La jornada nocturna del CEN-CINAI

La forma en que atendemos a las niñas, niños y preadolescentes

CEN-CINAI
Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral

unicef
para cada infancia

MAYRA LORENA SONG MORALES (FIRMA)

Firmado digitalmente por MAYRA LORENA SONG MORALES (FIRMA)
Fecha: 2022.05.24 11:14:00 -06'00'

© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF.
Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles
de Atención Integral, CEN-CINAI.

Se permite la reproducción total o parcial de los materiales aquí publicados, siempre y cuando no sean alterados y se asignen los créditos correspondientes.

San José, Costa Rica. Primera Edición 2021.

Coordinación general:
Ivannia Bonilla, Sub-directora, Dirección Nacional de CEN-CINAI
Xiomara Molina, Directora Técnica, Dirección Nacional de CEN-CINAI.
Isidora Chacón, UNICEF
Rebeca Mora, UNICEF
Renato Joya, ALTERCOM

Coordinación y apoyo técnico:
Marcela Amador Calvo, Jefa, Unidad de Normalización y Asistencia Técnica, Dirección Técnica.
Zunny Martínez Montero, Docente, Unidad de Normalización y Asistencia Técnica, Dirección Técnica.

Mediación Pedagógica:
Renato Joya, Marco Tulio Araya, Amanda Granados, ALTERCOM

Ilustraciones y Diseño gráfico::
Olman Bolaños, ALTERCOM

Revisado por:
Xiomara Molina, Directora Técnica, Dirección Nacional de CEN-CINAI.
Mayra Song Morales, Terapeuta Lenguaje, Unidad de Normalización y Asistencia Técnica, Dirección Técnica.
Marcela Amador Calvo, Jefa, Unidad de Normalización y Asistencia Técnica, Dirección Técnica.
Zunny Martínez Montero, Docente, Unidad de Normalización y Asistencia Técnica, Dirección Técnica.

Contenido:

I. Queridas madres, padres y personas cuidadoras 4

1. El CEN-CINAI nocturno 7
2. Equipo de personas de CEN-CINAI nocturno 8
3. Espacios, materiales y transporte 9
4. Servicios de cuidados, alimentación y control 10
5. Forma de tratar a las niñas, niños y preadolescentes 11
6. Principios con que se atienden 12
7. Lo que se fortalece: cuerpo, mente, corazón y comunicación 13
8. Principales características del desarrollo de personas menores de 10 años 14

- Prenatal: desde la concepción hasta el nacimiento 14
- Infancia: desde el nacimiento hasta los tres años 15
- Niñez temprana: de los 3 años a menos de los 6 años. Corresponde a la etapa preescolar 16
- Niñez media e inicio de la preadolescencia: entre los 7 y 10 años. Periodo escolar 17

9. Principales características entre los 10 años y los 13 años 18
10. Habilidades pedagógicas y de cuido utilizadas en el CEN-CINAI 19
11. La forma de acompañar la jornada nocturna 20
12. Rutinas que se desarrollan en la atención nocturna 21
13. La importancia del juego 22
14. Lo que tomamos en cuenta para elegir las actividades y juegos 23
15. Actividades atractivas y apropiadas para la jornada nocturna 25

II. Fuentes Bibliográficas 27

Queridas madres, padres y personas cuidadoras:

Queremos contarles **lo que hacemos** en el CEN-CINAI en la jornada nocturna y **cómo lo hacemos** para que las niñas, niños y preadolescentes estén bien y creciendo sanos, fuertes y seguros.

Haremos un recorrido por el CEN-CINAI para que ustedes sepan qué tenemos, **cómo nos organizamos, qué hacemos y cómo lo hacemos**.

Les ofreceremos información importante sobre las distintas **etapas del desarrollo** y el camino que seguimos en el aprendizaje y formación integral de niñas, niños y preadolescentes para **garantizar sus derechos**.

La idea es que ustedes en sus casas y comunidad, les den **seguimiento a las actividades o juegos, realizando prácticas y repitiendo las rutinas**.

