

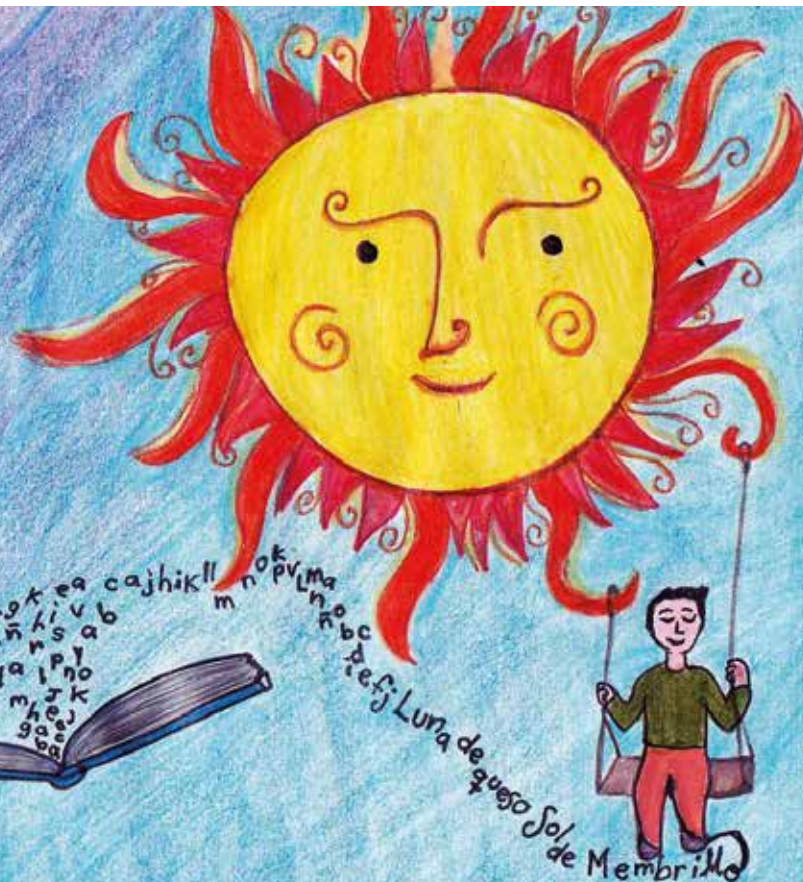
Libro 1

Luna de queso, sol de membrillo... para los chiquillos.

Mi libro de juegos y lenguaje



Mi cuerpo




Noemí Aguilar Martínez
Vianney Menágui



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF MEXICO
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO



Libro 1
Mi cuerpo

Noemi Aguilar Martinez

Vianney Menagui



Libro I. *Mi cuerpo*, de la obra completa *Luna de queso, sol de membrillo. para los chiquillos. Mi libro de juegos y lenguaje*.

Las obras aceptadas para su publicación son arbitradas con dos dictámenes por pares a doble ciego. Los dictaminadores pertenecen a Instituciones de Educación Superior incluidas las Escuelas Normales en la República Mexicana.

Autoras:

Noemí Aguilar Martínez

María Vianey Mendoza Aguilar (Vianey Menagui)

Ilustración:

Mauricio de Jesús Juárez Servín

Daniel Cervantes González

Ilustración de portada:

María Vianey Mendoza Aguilar (Vianey Menagui)

Primera edición, enero 2024.

DR Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México

Calle República de Brasil 31 Centro Histórico, Centro,

Alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México. CP. 06029

Dirección General de Educación Normal y Actualización del Magisterio

Fresno, no15, Santa María la Ribera

Alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México. CP. 06400

Hecho en México

ISBN OBRA COMPLETA: 978-607-9280-76-5

ISBN VOLUMEN: 978-607-9280-77-2

Esta obra cuenta con la autorización del autor para efectos de su puesta a disposición y distribución al público en general, bajo la licencia Creative Commons: Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0)



El contenido y las opiniones vertidas en esta obra, son responsabilidad directa de los autores.

Clemencia y Artemio +

Para mirar el mundo yo necesitaba de estos ojos, de oídos para entrar en mi silencio, de un corazón para percibir el universo; luego Dios me regaló vida y espíritu en un soplo. Ustedes, en un eclipse de amor, un cuerpo. Desde mi pequeñez, les agradezco.

