

# LA PACIENCIA



## FICHA TÉCNICA DEL LIBRO

Título: El cerezo

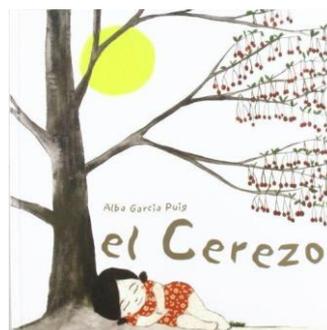
Autora: Alba Garcia-Puig

Editorial: El dodo bobo

Año: 2011

Idioma: castellano

Sinopsis:



*A la pequeña Marina le regalaron un pequeño cerezo,  
pero nadie le explicó cómo debía cuidarlo.  
Impaciente, al ver que no crecía, decidió tratarlo  
de una manera muy especial...*

## GUÍA DIDÁCTICA DE LECTURA

**Tema:** Desarrollo de la paciencia.

### Objetivos

- Trabajar la paciencia con las/os niñas/os, enseñándoles a esperar para conseguir lo que quieren.
- Aprender a relajarse ante las angustias y frustraciones propias.
- Fomentar el desarrollo de la paciencia de su hija/o.

**Edad recomendada:** 3-6 años

## Información

- **¿Por qué las/os niñas/os no entienden que tienen que aprender a esperar?**

Llamamos paciencia a la capacidad de afrontar con serenidad situaciones que provocan decepción, angustia y sufrimiento. Cuando estas situaciones nos agobian e inquietan continuamente, es decir, cuando perdemos la capacidad de actuar con paciencia, podemos correr el riesgo de sufrir ansiedad. A las/os niñas/os les puede pasar lo mismo, pero como en su caso la visión del mundo y de los problemas que tienen es muy diferente, tenemos que enseñarles a comprenderlos.

Debido al ritmo de la sociedad actual, nos hemos acostumbrado a hacer las cosas corriendo y a conseguirlas en el momento que las pedimos. Las nuevas tecnologías nos proporcionan información instantánea, acceso rápido a los restaurantes y tiendas, búsqueda y pedidos por internet, etc. Vuestras/os hijas/os han nacido en una sociedad que se caracteriza por la inmediatez, y si no trabajamos con ellas/os la paciencia con facilidad tendrán dificultades más adelante para manejarse en ciertas situaciones.

Además, al ser un concepto abstracto, las/os menores de 6 años no entienden todavía la noción del tiempo y la viven de manera muy diferente a como lo hacen las personas adultas. Por eso, cuando les explicamos que tienen que esperar un tiempo, sería recomendable utilizar ayudas lingüísticas y objetos que funcionen como referencia temporal, para que, de ese modo, la espera no les parezca eterna.

- **¿Cómo actuar para que las/os niñas/os aprendan a ser pacientes?**

Para que nuestras hijas e hijos puedan desarrollar su paciencia, las madres, padres y educadoras/es debemos actuar de ejemplo, sin tender a la prisa y la impaciencia en nuestras actividades diarias, como al prepararnos para ir al trabajo, al cocinar o, incluso, al comer. Para encauzar adecuadamente estas situaciones con vuestras/os hijas/os, es recomendable dejarles más tiempo para que hagan las cosas por su cuenta y no interrumpirles cuando estén intentando expresarse. Es decir, estar dispuestos a ayudarles, pero sin hacer las cosas por ellas/os, aun sabiendo que vosotras/os las haríais más rápido y mejor.

Por ejemplo, cuando os preparéis para ir a clase, al principio les ayudaréis a ponerse la ropa, pero además de ir retirando la ayuda gradualmente, se aconseja despertarles más temprano y no temer a que se equivoquen o que lo hagan mal, para que tengan más confianza en sí mismos y el tiempo suficiente para hacerlo.

Estos momentos cotidianos son los idóneos para trabajar la autonomía además de la paciencia. Pero también existen otras pautas que se deberían tener en cuenta. Es importante, por ejemplo, no perder la paciencia ante sus quejas, ya que, si cedéis ante las rabietas y protestas contra lo que les habéis mandado hacer, aprenderán a que basta con actuar de ese modo para conseguir lo que quieren. Explicadle bien las tareas y actividades que vais a realizar, ya que, aparte de que mejorará vuestra relación y comunicación, prever sus quehaceres les ayudará a ser más pacientes (siempre y cuando cumpláis con lo que les habéis dicho).

