FORTALECIENDO QUIÉN SOY Y CÓMO ME SIENTO

Ideas para promover la RESILIENCIA en niños preescolares desde la escuela y el hogar

Wanda I. Figueroa-Fuentes

Con la colaboración de Cándida R. Barrios-Torres, Arelisse Arroyo, Francisca Ortiz-Santiago & Delia M. Reyes-López Módulo: Fortaleciendo quién soy y cómo me siento: Ideas para promover la RESILIENCIA en niños preescolares desde la escuela y el hogar

Autora

Wanda I. Figueroa-Fuentes, Ph.D.
Catedrática Asociada
Universidad de Puerto Rico
Recinto de Río Piedras

Colaboradoras

Cándida R. Barrios-Torres, M.Ed. Arelisse Arroyo, M.Ed. Francisca Ortiz-Santiago, M.Ed. Delia M. Reyes-López, M.Pch.

Preparado en febrero de 2018. San Juan, Puerto Rico

Disponible en Internet http://cie.uprrp.edu/resiliencia/

Tabla de contenido

1.	Introducción	5
2.	¿Qué es resiliencia?	6
3.	Descripción del contenido	6
4.	Apego	9
	Cuento: Adivina cuánto te quiero	9
	Actividad 1: Te quiero de aquí hasta	10
	Actividad 2: Adivina cuánto quiero a	12
	Actividad 3: Silueta de amor	14
	Actividad 4: Cintas de cariño de aquí a la Luna	16
	Actividad 5: ¡Te amo aun cuando estoy muy cansada/o!	18
	Actividad 6: Lunas por doquier	20
	Cuento: Matías pierde su lápiz	22
	Actividad 1: ¿Me puedes ayudar?	23
	Actividad 2: ¡Vamos a buscar!	25
	Actividad 3: ¡Buscando un objeto valioso!	27
	Actividad 4: Gracias mi amigo	29
	Actividad 5: Espalda contenta y espalda triste	31
	Actividad 6: El pequeño lápiz trabajador	33
5.	Autoestima	36
	Cuento: Por cuatro esquinitas de nada	36
	Actividad 1: ¡Eres parte de nosotros!	37
	Actividad 2: Un problema, muchas soluciones	40
	Actividad 3: Todo es posible	42
	Actividad 4: Hay que buscarle la vuelta	44

	Actividad 5: Con ayuda de mi amigo puedo	
	convertirme en puerta	46
	Cuento: Érase una vez un nido	48
	Actividad 1: Las cosas que sé hacer	49
	Actividad 2: ¡Mira todo lo que sé hacer!	51
	Actividad 3: La cinta que une nuestras familias	53
	Actividad 4: Así yo crecí, volemos hasta alcanzar las nubes	55
	Actividad 5: ¡Chiquita, bonita y rapidita!	57
6.	Reconocer y manejar las emociones	60
	Cuento: El erizo	60
	Actividad 1: El árbol de las soluciones	61
	Actividad 2: Imita al líder	63
	Actividad 3: Buscando una solución	65
	Actividad 4: ¡Hagamos una obra de teatro!	67
	Actividad 5: Querer es poder	68
	Actividad 6: Aprendo rapidito	70
	Cuento: Una estrella para mamá	72
	Actividad 1: ¡Hacia una estrella!	73
	Actividad 2: Una estrella para alguien especial	75
	Actividad 3: ¡Yo soy la mejor estrella!	77
	Actividad 4: Manos y corazón a la obra	79
	Actividad 5: ¡Soy la estrella de mamá!	80
7.	Referencias	.82

Introducción

Esta publicación surge de la inquietud de aportar ideas que fortalezcan el "ser" integral de la niñez a través de actividades sencillas, las cuales surgen de la lectura y discusión de seis piezas de literatura infantil cuidadosamente seleccionadas para promover la resiliencia. Esperamos que estas actividades fortalezcan, en los niños y sus familias, los conceptos de **apego, autoestima, reconocimiento y manejo de las emociones**. Estos conceptos son eje para desarrollar un sentido de seguridad, amor, pertenencia, confianza, apreciación positiva de sí, respeto, perseverancia y control.