Noemí

Noemí

Gracias porque eres la fuente de mi abundancia, la fuerza de mi amor y un refugio en esta tierra. Agradezco que mucho de lo que ahora soy, lo has sembrado tú en mí. Eres la mujer que más amo y admiro, gracias mamá.

Vianney Menagui

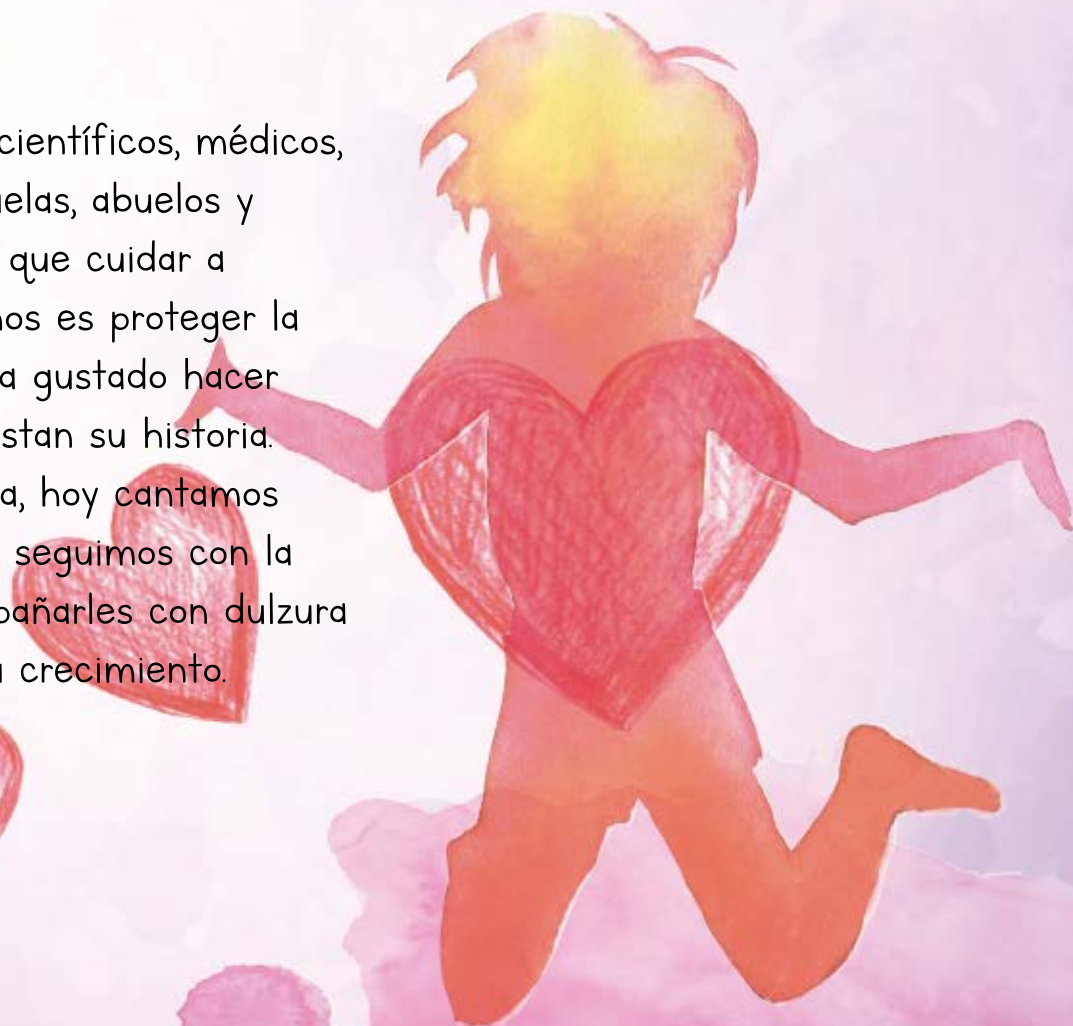
Presentación

La niñez es una serie de ventanas de oportunidades óptimas para la existencia humana. Las y los infantes están en un período crítico que es un tiempo limitado en que hay que cuidar su desarrollo. Algunas funciones están disponibles y si no damos las condiciones puede ser difícil o incluso, imposible desarrollarlas más tarde en la vida. De igual forma, cursan un período sensible pues es un momento de formación que facilita a las niñas y los niños adquirir muchas habilidades.

La cultura, nuestra historia y la vida en comunidad nos aportan elementos para la identidad y crecimiento de la niñez, así que pensamos en crear actividades para que jueguen con estas páginas, promover el diálogo y su expresión, a la vez que la escucha y comprensión por sus familias.

