentamos a algunas situaciones, por eso tenemos que pedir ayuda a un adulto.
	Sentimos vergüenza cuando tememos lo que los demás pueden pensar de nosotros. Nos ponemos colorados o nerviosos.
	Estamos celosos cuando una persona que queremos presta atención a otra persona. Pasa mucho entre hermanos.
	Cuando nos enfadamos sentimos un "calor" en el cuerpo que hace que no escuchemos a nuestra cabeza.
	Estamos calmados cuando sentimos que todo alrededor está bien. En situaciones de miedo, vergüenza o enfado tenemos que conseguir alcanzarla.

Nos sentimos agobiados ante la actuación de la niña o del niño.

Ejemplo 1: Niña/o que nos está llamando todo el tiempo

Ejemplo 2: Niña/o que nos sigue a todos lados.

Necesidad: Quiere llamar la atención de cualquier manera.

LE AYUDAMOS A TOMAR BUENAS DECISIONES

Frase clave: ¿Me ayudas?

Le hacemos participe en diferentes actividades y aprender a llamar la atención de una forma positiva.

Ejemplo 1: "Ahora estoy trabajando pero...¿ me puedes ayudar de una manera! Tengo que llamar a varios clientes, tú dime los números para que yo los marque, tu ayuda es muy importante"

SITUACIÓN 2

El niño/a cuestiona nuestra autoridad de alguna manera.  
Ejemplo: Niña/o que dice contestaciones como  
"¡No quiero!" "¡No, no, no!"

Necesidad: El niño o niña quiere el poder por encima de los otros miembros del grupo con contestaciones inadecuadas.  
Puede ser porque echen en falta tomar alguna decisión, en ocasiones ocurre cuando somos demasiados autoritarios o les damos demasiadas órdenes.

LE AYUDAMOS A TOMAR BUENAS DECISIONES  
Le dejamos elegir, pero dentro de lo razonable.  
Le damos 2 opciones.

Ejemplo 1: ¿Qué fruta quieres tomar hoy?  
Plátano o manzana

Ejemplo 2: ¿Elegimos juntos la ropa que te vas a poner hoy?  
(Recordad, debemos ser flexibles pero dentro de lo razonable)

### SITUACIÓN 3

Los padres sentimos dolor por lo que hace o dice el niño.

Ejemplo: Se escuchan frases como "te odio" o se ven actuaciones como "portazos"

SITUACIÓN 4

Ha vivido una situación que considera "injusta" fuera o dentro de casa. No sabe cómo expresar lo que siente y proyecta su dolor en las personas que más quiere.

LE AYUDAMOS A TOMAR BUENAS DECISIONES

La niña o niño necesita sentir nuestro apoyo incondicional. No sabe o no puede pedir un beso o un abrazo, seremos nosotros los que nos acerquemos para comprender su dolor.

FRASE CLAVE: Estoy a tu lado para todo lo que necesites.

Fue el tiempo que pasaste con tu rosa... ✨



Lo que la hizo  
tan importante.

cinwolo

Esperamos que esta guía  
os sirva de ayuda  
¡Gracias por vuestra  
atención!