Es nuestro interés aportar al proceso transformativo, de manera que los educadores y las familias sean el eje impulsor en el desarrollo de herramientas que asistan a los niños a desarrollar seguridad en sí mismos, reconocer las cualidades que poseen y su potencial para resolver problemas, manejar y superar situaciones difíciles en la vida, y establecer relaciones positivas con otros. Estas características son importantes en el desarrollo integral de cada individuo y de una sociedad más justa y equitativa.

Es necesario e imperativo que las escuelas dirijan sus esfuerzos hacia el desarrollo integral de la niñez. Esto implica modificar la visión actual, de un enfoque en matemáticas, ciencias, geografía, lectura, escritura e idiomas, entre otras materias, hacia un enfoque del "todo". Ese "todo" se refiere al individuo, sus limitaciones, intereses y potencial para crecer. El todo se complementa cuando incorporamos el aspecto social, cultural y emocional, así como los diversos contextos y personas que inciden en el desarrollo de los niños.

El desarrollo de las destrezas académicas está altamente influenciado y comprometido por el desarrollo adecuado de las necesidades básicas del ser humano. Entre estas, podemos destacar la alimentación adecuada, el albergue y la seguridad. Hay que destacar que el desarrollo humano no comienza y termina a cierta edad, sino que es un proceso de vida. Por tanto, es compromiso de todos velar por que los niños, las familias y las comunidades desarrollen las destrezas necesarias para que, poco a poco, logren tener entornos seguros, sustentables y

en armonía con su identidad cultural, sueños y metas futuras. Por tanto, debemos establecer alianzas entre la escuela y la familia para facilitar oportunidades que aporten a la construcción de las fortalezas en los niños, las familias y la comunidad en general (Nefertiti & Cairone, 2011).

¿Qué es la resiliencia?

La resiliencia se define como el conjunto de características inherentes y aprendidas que la persona utiliza para enfrentar los retos del diario vivir, así como para adaptarse y recuperarse de la adversidad (Brooks & Goldstein, 2001). Ser resiliente no es una característica con la que nacemos. Sin embargo, se ha encontrado que algunos rasgos de la personalidad (por ejemplo: ser sociable o poseer un temperamento afable) tienen tendencias genéticas que, al entrelazarlas con factores del medio ambiente (como estilos de crianza, desarrollo de apego seguro, recursos disponibles) aportan a que la persona vaya desarrollando características y actitudes (fortalezas internas) que le ayuden a superar experiencias difíciles (Kim-Cohen, Moffitt, Caspi & Taylor, 2004; Horning & Gordon Rouse, 2002).

Ser resiliente es como llevar un equipaje con diversas herramientas. La persona determina cuál utilizar de acuerdo a las experiencias vividas, las circunstancias que enfrenta y las fortalezas que posea. La utilidad de este equipaje se modifica, valida y fortalece cuando la persona enfrenta retos complejos, pero también diariamente, a medida que encuentra vías alternas o medios para adaptarse a su cotidianidad. Por ejemplo, estas herramientas o fortalezas internas capacitan a los niños para manejar situaciones difíciles del día a día, tales como: frustración por no saber cómo realizar una tarea, dificultad para entablar amistades, confusión por no saber qué hacer, identificar y negociar alternativas. Tanto el ambiente familiar como el escolar son muy importantes en el desarrollo de estas fortalezas en la niñez (Amatea, Smith-Adcock & Villares, 2006).

Descripción del contenido

Utilizamos la literatura infantil y actividades de juego como eje conductor para el desarrollo de herramientas que viabilicen el desarrollo de relaciones significativas con otros, una percepción positiva de sí mismo, y el reconocimiento y manejo de sus emociones de forma adaptable. Esperamos que los niños exploren, integren y puedan aplicar estos conceptos básicos al enfrentar situaciones difíciles en su diario vivir.