Si logramos la **integración Centro infantil, hogar y comunidad**, las niñas, niños y preadolescentes, van a estar seguros y confiados de la manera en que se le cuida, se le alimenta y se le educa, tanto en el CEN-CINAI como en su casa o comunidad.

La forma en que **cuidamos, alimentamos y educamos a nuestros hijas e hijos** lo aprendemos por tradición familiar, con aciertos y con errores, pero nada es fijo, podemos cambiar y de la mano con el CEN-CINAI seguiremos adelante.

Esperamos que este manual le sirva para conocer la vida dentro del CEN-CINAI y **para reforzar lo que considera hace bien y cambiar aquello que considera puede ser mejor** para apoyar el desarrollo integral de las niñas, niños y preadolescentes.

Este documento le ofrece el siguiente **recorrido de asuntos:**

1. El CEN-CINAI nocturno
2. Equipo humano
3. Espacios, materiales y transporte
4. Servicios de cuido, alimentación y control
5. Forma de tratar a las niñas, niños y adolescentes
6. Principios con que se atienden
7. Lo que se fortalece: cuerpo, mente, corazón y comunicación
8. Características del desarrollo de niñas y niños menores de 10 años
9. Características entre los 10 y los 13 años
10. Habilidades educativas utilizadas en el CEN-CINAI
11. La forma de acompañar la jornada nocturna
12. Rutinas que se desarrollan
13. La importancia del juego
14. Criterios para elegir actividades y juegos
15. Actividades atractivas y adecuadas para la jornada nocturna

1. El CEN-CINAI nocturno

El CEN-CINAI nocturno brinda **servicios de cuidados y protección para niñas, niños y preadolescentes** en horario **de 5 de la tarde a las 10 de la noche.**

Se busca que la niña, niño o preadolescente **esté seguro para desarrollarse física, mental, emocional y en las relaciones** con las demás personas y el entorno, para su óptimo **desarrollo integral.**

Se garantiza la calidad de la atención, educación, alimentación y el **respeto a sus derechos.**

El CEN-CINAI **forma parte de la comunidad**, se relaciona con las familias, líderes, empresas y con instituciones para una cooperación enfocada en el "interés superior del niño, la niña y adolescente".

Se da **preferencia a las hijas e hijos de madres** que trabajan o estudian de noche.

La jornada nocturna en los CEN-CINAI contribuye con las familias a salir adelante y asegurar el desarrollo integral de niñas y niños.

2. Equipo de personas de CEN-CINAI nocturno

Para atender a niñas, niños y adolescentes cada CEN-CINAI cuenta con:

- Personas que atienden en lo educativo a niñas, niños y preadolescentes.

- Personas que trabajan en la cocina y limpieza.

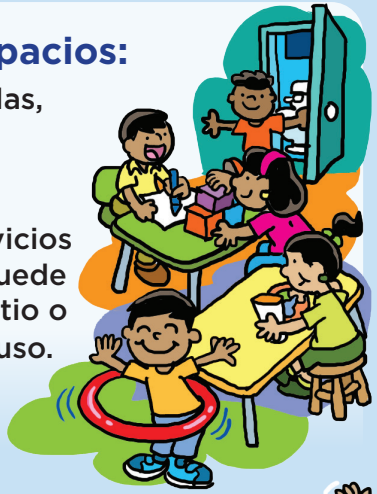
- Persona encargada del transporte.

Conocer a las personas del CEN-CINAI y tenerles confianza y juntos Centro, hogar y comunidad protejamos niñas, niños y preadolescente.

3. Espacios, materiales y transporte

Áreas o espacios:

Una o más aulas, espacio para el servicio de alimentación, comedor, servicios sanitarios y puede contar con patio o espacio multiuso.



Materiales y equipos:

- Utensilios de cocina.
- Productos de limpieza, desinfección.
- Materiales para el aprendizaje, juegos, colchonetas.
- Equipos para pesar, medir y realizar pruebas como valoración de oído, vista y lenguaje.
- Materiales de higiene personal como cepillos para dientes y cepilleras.