La luna y el sol, desde siempre, son seres maravillosos para los niños, ellos sienten que los persiguen, que los miran y los cuidan.

Artistas, escritores, científicos, médicos, cuenta cuentos, abuelas, abuelos y muchos más, saben que cuidar a nuestras niñas y niños es proteger la vida y por ello les ha gustado hacer que estos astros asistan su historia. Como el sol y la luna, hoy cantamos a nuestra niñez y la seguimos con la esperanza de acompañarles con dulzura en un tramo de su crecimiento.



Sol, luna y niños

La luna es de queso
el sol de membrillo,
ambos le dan beso
a cada chiquillo.

La luna es redonda
y a veces delgada,
el sol es rechoncho
como una granada.

La luna arrulla
y duerme a los niños,
el sol los levanta
con mucho cariño.

Noemí Aguilar Martínez

A todas nuestras niñas y niños mexicanos
les deseamos muchas lunas y soles llenos
de amor.

Introducción al libro 1

Los niños hablan con el cuerpo. Por ello hay que enseñarles a conocerlo para que su lenguaje sea más amplio, porque también responden al mundo con el cuerpo.

Con él perciben a la naturaleza, captando y entendiendo cómo funcionan las cosas, las relaciones y los afectos, procesan esa información y la acomodan en alguna parte de sí para usarla el resto de su vida.

Con la información que el mundo les da, llamada cultura, los niños construirán una parte de sí, otra, la conformarán de su propio yo. Esa parte que nos toca como familia y comunidad, llenémosla de abrazos, de afecto, de juego, de palabras estéticas y de un cuidado sensible y cariñoso con que ellos pasen

de la sensación corporal a los símbolos y luego a significados valiosos para su ser.

En este libro, encontraremos una primera sección informativa sobre esa máquina perfecta. Un cuento, un mito y poemas serán motivo para que los niños lean acompañados de lectores autónomos. Hallarán una propuesta de rimas y grafismos para animar sus primeros trazos. Terminamos con tarjetas de acción, que proponen que el niño y la niña se muevan y expresen de manera divertida.


Vamos pues a usar todos los sentidos para que nuestros pequeños y pequeñitas, tomen una actitud e imagen corporal positiva de sí mismos.

Texto informativo

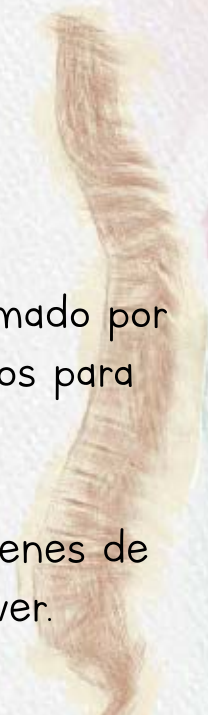
La máquina perfecta

Si tu cuerpo fuera una máquina sería la más perfecta que ha existido. En solo nueve meses, en el vientre de tu mamá, se formaron tus bracitos y piernas, tu cerebro y corazón, tus uñas, huesos y órganos, la piel y el cabello.

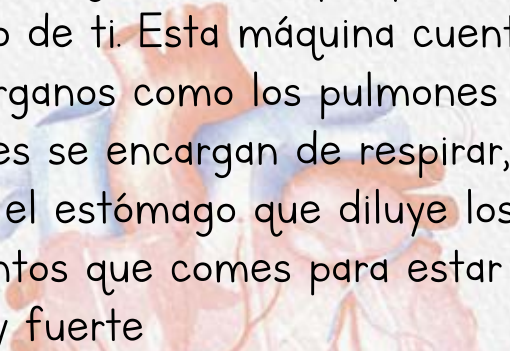




El cuerpo humano está formado por un esqueleto con 206 huesos para mantenerte firme.



El cerebro da todas las órdenes de lo que hay que hacer y mover.



El corazón trabaja sin descanso para que la sangre esté limpia y circule dentro de ti. Esta máquina cuenta con órganos como los pulmones quienes se encargan de respirar, o como el estómago que diluye los alimentos que comes para estar sano y fuerte

Con los ojos ves todo lo que está a tu alrededor.

Con los oídos escuchas una canción.

Con la nariz hueles aromas y filtras el aire que respiras. Con la lengua saboreas tu comida favorita y hablas. Y esta máquina está forrada con la piel.