La literatura y las actividades diseñadas van dirigidas a promover los siguientes conceptos eje en el desarrollo de la resiliencia: el apego, la autoestima, y el reconocimiento y manejo de las emociones. Esta literatura se clasifica en un nivel de complejidad básico. Asimismo, sirve de enlace inicial para promover la resiliencia en los niños, lo cual se alcanza mediante la guía sensible de educadores y familiares comprometidos con el bienestar de la niñez.

Se incluye un total de 33 actividades, cada una de las cuales contiene las siguientes secciones: Título, Objetivos, Materiales, Procedimiento, e Ideas para jugar en casa. Esta última, específicamente, incluye actividades sencillas que la familia puede realizar para fortalecer las relaciones positivas con sus niños, el apego, la seguridad, y el reconocimiento de sus emociones y las de otros. De esta forma se fortalecen los conceptos discutidos y trabajados en la escuela y el hogar.

A continuación, se desglosa las piezas literarias por conceptos.

APEGO

- 1. Adivina cuánto te quiero. Autor: Sam McBratney. Destaca la importancia de establecer relaciones positiva con personas significativas y el amor incondicional que se expresa y demuestra entre las personas que se aman.
- 2. *Matías pierde su lápiz*. Autora e ilustradora: Rocío Martínez. Incorpora el concepto de la amistad como eje para mantener relaciones positivas con otros, la perseverancia y el aprecio de los amigos.

AUTOESTIMA

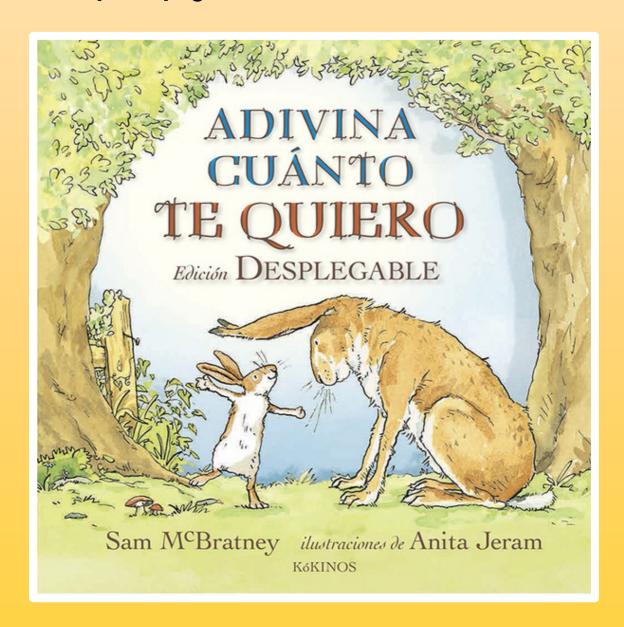
- 1. *Por cuatro esquinitas de nada*. Autor e Ilustrador: Jerome Ruillier. Destaca la solidaridad de un grupo de amigos y exhorta a "no rendirse" y buscar alternativas a los problemas.
- 2. Érase una vez un nido. Autor: Jonathan Emmett. Incorpora la apreciación de la diversidad de habilidades, perseverancia, aceptación y valora las cualidades únicas en cada ser.

RECONOCER Y MANEJAR LAS EMOCIONES

- 1. *El erizo.* Autor e Ilustrador: Gustavo Roldán. Presenta la importancia de pedir ayuda a otros cuando la necesitamos, trazarse metas, dialogar como herramienta para resolver los problemas, buscar alternativas.
- 2. *Una estrella para mamá*. Autora: Elaine Vélez Esteve. Expone conceptos sobre el apego y el amor hacia un ser querido, la importancia de buscar alternativas a las situaciones, perseverancia y determinación.

apego

Concepto: Apego



Adivina cuánto te quiero

Autor: Sam McBratney
Ilustradora: Anita Jeram

Resumen: A veces, cuando queremos mucho a alguien, intentamos encontrar el modo de describir el "tamaño" de nuestros sentimientos; sin embargo, el amor no es fácil de medir. A través de esta simpática y tierna historia, liebre grande y liebre pequeña nos demuestran que el **amor** es más grande que todo lo que podamos abarcar con los brazos, más alto de cuanto podamos saltar y más inmenso que ir y volver de la Luna.