Transporte para las niñas, niños y preadolescentes que asisten en el horario nocturno y lo requieran.

Motive a sus hijas e hijos a valorar y cuidar los materiales educativos.

4. Servicios de cuidados, alimentación y control

Cuidados, atención y protección:

Se brindan en horario nocturno, mientras las personas encargadas puedan estudiar o trabajar.

Solicite información sobre alimentación y desarrollo integral, para que apoye desde su casa los servicios del CEN-CINAI.

Buena alimentación:

- Se les da merienda y cena.
- Leche para consumo en el hogar los fines de semana
- Cuidado de los dientes y hábitos de salud como el lavado de manos.

Vigilancia del crecimiento y desarrollo

- Se les hacen pruebas de vista y oído.
- Se lleva varios controles, como el de peso y talla.
- Se les aplica flúor y se les enseña el correcto cepillado de dientes.
- Se coordina la atención con otras instituciones para atender problemas cuando se requiera.

5. Forma de tratar a las niñas, niños y preadolescentes

Buscamos conocer a profundidad a cada niña, niño o preadolescente y nos esforzamos para:

- Respetar y garantizar sus derechos.
- Facilitar el manejo de sus emociones, cuando están enojados, contentos, felices, tristes...
- Fortalecer habilidades que le sirvan en la vida.
- Promover la cultura de paz impulsando la cooperación y la solidaridad.
- Resolver pacíficamente los conflictos.
- Promovemos el ejercicio de disciplina y reforzamiento positivo.
- Vivir los valores humanos: amor, solidaridad, paciencia, gratitud, perdón, humildad.
- Motivar la empatía: ponerse en los zapatos de las otras personas.
- Promover el diálogo.
- Sensibilizar y promover la conciencia social.

Somos modelos para nuestros hijas e hijos. Enseñamos con el ejemplo en el hogar.

6. Principios con que se atienden

Las niñas, niños y preadolescentes en el CEN-CINAI:

- Son lo más importante y el centro de nuestra atención.
- Aprenden jugando y haciendo.
- Tienen total libertad y seguridad para moverse.
- Son diferentes y únicos.
- Comparten y conviven con seguridad y confianza.
- Se les respeta sus sentimientos, pensamientos y acciones
- Se les respeta, escucha y también, participan cuando se hacen las normas de convivencia.

Aplicar estas prácticas en la casa y comunidad, fortalecen el desarrollo integral.

7. Lo que se fortalece: cuerpo, mente, corazón y comunicación

El movimiento del cuerpo: caminar, correr, escalar, saltar, lanzar, equilibrar, usar manos y dedos, entre otros.

El conocimiento: crece y se desarrolla al descubrir, interpretar, ordenar y clasificar la información.

El sentir por sí mismo y los sentimientos por los demás y el entorno: Aceptar y expresar sentimientos, comprender y respetar los sentimientos de los demás.

El lenguaje para la comunicación: hablada, escrita, corporal, uso de símbolos y gestos.

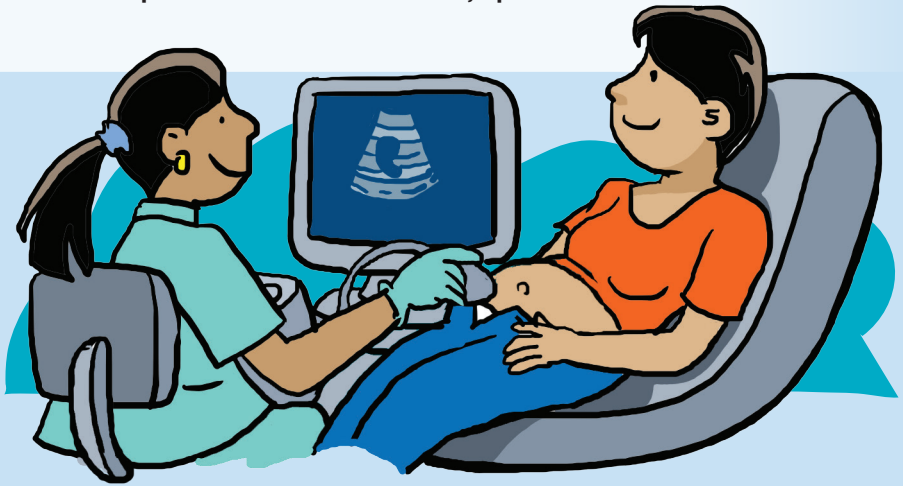
Aproveche todos los momentos con sus hijas e hijos para fortalecer sus movimientos, el conocer, las emociones y la comunicación.