Tu piel es importante para sentir las caricias que te da tu mamá, el beso de buenas noches de papá y los abrazos de tus hermanos. Aunque no te guste, en tu piel sientes el golpe que te das cuando te caes.



Tu cuerpo es completo y funcional.
Gracias a él puedes caminar hasta
tu escuela, leer y escuchar cuentos.

Cuídalo mucho, es una maravillosa
creación del universo.



Un cuento Para ti

Dos cuerpos diferentes

Noemí Aguilar Martínez

A Santiago le gusta mucho salir a jugar con su pelota, correr, andar en el triciclo y construir altos edificios con sus bloques de colores.

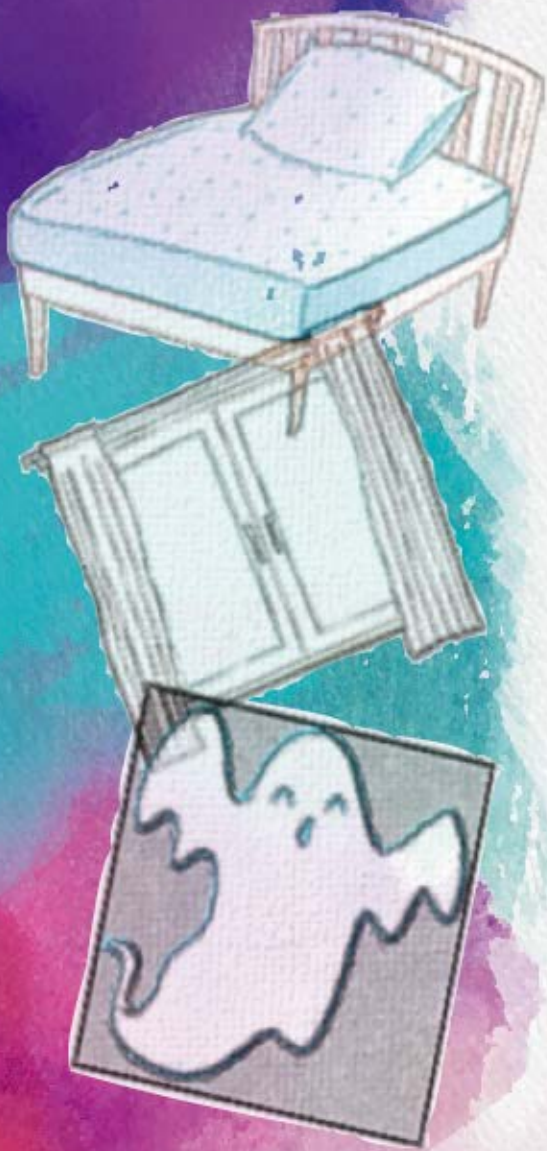
Por las mañanas, es feliz en la escuela jugando con sus amigos; por las tardes, tiene un pequeño problema: está solo.



Sin hermanos, ni vecinos
amigos, tampoco primos, ni
siquiera un perrito.

Una tarde, triste y aburrido
de jugar sin nadie, se mete a
su cuarto y comienza a llorar;
el sonido es el de dos niños
juntos. Alguien hace lo mismo
que él. Incluso si se calla todo
queda en silencio.





Pero ooh, la otra voz, sigue sollozando.

– ¿Quién es? ¿Quién llora en mi cuarto?

Se seca las lágrimas. Frente a la ventana ve algo blanco... ¡Como una nube!... ¡Como un algodón!

– Soy un fantasma. Vivo en tu casa desde hace mucho tiempo. Estoy aprovechando tu lamento para llorar yo también, pero es tanta mi tristeza que se me olvidó callarme cuando tú no gemías.



– ¿Y por qué lloras?–

– Puedo moverme de acá para allá, elevarme y meterme dentro de los objetos pues soy un espíritu de mil formas.

Sin embargo, no puedo hacer lo que tú haces. No tengo un cuerpo.

Quisiera subirme al triciclo y manejarlo, pero no tengo pies; desearía mover la pelota y no atravesarla más no poseo brazos; anhelo correr o saltar, sin piernas eso no es posible.






¿Y tú por qué lloras si tienes ese maravilloso cuerpo? — preguntó el blanco espectro.

— No tengo con quién divertirme, no me gusta jugar a la pelota o correr solito, quiero un amigo—, explicó el niño.