Actividad 1:

Te quiero de aquí hasta...

Objetivos

Promover:

- Relación cercana con las personas que cuidan al niño o algún otro adulto.
- Percepción positiva de sí mismo.
- Motivación para interactuar con otros.
- Buen sentido del humor.

Materiales

- papel para dibujar
- lápices de colores, creyones o marcadores

Procedimiento

- Luego de la lectura inicial del cuento, léelo nuevamente y anima a los niños a realizar los diferentes movimientos que realizan las liebres:
 - 1. Extender los brazos hacia los lados.
 - 2. Extender los brazos hacia arriba.
 - 3. Pararse de puntillas.
 - 4. Simular que alzan la liebre pequeña al aire y dar una vuelta.
 - 5. Brincar arriba y abajo (como las liebres).
 - 6. Señalar a lo lejos.
 - 7. Simular que sostienen la liebre pequeña en sus brazos, darle un beso y acostarla en el suelo.

Utilice cinta métrica, reglas, bloques, cinta adhesiva para medir la extensión de los brazos, piernas, altura, saltos de los niños.

 Invite a los niños a pensar en alguien de su familia a quien quieran mucho y en un lugar muy lejos. El educador escribe en la parte superior del papel la frase: "Yo quiero a _____ (mamá, papá, abuelo/a, etc.) de aquí hasta..." Los niños completarán la frase con el nombre de la persona amada y dibujarán el lugar en el que pensaron (hasta donde llega su amor).

- Necesita: un pedazo de papel o cartulina; además, pega o cinta adhesiva. Recorte el papel en forma de corazón.
- Inicie un diálogo con su niño o niña y exprésele cuánto lo ama. Puede comenzar la conversación recordando la alegría que usted y la familia sintieron cuando nació, y las experiencias alegres que han vivido a través de los años.
- Pregúntele: "¿Puedes pensar en alguien a quien tú amas mucho?" Luego, responda usted la misma pregunta.
- Explíquele que el amor es un sentimiento que podemos experimentar, expresar y demostrar.
- Invite al niño a buscar juntos fotografías de personas cercanas e importantes (familiares, amigos, mascotas). Motívelo a seleccionar algunas personas o mascotas a las que quiera mucho y a colocar sus fotos en la plantilla de corazón.
- Otras ideas: Identifique, con su niño o niña, fotos del embarazo y como fue creciendo, desde el nacimiento y hasta el presente. Invítelo a pegarlas en la plantilla del corazón. Luego coloque, en otra plantilla de corazón, la foto de la persona que él haya escogido y péguela en un lugar donde se destaque la relación de amor entre ambos corazones.

Actividad 2:

Adivina cuánto quiero a...

Objetivos

Promover:

- Relación cercana con las personas que cuidan al niño o algún otro adulto.
- Percepción positiva de sí mismo.
- Motivación para interactuar con otros.
- Buen sentido del humor.

Materiales

- cartulina o papel de estraza
- fotografías de personas especiales para el niño
- lápices de colores, creyones, marcadores, tiza de colores, entre otros
- · cinta adhesiva

- Solicite con anticipación a los niños y sus familias que busquen una fotografía de alguna persona cercana, que cada niño quiera mucho, para compartirla en el salón.
- Inicie un diálogo con los niños sobre el amor hacia las personas que componen nuestra familia. Algunas ideas para dirigir la discusión son:
 - 1. ¿Qué es el amor para ti?
 - 2. ¿A qué personas de tu familia quieres mucho? ¿Por qué?
 - 3. ¿Qué haces para demostrar a esas personas que las quieres?
- Da oportunidad a que cada niño comparta con el grupo la foto de una persona que quiere mucho. Algunas ideas para facilitar la comunicación son:
 - 1. ¿Quién es esa persona?
 - 2. ¿Cómo se llama?
 - 3. ¿Por qué tú la quieres mucho?
 - 4. ¿Qué haces para demostrarle que la quieres?
 - 5. ¿Qué es lo más que te gusta hacer cuando estas con esa persona?
- Corte plantillas en forma de corazón hechas con el papel de estraza o cartulina de forma que cada niño tenga una.
- Invite a los niños a pegar la foto sobre la plantilla de corazón.