8. Principales características del desarrollo de personas menores de 10 años

Prenatal: desde la concepción hasta el nacimiento.

- Este periodo ocurre en el vientre de la madre y se le llama embarazo.
- Las cédulas se dividen según sus funciones y van formando los huesos, músculos y los diferentes órganos del bebé.
- El cerebro crece más rápidamente en los primeros años de vida, que el resto del cuerpo.

La madre embarazada requiere de una buena alimentación y control médico.



Infancia: desde el nacimiento hasta los tres años

- La niña o el niño empieza a conocer las personas y las cosas que lo rodean. Los objetos los quiere conocer por medio de la boca (cuide que estén limpios y que no se lleve cosas pequeñas a la boca).
- A partir de los 6 meses se apega a las personas que lo cuidan y protegen, y muestra desconfianza ante personas que no conoce. Estos vínculos emocionales inician su mundo afectivo.
- Después del primer año la niña o el niño empieza a ser más independiente, se puede desplazar de un lugar a otro, se desarrolla también su lenguaje y tiene una mayor coordinación de brazos y pies.
- Adquiere el hábito de dormir y despertarse a determinadas horas y si se siguen horarios y rutinas, se van formando los buenos hábitos.
- Empieza a controlar los esfínteres, es decir a dejar el pañal. Es importante el acompañamiento y ayuda de la persona adulta para que supere esta etapa, respetando sus tiempos y sin presionar.

Es fundamental la lactancia materna y empezar a darle alimentos nutritivos, así como atender el llanto.

Niñez temprana: de los 3 años a menos de los 6 años. Corresponde a la etapa preescolar

- Van dejando la dependencia y actúan por su propia iniciativa.
- Buscan personas con quienes identificarse y las tratan de imitar.
- Van conociendo su cuerpo, tienen mayor equilibrio y se alimentan por sí mismos.
- Desarrollan el pensamiento y lo construyen desde lo más simple a lo más complejo, desde lo más cercano a lo más lejano.

En esta etapa las niñas y los niños idealizan a las personas que los cuidan y los tratan de imitar.

Niñez media e inicio de la preadolescencia: entre los 7 y 10 años. Periodo escolar

- Es una etapa de socialización, son más independientes y dan preferencia al mundo fuera del hogar y le dedican más tiempo al compartir con su grupo de amigos.
- Tienen mayor control de sus movimientos, más equilibrio y coordinación entre la vista y las extremidades, pueden saltar en un pie, amarrarse los cordones, escalar y correr con más seguridad.
- Empiezan a desarrollar aún más el lenguaje escrito, la lectura y la escritura.
- Prefieren los juegos en equipos con reglas claras y se interesan también más por juegos de mesa.

Es importante ayudarles a tolerar los sentimientos de frustración que aparecen en esta etapa de desarrollo.

9. Principales características entre los 10 años y los 13 años

- A esta edad las niñas y los niños son más conscientes de su cuerpo, mente y corazón.
- Más o menos por los 10 años, emprenden el viaje hacia la adolescencia, con cambios físicos y mentales. Buscan identidad, sentido de la vida y su lugar en el mundo.
- El cuerpo crece, empiezan a madurar sexualmente, desarrollan la capacidad de razonar sobre sí mismos y a meditar sobre el futuro.
- En cuanto al desarrollo físico, se da un aumento en la velocidad de crecimiento por lo que a veces no coordinan bien al utilizar objetos, vuelcan los vasos o dejan caer los platos, por ejemplo.
- Se pueden presentar cambios en el temperamento como reacciones impulsivas, enojos, berrinches, alegría, así como bajo rendimiento o descuido en los estudios.
- El cuerpo empieza a cambiar. Se inicia el interés y la exploración sexual.