Y entonces se les ocurre que el fantasma entre en el niño para tomar su forma y tener cabeza con ojos, oídos, nariz, boca. También brazos, pies, manos, dedos, para bailar, correr, abrazar, jugar a las luchitas y agarrar todo lo que quiera. ¡Pero no se puede!

Ambos intentan una y otra vez. El fantasma puede entrar en objetos pero no en personas. Al final lo entienden, son dos seres libres y amorosos diferentes. El cuerpo del niño es solo de él, no puede prestarlo. Las habilidades del fantasma no puede hacerlas el niño: ser invisible, flotar, desaparecer. Aprenden a aceptar lo que son, uno con cuerpo y otro sin él, pero igual de valiosos.



A watercolor illustration on a white background. On the left, a child is depicted in a dynamic, jumping pose. The child's body is rendered in shades of blue and purple, while their pants are a vibrant red. Below the child, a ghostly figure is shown. The ghost has a pale, translucent blue body with a white face, large wide eyes, and a small black mouth. To the right of the ghost is a large, hand-drawn red heart. The background features soft, blended washes of purple, blue, and pink.

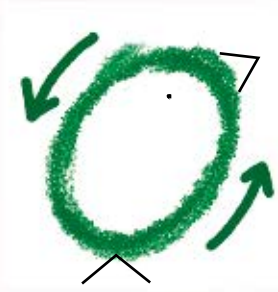
Desde ese día, Santiago ama cada parte de su cuerpo y lo cuida. Es único e irrepetible. El fantasma ya no llora ni se esconde, se regocija con lo que es. Niño y fantasma son entrañables amigos.

Escribe escribano

Rimas y grafismos

Las maravillosas manos que tenemos, nuestros ojos, nuestro cerebro y nuestros sentimientos nos motivan a escribir. ¿Conoces las letras? En estas rimas descubre algunas de ellas. Escucha la rima y repítela mientras la graficas. Identifica la letra, remarca y escribe.

La letra O, o



La idea de estos ejercicios es comenzar a diferenciar las formas básicas de representación: el dibujo y la escritura. Con rimas y figuras divertidas identifica las vocales de nuestro abecedario.

Escucha la rima, luego repítela varias veces mientras graficas con movimientos circulares la letra "o".

La gallina có,
el gallito quí,
el pollito pío,
pío, co co, quí.

Encierra la letra o

La gallina có,
el gallito quí,
el pollito pío,
pío, co co, quí.

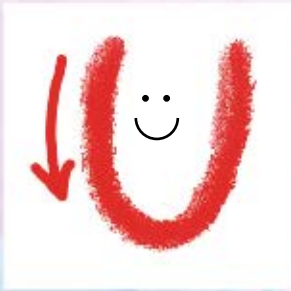
Remarca la letra o

La gallina có,
el gallito quí,
el pollito pío,
pío, co co, quí.

Escribe la letra o

La gallina c_,
el gallit_ quí,
el p_llit_ pí_,
pí_, c_ c_, quí.

La letra U, u



Escucha la rima y grafica su sonido con movimientos curvos, al final ponle ojos y sonrisa.

Un cuento te cuento
niñito sin sueño,
un cuento te cuento
duérmete contento.

Encierra las letras u

Un cuento
te cuento
niñito
sin sueño,
un cuento
te cuento
duérmete
contento.

Remarca la letra u

Un cuento
te cuento
niñito
sin sueño,
un cuento
te cuento
duérmete
contento.

Copia la letra u

_n c_ento
te c_ento
niñito
sin s_eño,
un c_ento
te c_ento
d_érmete
contento.

La letra A, a



Grafica un movimiento circular varias veces. Al mismo tiempo que repites la rima, termina completando el brazo de la letra "a".

Papá me arrulla,
mamá me abraza,
y mi abuelita
me besa y canta.

Encierra la letra a

Papá me arrulla,
mamá me abraza,
y mi abuelita
me besa y canta

Remarca la letra a

Papá me arrulla,
mamá me abraza,
y mi abuelita
me besa y canta

Escribe la letra a

P_p_ me _rrull_,
m_m_ me _br_z_,
y mi _buelit_
me bes_ y c_nt_

La letra E, e



Escucha la rima y grafica con movimientos circulares su sonido, al final ponle ojitos.

Estrella marinera
gigante del cielo,
cuelgas de la luna
ojitos con sueño.

Encierra la letra e

Estrella marinera
gigante del cielo,
cuelgas de la luna
ojitos con sueño.