## Antes de leer el libro...

1.- Hablad con vuestra hija/o sobre las rabietas y la falta de paciencia que suele mostrar. A continuación, explicadle que tenéis un nuevo libro para leer juntas/os en el que se cuenta la historia de una niña que se enfrenta a una situación similar. Acordad con vuestra/o hija/o en qué momento lo vais a leer, recordándole las tareas que debe realizar antes del momento de lectura.

Es importante que se sienta apoyada/o, querida/o, animada/o y a gusto, y eso podemos lograrlo demostrándole lo orgullosas/os que estáis por todo lo que ha conseguido hasta el momento. De hecho, nuestras palabras y acciones reflejan lo que pensamos sobre nuestras/os hija/os, que por pequeñas/os que nos parezcan, están continuamente influenciadas/os por lo que les transmitamos y aprenden de ello.

## 2.- Hablemos del libro *El cerezo*

Dejad que vuestra/o hija/o observe y manipule el libro a su antojo. El primer contacto con la lectura se basa en familiarizarse y sentir atracción por lo que va a leer o escuchar, en este caso, viendo, tocando y jugando con el libro. Participa en esta tarea preguntándole sobre las ilustraciones de la portada. Aquí te dejamos algunas de las preguntas que podríais hacerle:

- El libro se titula El cerezo. ¿Qué es un cerezo?
- ¿Qué fruta dan los cerezos?
- Aparte del cerezo, ¿qué más ves en la portada?
- ¿Cómo está (cómo se siente) la niña que está dentro del coche?
- ¿Qué crees que va a pasar en el cuento?

Para responder a las preguntas, además de la portada podéis mirar también las siguientes dos páginas.

## Mientras leéis el libro...

### 1.- Algunas recomendaciones

Debido a que el libro que se trabaja con esta guía está dirigida a niñas/os de entre 3 y 6 años, las preguntas y actividades que os proponemos irán dirigidas también a ese rango de edad. A pesar de ello, debéis tener en cuenta las características y capacidades de vuestra/o hija/o y adaptar el contenido de la guía a las mismas, bien cambiando el vocabulario o bien describiéndolo según su nivel lingüístico; leyendo a su ritmo, teniendo en cuenta que el objetivo es trabajar la paciencia; añadiendo preguntas más personales; etcétera.

### 2.- Página a página

- **Páginas 1-5**

<<La pequeña Marina solía pasar los veranos en un pueblo en la montaña.  
Donde vivían sus abuelos.>>  
<<Aquel verano, su abuelo le regaló un arbolito.>>  
<<Juntos lo plantaron y su abuelo le dijo que ese árbol daría un delicioso fruto de color rojo.  
Pero para poder comérselo, había que esperar y tener paciencia.>>

#### Posibles preguntas:

- ¿Dónde pasa Marina las vacaciones?
- ¿Qué le da el abuelo a Marina? ¿Para qué?
- ¿Cómo es el cerezo que le da el abuelo a Marina?
- ¿Qué hacen con el cerezo? ¿Para qué?

- **Páginas 6-8**

<<Pasaban los días y el cerezo no parecía crecer. Impaciente, Marina pensó que quizá no lo cuidaba como es debido, y por eso empezó a cuidar del árbol de una manera muy especial.>>  
<<Se dio cuenta de que el gato de sus abuelos bebía leche para alimentarse y por eso decidió darle también leche a su árbol. Pero el cerezo no crecía.>>

#### Posibles preguntas:

- ¿Qué decisión toma Marina al ver que, pasados unos días, el cerezo no crece? ¿Cómo crees que conseguirá hacer que el cerezo crezca? ¿Y cuánto tiempo crees que necesitará el cerezo para crecer?

- ¿Qué le da Marina al cerezo? ¿La leche le ha ayudado a crecer?
- ¿Quiénes beben leche para crecer?

- **Páginas 9-10**

<< Se dio cuenta de que peinaban la lana de las ovejas del corral y Marina decidió también peinar las ramas de su árbol. Pero el cerezo no crecía.>>

Posibles preguntas:

- ¿En qué otro método piensa Marina para hacer crecer al cerezo? ¿El árbol ha crecido? ¿Por qué no ha crecido?
- ¿Quién utiliza el peine? ¿Para qué se usa el peine?