Comprender, acompañar y dar seguridad en los cambios en el cuerpo, en la mente y en el corazón.

10. Habilidades pedagógicas y de cuido utilizadas en el CEN-CINAI

Ayudemos a niñas, niños y preadolescentes a mantenerse activos y a relacionarse con personas y cosas.

- **Aprovechamos cada momento** de atención de las niñas, niños y preadolescentes para fomentar aprendizajes, reforzar valores, ampliar conocimientos de acuerdo con la edad y características.
- **Aprovechamos las iniciativas, las motivaciones, los intereses** que muestran niñas, niños y preadolescentes, para reforzar, para transformar, para guiarlos.
- **Acompañamos** a cada niña, niño o preadolescentes, lo observamos con interés y le ofrecemos experiencias educativas que los motiven a aprender: piense, haga, que concluya, invente, se equivoque, crea, que compare, que solucione problemas, que tome la iniciativa.
- **Le ofrecemos experiencias adecuadas** para aprender acerca de los temas de su interés, según la etapa que está viviendo y son aprovechados para acompañarle y ofrecerles nuevos aprendizajes.

11. La forma de acompañar la jornada nocturna

La jornada nocturna respeta la necesidad del cuerpo que pide reposo y tranquilidad. Las actividades son de relajación, de paz, de juegos que no sean complejos y se evitan las actividades físicas al aire libre después de las siete de la noche.

- Se prefieren actividades colectivas, y que invitan a la niña, al niño y al preadolescente a desarrollar sus destrezas, creatividad, autonomía, respeto y aprendizaje de forma individual y cooperativa.
- Se evita el uso de televisores, computadoras y celulares, dos horas antes del descanso.
- Se evita que tomen exceso de líquidos antes de dormir. Se reduce la intensidad de la luz.
- Se procura que las paredes estén pintadas en colores suaves, no intensos o excitantes.
- Se respeta la etapa del sueño, una necesidad básica del organismo. Por eso el servicio de transporte se brinda para asegurar la continuidad del sueño.

Respetemos la necesidad de descanso y sueño dándole continuidad a lo que se hace en el CEN-CINAI.

12. Rutinas que se desarrollan en la atención nocturna

Momentos de la rutina en atención nocturna

- Recibimiento de las niñas y niños

- Rutina de actividades al aire libre

- Cena

- Rutina actividades del salón

- Colación o merienda

- Rutina de descanso

- Rutina de despedida

Prepare su casa para recibir a su hija o hijo que regresan en el transporte, dándole continuidad al ambiente y a la necesidad de sueño.

13. La importancia del juego

¿Cómo aprende la niña, niño y preadolescente?

La manera de vivir y aprender es el juego. Por eso necesita y tiene derecho a jugar:

- Al jugar está aprendiendo y no perdiendo el tiempo.
- Ocupa prácticamente todo su tiempo en el juego.
- Disfruta y aprende mucho al satisfacer su necesidad y derecho a jugar y compartir.
- El juego es muy importante para su desarrollo integral.
- Se siente feliz cuando recibe un juguete hecho por su papá o su mamá.
- Al jugar se desarrolla la imaginación, la expresión, la creatividad y la capacidad de atención.

El juego es para los niños y niñas su manera de vivir y aprender.