Remarca la letra e

Estrella marinera
gigante del cielo,
cuelgas de la luna
ojitos con sueño.

Escribe la letra e

_str_lla marin_ra
gigant_ d_l ci_lo,
cu_lgas d_ la luna
ojitos con su_ño.

La letra I, i



Escucha la rima, a la par, repite movimientos de arriba abajo para dibujar la letra "i". Al final pon el puntito.

Alegre y feliz
está mi nariz,
con dos orificios
huelo olores mil.

Encierra la letra i

Alegre y feliz
está mi nariz,
con dos orificios
huelo olores mil.

Remarca la letra i

Alegre y feliz
está mi nariz,
con dos orificios
huelo olores mil.

Escribe la letra i


Alegre y fel_z
está m_ nar_z,
con dos or_f_c_os
huelo olores m_l.

Te leo Y me leo

Mito del color de la piel

Cuando era niña siempre me preguntaba cómo es que tenemos el color de piel que poseemos. Mi abuelo que era muy sabio, siempre contestaba a todas mis preguntas, y él me contó este mito.





Hace muchos años, todos, absolutamente todos éramos del mismo color de piel, pues Dios nos creó con el más fino de los barro, ese barro que al secarse es de color café oscuro, casi negro. Así, cuando terminó de moldearnos, se encargó de repartirnos por toda la tierra que nos había dado para vivir.

Para dar color a nuestra piel, nos separó a todos por grupos. En seguida, para no tener que pintar a uno por uno, creó un lago de leche para limpiarnos de las asperezas del barro.

El primer grupo que entró al lago pudo lavarse totalmente de pies a cabeza, así su piel quedó blanca como la leche.

Se remojaron tanto el cabello, las pestañas y las cejas que quedaron casi sin color.





El siguiente grupo alcanzó a remojarse de pies a cabeza. Y aunque la leche ya no era blanca, el tono de su piel quedó muy clara.

Así fueron pasando los grupos y la leche se iba oscureciendo mientras se lavaban. Los últimos en entrar al lago, que ya no era blanco sino café, encontraron el líquido escaso pues había disminuido por el uso de las personas.

La gente que llegó al final no pudo sumergirse igual que los primeros, quedando oscuros, del color original del barro. Solo pudieron remojar las palmas de sus manos y las plantas de sus pies en los charcos opacos que quedaron de la leche.





De esta manera, las personas fuimos a habitar toda la tierra por grupos de colores y rasgos faciales. Es así como en cada región del planeta las personas somos diferentes, pero a la vez, tenemos un color de piel específico e igual al de todos los que viven ahí. Pero eso sí, todos somos iguales por dentro, con los mismos órganos y sentimientos.

Y así te lo cuento como me lo contó mi abuelo.

*Adaptación de relato recopilado por Vianney Menagui
en la ciudad de Oaxaca de Juárez, Oaxaca.*

Ahora platica con tus amigos y tu familia qué piensas del color de las personas. Ilumina de varios colores a las niñas y niños de la ilustración.





A jugar con nuestra lengua

¿Qué es? ¿Qué es? Que está
en el cuerpo y sí lo ves

Lee las adivinanzas y piensa en la
respuesta. Al final del libro encontrarás
la solución. Recorta la palabra y pégala
en la estrofa que corresponda.



Adivinanzas del cuerpo

Vianney Menagui

Son más largas que mis pies
son más fuertes que mis brazos,
las ocupo todo el día
y aun así no me canso.

Para brincar y saltar
correr rápido al revés,
para patear la pelota,
cargar tu cuerpo también.

Para jugar carreritas
y ganarte otra vez.

Mis piernas





Son como ramas de un árbol,
que sirven para cargar,
los mismos, que mamá ocupa,
para poderte abrazar.

Mis brazos



Yo tengo en mi carita
debajo de mi nariz,
una pequeña cajita
que me pone muy feliz.