- Motive a los niños a escribir el nombre de la persona que aparece en la foto y un mensaje de cariño. Asista al niño en el proceso de escritura.
- Decore el papel o cartulina con los materiales provistos.
- Cree un "Rinconcito de las personas que quiero mucho" en un lugar en el salón para que todos lo puedan apreciar.

- Inicie un diálogo con su niño o niña sobre el amor hacia las personas especiales en nuestra vida. Algunas ideas para iniciar la conversación son:
 - 1. ¿A qué persona quieres mucho?
 - 2. ¿Por qué esa persona es especial para ti?
 - 3. ¿Qué haces para demostrarle que la quieres?
- Junto a su niño, piense en algún obsequio que puedan hacer para demostrarle a esa persona lo mucho que la quieren. Algunas ideas fáciles y accesibles son:
 - 1. Una llamada telefónica.
 - 2. Escribir una carta.
 - 3. Enviar una postal electrónica.
 - 4. Crear una postal con materiales disponibles en el hogar.
 - 5. Hacer un dibujo.
 - 6. Confeccionar algún alimento (bizcocho, galletas, etc.)

Actividad 3:

Silueta de amor

Objetivos

Promover:

- Relación de empatía al compartir con pares y adultos.
- Confianza en sí mismo al sentirse capaz de realizar la actividad.
- Identidad y seguridad al sentir apoyo de sus pares y adultos.
- Apego seguro con pares y adultos.

Materiales

- papel de periódico (hojas unidas por los extremos con cinta adhesiva) o de estraza
- témpera, marcadores
- tijera
- cinta adhesiva
- pinceles

- Recorte papeles de estraza o periódico del tamaño aproximado de cada niño y niña.
- Coloque el papel en el suelo.
- Motive a los niños a que se acuesten en el suelo, sobre el papel.
- Trace la silueta de cada niño en el papel correspondiente.
- Invite a los niños a que tracen la silueta de un adulto. Asegúrese que todos participen de este trazado. Unos pueden trazar la cabeza, otros los brazos, las piernas hasta completar la silueta.
- Recorten cada una de las siluetas.
- Invite a los niños a que pinten sus siluetas con témpera del color que deseen, utilizando sus manos. Exhórtelos a integrar partes básicas del cuerpo, como ojos, nariz, boca, orejas, corazón, etc.
- Luego que todas las siluetas estén pintadas y secas, únalas con cinta adhesiva, por las manos.
- Escoja un lugar donde pegar o colgar las siluetas de los niños y niñas, de forma que queden a su alcance.

- Cada mañana, el adulto le preguntará a los niños: "¿Cuánto me quieres?" Los niños escribirán su respuesta utilizando puntos, trazos, garabatos, palabras, frases u oraciones (ya sean gestos, sonidos o palabras).
- De igual forma, el adulto responderá a cada niño cuánto lo quiere y lo escribirá en la silueta del niño.

- Escoja un lugar de la casa donde deseen colocar el "mural del amor."
- Coloque un pedazo de papel de estraza en dicho espacio.
- Tracen la silueta de los miembros de la familia en ese espacio.
- Recorte las siluetas y decórenlas como deseen.
- Con cinta adhesiva, una las siluetas por las manos y luego colóquelas en el espacio determinado previamente.
- Exhorte a los miembros de la familia a que, todos los días, escriban, en la silueta, una palabra o frase que destaque su amor por quien representa.