14. Lo que tomamos en cuenta para elegir las actividades y juegos

- **Tomamos en cuenta la edad.** Cada niña, niño o preadolescente puede jugar o realizar actividades atractivas de acuerdo a su edad.
- **Formamos parejas de personas de diferentes edades (menor y mayor).** El mayor asume responsabilidad y refuerza su auto-estima, y el menor recibe apoyo para aprender.
- **Tomamos en cuenta el tiempo personal y libre:** Las niñas, niños y preadolescentes necesitan tiempo consigo mismos para jugar con libertad.
- **Variamos las actividades:** La variedad de actividades hace que mantengan el interés y se fortalezca el desarrollo integral.
- **Aprovechamos los temas de interés** con actividades relacionadas para reforzar el aprendizaje.

- **Observamos y escuchamos** a las niñas, los niños y preadolescentes para conocerlos mejor.
- **Organizamos la alimentación e higiene:** colaboran en pequeños grupos colocando los platos en la mesa, lavándose los dientes, ordenando las sillas y otras actividades.
- **Tomamos en cuenta tiempo para el descanso:** No todo es actividad, es importante dar tiempo para que guarden silencio y reposen.

- **Tomamos en cuenta que los juegos y las actividades sean seguras.** Mantenemos el centro infantil seguro, limpio y tenemos claro qué hacer o dónde pedir ayuda en caso de emergencia.

En la casa y en la comunidad se pueden seguir estas recomendaciones para reforzar lo que hace en CEN-CINAI.

15. Actividades atractivas y apropiadas para la jornada nocturna

- **Actividades que les gusta**, como dibujar, jugar con plasticina, leer un cuento, armar un rompecabezas.
- **Actividades de seguimiento** a lo que estudian en la escuela, no solo las tareas, también proyectos y trabajos especiales. Es recomendable que estas actividades las hagan con libertad, con alegría y que le dediquen máximo una hora y media.
- **Juegos educativos** de mesa como dominós, manualidades o proyectos donde utilicen diversos materiales.
- **Proyectos artísticos** como confección de máscaras, escultura con arcilla, pintura de diferentes tipos, fachadas, collares, pulseras y otros artículos en macramé y en tela.

- **Experimentos:** imanes y cristales, mezclar líquidos, combinar colores, abono orgánico entre otros.
- **Lecturas de libros de personajes maravillosos.** Investigar acontecimientos históricos.
- **Elaborar álbumes** de flores, plantas, animales, monedas.
- **Proyectos** donde el cuerpo se exprese como pasos de baile, obras de teatro, mimos...

Las actividades también pueden practicarse o darles continuidad en la casa y comunidad.

FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

1. Manual operativo para la atención de niñas y niños en las jornadas vespertina y nocturna en CEN-CINAI. San José, Costa Rica: La Dirección, 2020. Ministerio de Salud.

2. Manual Operativo de Atención Integral Infantil en CEN-CINAI: para niñas y niños de los servicios de Atención y Protección Infantil y Promoción del Crecimiento y Desarrollo. / Dirección Nacional de CEN-CINAI. San José, Costa Rica: La Dirección, 2020.

3. Manual para la construcción de ambientes de paz y manejo de situaciones de violencia en CEN-CINAI. UNICEF.

4. Jamigara Judö Jüe. Para vivir los derechos. Casa de la Alegría. Guía de facilitación para la cuidadora. UNICEF – CINAI.

5. Adolescencia una etapa fundamental. Unicef 2002. https://www.unicef.org/pub_adolescence_sp.pdf

6. Higiene limpieza y desinfección de alimentos. Guía de Manejo de alimentos" (Dirección de CEN-CINAI, 2013)

7. Panorama sobre los servicios de desarrollo infantil temprano en América Latina y el Caribe https://publications.iadb.org/es/publications/spanish/document/Panorama-sobre-los-servicios-de-desarrollo-infantil-temprano-en-Am%C3%A9rica-Latina-y-el-Caribe.pdf

8. La atención integral de la primera infancia en América Latina: ejes centrales y los desafíos para el siglo XXI. https://www.oas.org/udse/readytolearn/documentos/7.pdf

2257-6648
www.cen-cinai.go.cr
Direccion Nacional de CEN CINAI
CEN-CINAI

CEN-CINAI
Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral

unicef
para cada infancia