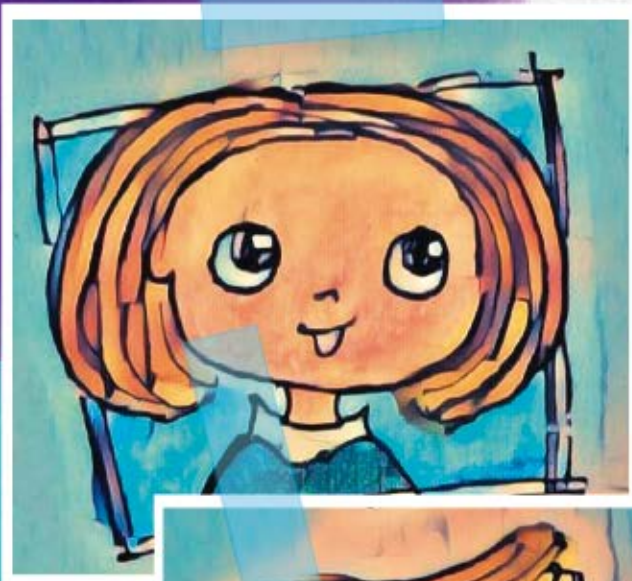
Para hablar y carcajear,
solo la debo abrir;
una curva se dibuja
cuando quiero sonreír.

Si la abro, tú me escuchas,
si la cierro ya no más;
si estoy cansado se abre
para poder bostezar.

Con ella puedo comer,
con ella puedo cantar,
la pongo en circulito
para besarte o silvar.

Mi boca





Dos luceros en mi rostro,
son cortinas celofán,
para mirar los colores,
de par en par se abrirán.

Si estoy triste, abrumada,
si solo quiero llorar,
de gota en gota caerán
lágrimitas de cristal.

Mis ojos



Ocupo dos arañas,
dos que tengo en mi cuerpo,
cinco patas tienen las dos,
¿No las conoces?
Te las presento.

Una es derecha,
la otra, izquierda,
con una escribo,
la otra es más lenta.

Se saben mover,
tocan la guitarra.
Me saben vestir,
cierran mi chamarra.

Pueden agarrar
todo lo que quieren,
hacerte cosquillas
ponerte unos lentes.

Son bien educadas
saben saludar,
pintan, tocan, rascan,
pueden dibujar.



Existe un capitán, que dirige en mi cuerpo,
donde nacen mis sueños, ideas y pensamientos.

Con ella puedo voltear, hacia arriba y ver el cielo,
girarla a un lado y al otro; o hacia abajo, ver el suelo.

Y si la quiero adornar, basta con un sombrero.