Actividad 4:

Cintas de cariño de aquí a la Luna

Objetivos

Promover:

- Valorarse a sí mismo y a los demás.
- Empatía al trabajar en equipo.
- Vínculos de apego entre los miembros de la familia.
- Estabilidad emocional al entender que hay alguien que escucha y brinda apoyo.

Materiales

- cintas de dos pulgadas de ancho y dos yardas de largo (pueden ser hechas con papel)
- cartón, papel de estraza o cartulina
- tijera
- pegamento blanco
- crema de bebé
- témpera
- cordón
- pincel

- Recorte el cartón, papel o cartulina en forma circular (más o menos del diámetro de un neumático de automóvil).
- Corte un pedazo de cinta para cada infante.
- Haga referencia al cuento y pregunte a los niños, "¿Cuánto quería la liebre grande a la liebre pequeña? De aquí a la ____ (luna)". Muestre el círculo de cartón y comente: "Vamos a imaginarnos que esta es la luna del cuento."
- Invite a los niños a escoger los colores que deseen para pintar la Luna. Añada, a la superficie, crema y pegamento blanco. Esto cambia la sensación de la pintura y cómo la misma se adhiere a la superficie.
- Una vez pintada la luna retírela a un lugar donde pueda secarse.
- Muestre las cintas y exhorte a cada niño y niña a coger una. Modele y exhorte a los niños a medir cuánto quieren a sus pares y su maestra con la medida de su cinta.

- Invite a los niños a pintar sus cintas del color que deseen. Colóqueles el nombre del niño a cada una de las cintas en una esquina pequeña. Deje secar.
- Pida a los niños que todos se abracen con mucho cuidado. Mida el abrazo, pasando alrededor de ellos una cinta.
- Compare el largo de la cinta del abrazo grupal con las cintas individuales y pregunte: "¿Cuál de las cintas es más grande? ¡Cuando todos estamos juntos, es más grande el amor!"
- Invite a los niños a pegar su cinta alrededor de la Luna (por la parte pintada).
- Para exhibir la pieza, haga cuatro perforaciones en el círculo de la Luna.
 Atraviésela con un cordón, de modo que la parte que los niños pintaron quede hacia abajo. Esto permitirá colgarla del techo con cinta adhesiva.

- Para la actividad "Luna amorosa", necesitas un plato de cartón, revistas, fotografía familiar, cinta adhesiva, tijera, pega, hilo.
- Invite a su niño o niña a buscar en las revistas imágenes en las cuales personas se demuestren amor.
- Permita que recorte las imágenes de la revista (recuerde, ¡es un proceso creativo!).
- Peguen las imágenes de la revista en el plato de cartón, a manera de un collage. Promueva que su niño pegue la fotografía familiar en el espacio que desee en el collage.
- Inicie un diálogo sobre cuánto se quieren. Algunas ideas son: "¿Cómo se ven las personas cuando se dan amor?" "¿Se ven felices, tristes, enojadas?" Dígale cómo usted se siente cuando lo mira, lo abraza y lo acaricia. Puede añadir un espejo para que el niño pueda observarse cuando demuestra diferentes expresiones: amor, alegría, enojo, tristeza, asombro, entre otras.
- Pregúntele dónde desea colocar su obra de arte, que se llama la "Luna amorosa."

Actividad 5:

¡Te amo aun cuando estoy muy cansada/o!

Objetivos

Promover:

- Concentración y relajación.
- Amor hacia otros.
- Balance físico y autocontrol.
- Amor por la familia.