Actividad:

Hablad sobre la importancia del peine, explicándole cómo y por qué lo usan tanto los animales como las personas. Después, preguntadle en el momento de utilizar el peine van a crecer ella o su pelo y dejadle utilizar el peine. Para finalizar, tendrá que responder de nuevo a la pregunta mirándose en el espejo.

- **Páginas 11-12**

<< Marina se fijó en que los conejos comían zanahorias para alimentarse y decidió darle zanahorias a su árbol. Pero el cerezo, aun así, no crecía.>>

Posibles preguntas:

- ¿Qué se le ocurre a Marina? ¿Las zanahorias han ayudado al árbol a crecer? ¿Por qué? (Explicadle el proceso del compostaje, concretando en el tiempo que necesitan las zanahorias y otros alimentos para ayudar a los árboles a crecer).
- ¿Qué cosas buenas tiene comer zanahorias?

- **Páginas 13-16**

<<Observó que los pájaros crecían dentro de sus nidos. Y por eso Marina decidió construir uno con ramas y paja para su árbol. Pero el cerezo, aun así, no crecía.>>  
<<Los días pasaban y Marina estaba cada vez más impaciente; medía su árbol todos los días, pero el cerezo no crecía.>>

### Posibles preguntas:

- ¿Qué le pone Marina al cerezo? ¿Por qué? ¿Ha hecho crecer al árbol?
- ¿Qué utiliza Marina para medir el árbol? (Le explicaréis qué es el metro y cómo funciona. Enseñadle el que tengáis en casa, para que lo entienda mejor).
- (Mirad los números de la página 19). Marina ha medido el cerezo todos los días. ¿Ha apuntado el mismo número todos los días de la semana? Entonces, ¿el árbol ha crecido o sigue siendo de la misma altura?

- **Páginas 17-22**

<< El verano se terminó, y Marina, muy triste, tuvo que irse del pueblo; pensaba que aquel cerezo tan pequeño no soportaría el largo y triste invierno que le esperaba.>>  
<<Aquella misma noche, el cerezo oyó a un búho ulular y, para poder escucharlo mejor, su tronco comenzó a crecer.>>  
<<Al cabo de unos días unas mariposas muy juguetonas empezaron a hacerle cosquillas, para poder jugar con ellas sus ramas empezaron a alargarse.>>

### Posibles preguntas:

- ¿Por qué se ha ido Marina de la casa de su abuela y su abuelo? ¿Cómo se siente Marina? ¿De qué tiene miedo? ¿Por qué cree que su cerezo no va a aguantar el invierno?
- ¿Qué escucha el cerezo por la noche?
- ¿Qué parte del árbol ha sido la primera en crecer? ¿Crees que el tronco ha crecido en una sola noche?
- ¿Qué parte del árbol ha crecido con la ayuda de las mariposas?

- **Páginas 23-28**

<<Un día gris de lluvia, el cerezo oyó que unas gotitas se quejaban porque se hacían daño al caer del cielo. Y el cerezo, para evitar que sufrieran desplegó todas las hojas que pudo, y consiguió acariciarlas.>>  
<<Una noche muy oscura, el cerezo oyó que la luna se quejaba de estar tan sola y, para poder hacerle compañía, hizo que en sus ramas brotaran unas preciosas flores blancas que brillando como destellos de luz, desde lejos saludaban a la luna.>>  
<<Una mañana de primavera, unas mariquitas volaban entre las ramas del cerezo jugando al escondite. Y para que las mariquitas pudieran esconderse mejor, el árbol hizo que de sus ramas salieran unas cerezas grandes y rojas.>>

### Posibles preguntas:

- ¿Qué le han salido al cerezo después de las ramas?
- ¿Cómo son las flores que le salen al cerezo?
- ¿Cuándo le salen las cerezas al cerezo? ¿Cómo se llaman los bichitos que están encima del árbol?
- ¿Cuánto tiempo crees que necesita el cerezo para que le crezcan sus ramas, sus hojas, sus flores y sus cerezas?