Mi cabeza



Juegos de mesa

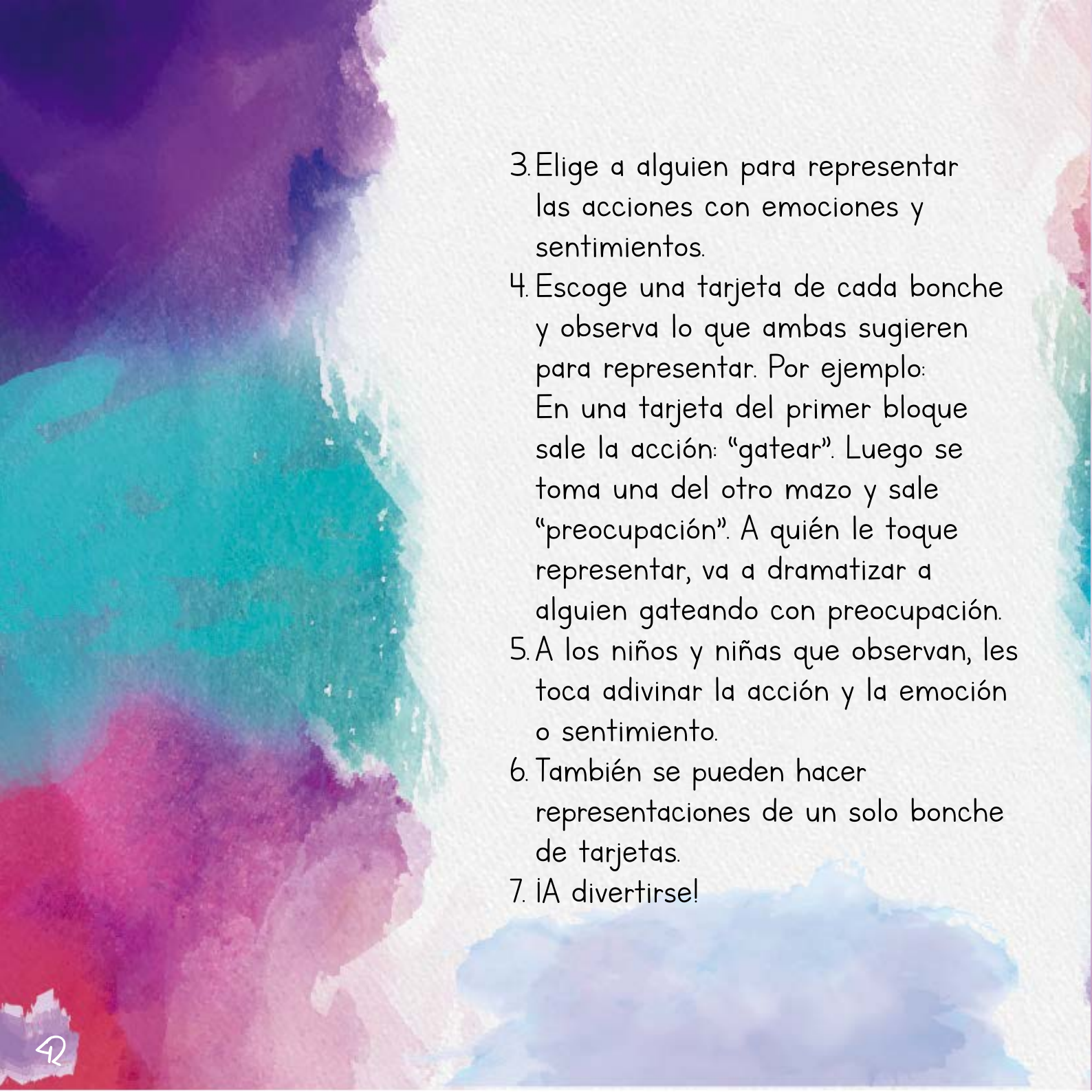
Tarjetas de acción: hacer y sentir

Requieres:

- Las Tarjetas de acción: hacer y sentir.
- Espacio para representar acciones y emociones.
- Muchas ganas de jugar y divertirse.

Instrucciones:

1. Busca las tarjetas “Recortables de acciones y emociones” del final y recórtalas.
2. Ponlas sobre la mesa boca abajo separadas en dos grupos: acciones y emociones - sentimientos.

- 
3. Elige a alguien para representar las acciones con emociones y sentimientos.
 4. Escoge una tarjeta de cada bonche y observa lo que ambas sugieren para representar. Por ejemplo: En una tarjeta del primer bloque sale la acción: "gatear". Luego se toma una del otro mazo y sale "preocupación". A quién le toque representar, va a dramatizar a alguien gateando con preocupación.
 5. A los niños y niñas que observan, les toca adivinar la acción y la emoción o sentimiento.
 6. También se pueden hacer representaciones de un solo bonche de tarjetas.
 7. ¡A divertirse!

Tarjetas recortables



Correr



Amor



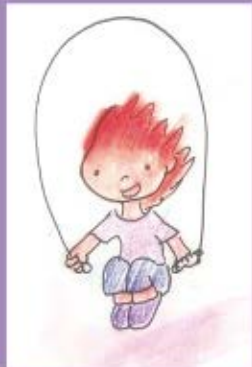
Gatear



Enojo



Tarjetas recortables



Saltar



Dolor



Abrazar



Alegría



Tarjetas recortables



Oler



Tristeza



Bailar



Asombro



Tarjetas recortables



Zapatear



Miedo



Dormir



Preocupación



Tarjetas recortables



Tomar un líquido



Valentía



Escribir



Vergüenza



Tarjetas recortables



Comer



Seriedad



Tocar un instrumento



Aburrimiento



Tarjetas recortables



Gritar



Cantar



Patear



Recortables para las adivinanzas



Piernas

Ojos

Brazos

Manos y dedos

Boca

Cabeza



Contenido

Presentación	5
Introducción al libro I	8
Texto informativo	9
La máquina perfecta	
Un cuento para ti	14
Dos cuerpos diferentes	
Escribe escribano	21
Rimas y grafismos	
Te leo y me leo	27
Mito del color de la piel	
A jugar con el lenguaje	34
¿Qué es? ¿Qué es? Que está en el cuerpo y sí lo ves	
Juegos de mesa	41
Tarjetas de acción: hacer y sentir	
Tarjetas recortables	
Recortables para las adivinanzas	

Libro I. Mi cuerpo,
de la obra completa *Luna de queso, sol de membrillo... para los chiquillos.*
Mi libro de juegos y lenguaje
se terminó de editar en enero de 2024,
en formato digital,
en la Dirección General de Educación Normal
y Actualización del Magisterio