Materiales

- "mat" de ejercicios
- música suave

- Coloca los "mats" en el suelo para formar un círculo.
- Alterna la ubicación de los niños y niñas de acuerdo a su estatura (pareja de uno alto y uno bajo).
- Invita a los niños a dramatizar el cuento. Quien represente a la liebre grande debe ser más alto; quien represente a la liebre pequeña debe ser más bajo.
- Inicia la dramatización con las siguientes directrices:
 - 1. Pararse con los pies un poco separados y firmes en el suelo.
 - 2. Mantener el torso (columna vertebral) y el cuello rectos.
 - 3. Dejar caer las manos a los lados y mantener los hombros relajados.
 - 4. Respirar suavemente y profundamente por la nariz.
- Cuando la liebre grande diga: "es hora de dormir", la liebre pequeña responderá: "¿Adivina cuánto te quiero?" Después, la liebre grande responderá: "¡No tengo idea!" Luego, la liebre pequeña responderá: "¡Así!"
- Primer movimiento de la liebre pequeña y la grande:
 - 1. Pararse con los pies separados y firmes en el suelo.
 - 2. Mantener el torso (columna vertebral) y el cuello rectos.
 - 3. Inhalar.
 - 4. Mantener las manos a los lados, estiradas y con los dedos abiertos (separados).
 - 5. Exhalar.

- Segundo movimiento de la liebre pequeña y la liebre grande:
 - 1. Pararse con los pies juntos y firmes en el suelo.
 - 2. Mantener el torso (columna vertebral) y el cuello rectos.
 - 3. Inhalar.
 - 4. Estirar los brazos hacia arriba, paralelos a las orejas, con los dedos igualmente estirados.
 - 5. Exhalar.
- Tercer movimiento de la liebre pequeña y la liebre grande:
 - 1. En cuclillas, con los talones cerca uno del otro y ligeramente elevados del piso.
 - 2. Colocar las puntas de los dedos sobre el suelo, frente a los pies.
 - 3. Inhalar y estirar las piernas; llevar la cabeza a las rodillas. Mantener los dedos sobre el piso.
 - 4. Exhalar y volver a ponerse en cuclillas.
- Cuarto movimiento de la liebre pequeña y la liebre grande:
 - 1. Mientras permanecen acostados, levantar las piernas todo lo posible.
 - 2. Mientras inhalan, sostener las piernas arriba.
 - 3. Mientras exhalan, bajar las piernas.
- Quinto movimiento de la liebre pequeña y la liebre grande:
 - 1. En cuclillas, tomarse de las manos, uno frente al otro.
 - 2. Separar las piernas al nivel de los hombros.
 - 3. Mientras inhalan, ponerse de pie.
 - 4. Mientras exhalan, bajar hasta tener los pies planos en el suelo.
 - * Puede incluir, para esta actividad: 1) el uso de cremas para masaje de brazos y piernas antes de comenzar los movimientos. 2) el uso de aceites aromáticos para promover un ambiente tranquilo durante la actividad.

- El adulto se sienta en los tobillos, y baja la cabeza hasta el suelo. Invite a su niño o niña a saltar por encima de usted, como la liebre. Pueden alternarse para saltar.
- Los miembros de la familia pueden formar una hilera de saltos de diferente extensión. ¡El salto indica cuánto te quiero!

Actividad 6:

Lunas por doquier

Objetivos

Promover:

- Valorarse a sí mismo y a los demás.
- Empatía al trabajar en equipo.
- Vínculos de apego entre los miembros del salón.
- Estabilidad emocional al entender que hay alguien que lo apoya.