- **Páginas 29-34**

<<Fueron pasando los días hasta que llegó el verano y Marina volvió al pueblo. Estaba muy impaciente por ver su árbol. Cuando llegó, no podía creer lo que veía; el arbolito se había transformado en un gran cerezo lleno de vida.>>  
<<Contenta, trepó por las ramas del árbol y fue cogiendo cerezas hasta llenar su cesto.>>

### Posibles preguntas:

- Cuando Marina vuelve a la casa de su abuela y su abuelo, ¿cómo está el cerezo que plantó con su abuelo las pasadas vacaciones?
- ¿Qué hace Marina con las cerezas?

- **Páginas 35-38**

<<Aquel mismo día invitó a merendar cerezas a todos sus amigos del pueblo para poder celebrar así que su árbol se había hecho grande y fuerte.>> <<Y así fue como aquel verano Marina comprendió por fin lo que un día su abuelo le había dicho.>>

### Posibles preguntas:

- ¿Para qué invita Marina a sus amigas y amigos a comer cerezas?
- ¿Qué frase dicha por su abuelo recuerda Marina?

## Tras leer el libro...

Debido a que las actividades que os ofrecemos en este apartado son para trabajar la paciencia, se propone que las realicéis con mucho tiempo. Por eso, os recomendamos que deis continuidad a las actividades que empecéis tras leer el libro, empleando en cada una el tiempo que necesite.

1.- Hablaréis del libro que habéis leído: quién es Marina, adónde va de vacaciones, qué ha hecho con su abuelo, la razón de su preocupación, qué ha necesitado el árbol para crecer, etc. Releed el libro todas las veces que queráis, para que entienda bien su vocabulario y su significado.

Si queréis leer otro libro para trabajar la paciencia con vuestra/o hija/o, os recomendamos diferentes títulos en el último apartado de esta guía. Además de leer libros, recordad que les podéis contar cuentos interactivos afines sus intereses; es decir, historias en las que pueda participar oral y motrizmente como si fuera la/el protagonista. Para contarlos, dejad que elija los personajes y el lugar en el que transcurrirá la historia. A continuación, a medida que la contáis, podéis ir inventando diferentes situaciones en las que enfrentarse a retos que obliguen a seguir ciertos pasos o a esperar los turnos, para que vuestra/o hija/o vaya superándolos.

## 2.- Actividad relacionada con el contenido de las páginas 1-6

Sembrad una planta entre todas/os; por ejemplo, una legumbre. Trabajaréis la responsabilidad y la paciencia que necesita el cuidado de las plantas mientras aprende su proceso de crecimiento. En caso de no tener opción de obtener el material y las herramientas necesarias, podéis sembrarla en un bote de yogur con algodones, teniendo en cuenta que tendréis que plantarla en una maceta con tierra o en el huerto cuando crezca.

Mientras realizáis la actividad, nombrad los elementos que necesitan las plantas para poder crecer y explicadle cómo le ayudaréis a crecer. Le haréis saber que la planta necesitará tiempo para crecer, al igual que en el libro, y que tendréis que mirar cada día cómo está y proporcionarle todo lo que necesite para crecer.

### 3.- Actividad relacionada con el contenido de las páginas 11-12

Haréis compostaje en casa para ayudar a crecer a la planta que habéis sembrado. Comenzad recogiendo todos los residuos orgánicos que generéis en casa (la piel de las frutas y verduras, semillas, papel, restos de café...) y metiéndolos en una caja de plástico con agujeros en la base. Recordad que, si introducís alimentos mojados o que desprendan líquido, es recomendable colocar un plato o recipiente bajo la caja y limpiarlo de vez en cuando para evitar malos olores y la aparición de insectos o gusanos. Os recomendamos dejar la caja de compostaje en un lugar fresco, en el balcón, terraza o jardín.

A los seis meses, los alimentos y otros residuos introducidos en ella se degradarán y el sustrato extraído de ella estará listo para cultivar. Tened en cuenta que a medida que vayáis introduciendo los alimentos sobrantes, lo introducido al principio quedará en la parte inferior de la caja y será lo que se convertirá primero en compostaje. Para poder coger esta capa de compost, es recomendable que la caja de plástico tenga una puerta en su parte inferior.

### 4.- Actividad relacionada con el contenido de las páginas 13-16

Coged un metro, medid a vuestra/o hija/o y apuntad su medida en un cuaderno. Haced lo mismo cada semana, para que vea si ha crecido y cuánto. Tened en cuenta la edad de vuestra/o hija/o para hacerlo de manera en la que pueda ver y entender por su cuenta cuánto ha crecido. Si aún no controla el orden numérico, os recomendamos hacer rayas en el propio metro o en alguna pared de casa.

## Otras actividades:

### 1.- Actividades del día a día

Si dejáis en sus manos pequeñas tareas que realizáis en el día a día, además de trabajar la autonomía, empezará a aprender que hay que esforzarse o esperar para conseguir lo que quiere. En función de su edad, le daréis diferentes responsabilidades (hacer la cama, vestirse, poner la mesa, cocinar con vosotros...), siempre con la condición de que tiene que terminar las tareas para conseguir lo que quiere.

### 2.- Dibujos

Haciendo dibujos guiados (con números, por ejemplo) podéis trabajar la paciencia con vuestra/o hija/o. Dejadle elegir el material para realizarlos y explicadle que, tiene que esforzarse en terminar uno a uno cada dibujo y hacerlo bien, antes de pasar a la siguiente actividad.

Al principio le daréis dibujos más pequeños, que no supongan demasiado esfuerzo. En la medida en que vaya desarrollando las capacidades motrices y de mantener la paciencia, iréis aumentando progresivamente el nivel de dificultad de los dibujos, para que deba dedicar más atención y tiempo a su realización.

Tened en cuenta que, según la edad que tenga, quizás aún no habrá desarrollado completamente la motricidad fina, en cuyo caso tendréis que ofrecerle dibujos compuestos de partes grandes. Además, recordad que existe un amplio material de dibujo apto para niñas/os (pinturas, rotuladores, ceras, tizas, témperas, pinceles...) y que podéis ejercitar la paciencia utilizando todos ellos, incluso pintando con los dedos.

### 3.- Retos

En los momentos de juego, le propondréis construcciones y puzzles. Es recomendable plantearle retos guiados con los que trabajar, de forma escalonada, la paciencia, la espera de los turnos y la autonomía.

## 4.- Mindfulness

Algunas de las posibilidades que nos proporcionan las actividades de mindfulness y relajación son: aprender a mantener la atención, desarrollar la capacidad de regular las emociones, aumentar la capacidad de tomar decisiones y el nivel de resiliencia, además de aprender a tener paciencia. Se recomienda realizar alguna actividad de este tipo todos los días, en un tiempo más largo o corto en función de la necesidad. Aquí os dejamos una lista de actividades que podéis probar.

- Pasar de la tranquilidad al nerviosismo y viceversa, para darse cuenta de los cambios que tiene su cuerpo. Para empezar, le pediréis que se siente y se fije en su respiración y su latido. Luego le pediréis que haga cualquier movimiento que tenga como objetivo mover el cuerpo en un corto espacio de tiempo, como saltar o correr. A continuación, mandadle parar, sentarse y fijarse en los cambios que ha tenido su cuerpo (respiración, corazón...).
- Realizar actividades para aprender a respirar (por ejemplo, soplando, dar vueltas a las aspas de un molino de viento de papel; mover el agua o bolas de hilo). De hecho, es importante aprender a coger aire tranquilamente por la nariz, mantenerlo y expulsarlo por la boca. Que mientras lo hace preste atención a su movimiento respiratorio y corporal.
- Dar paseos por la naturaleza, analizando lo que hay a vuestro alrededor.
- Mover una pequeña botella llena de agua y purpurina. Cuando se mezclen los dos elementos, no se podrá ver del todo lo que hay al otro lado, tendrá que esperar y, cuando la purpurina se asiente en la parte inferior, notará que el agua está limpia y que se ve bien a través de ella. Le explicará que en su mente ocurre lo mismo, destacando la importancia de la relajación para poder aclarar sus ideas y actuar con paciencia y sensatez.

## OTROS LIBROS PARA TRABAJAR EL TEMA:



- ¡Estoy impaciente! (Aurélie Chien Chow Chine). Bruño, 2022
- Itxaron apur bat (Alice Le Hénand). Ibaizabal, 2020
- La oruga impaciente (Ross Burach). La Lata de sal, 2019
- ¡Ya vamos! (Marta Cunill). Mamut Wistiti, 2018
- Espera, Miyuki (Roxane Marie Galliez). Juventud, 2016
- El oso pardo y la paciencia (José Morán). Susaeta, 2012



\*Todos los libros están disponibles en la Red de Lectura Pública de Euskadi.