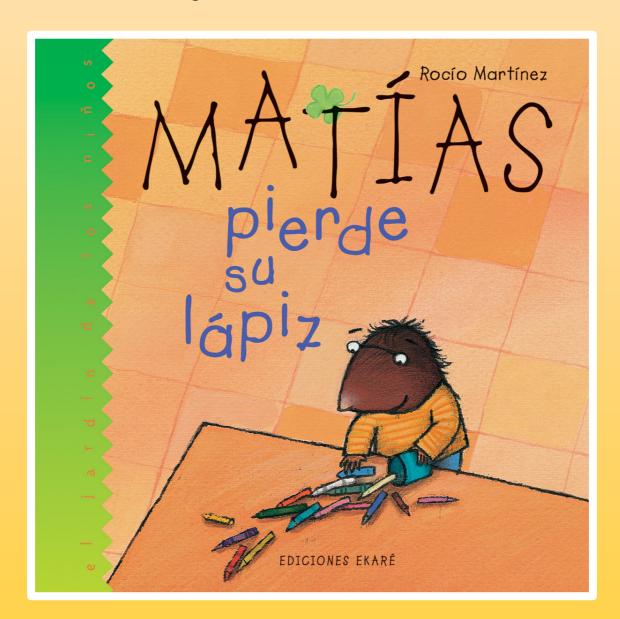
Materiales

- "hula hula" ("hula hoops"), aros de plástico o cintas
- hilo o cinta adhesiva para formar círculos en el suelo
- música alegre

- Coloque los "hula hoops" (cuatro o cinco de ellos) o forme círculos en el suelo con los materiales descritos (hilo, cinta, cinta adhesiva), en un espacio amplio en el salón o en el exterior.
- Invite a los niños a saltar o caminar de un circulo a otro mientras escuchan la música. Cuando se detenga la música, cada niño debe estar en alguno de los círculos (nadie se debe quedar fuera).
- Invite a los niños que quedaron en cada círculo a que se den un abrazo grupal.
- Luego, elimine uno de los círculos y continúe con la música. Al detener la música nuevamente, todos los niños deben acomodarse en los círculos disponibles (nadie debe quedar fuera). Invite a los niños que están en cada círculo a darse otro abrazo grupal.
- Continúe la actividad hasta que queden uno o dos círculos.
- Al final, converse con los niños sobre la importancia de que, aunque estemos apretados y se nos haga difícil, todos somos importantes y necesitamos mantenernos unidos.

- Converse con su niño sobre las diversas maneras en las que usted y otros miembros de su familia le demuestran que lo aman. Por ejemplo, cuando le dice que lo quiere mucho, cuando lo acompaña a su cama y le lee un cuento antes de dormir, cuando le prepara su alimento favorito, cuando lo lleva a un lugar que desea, cuando comparte algo que a ambos les gusta (un helado, una canción o una película favorita, un abrigo o manta para protegerse del frío).
- Pregúntele qué cosas quisiera hacer con diferentes miembros de la familia para mostrarle que los ama. Pueden generar una lista de ideas con el nombre de la persona y la acción. Algunas ideas son: dar abrazos y besos, ayudar en alguna tarea en el hogar, etc.

Concepto: Apego



Matías pierde su lápiz

Autora e ilustradora: Rocío Martínez

Resumen: El cuento trata de un topo llamado Matías que pierde su lápiz preferido. Junto a sus amiguitos, Matías comienza a buscar el lápiz perdido, evento que refleja el valor de la **amistad**, el sentido de **empatía**, **altruismo** y **perseverancia** entre los personajes. En la búsqueda, cada uno recuerda las historias agradables que han tenido con Matías y su lápiz. Cuando finalmente encuentran el lápiz, les entristece ver cuán pequeño está y que no lo podrán usar más. Sin embargo, les confortará saber que aún siendo un lápiz pequeño guarda muchas historias.

Actividad 1:

¿Me puedes ayudar?

Objetivos

- Adaptarse a situaciones nuevas.
- Resolver problemas y tomar decisiones.
- Buscar ayuda y cuidado en forma apropiada.
- Establecer relaciones interpersonales efectivas.
- Mostrar empatía y solidaridad.

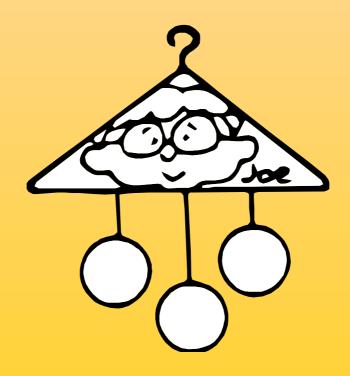
Materiales

- bandas para la cabeza hechas de cartulina o papel
- ilustración en papel de la cara de cada personaje del cuento
- diversos materiales de arte: lápices de colores, creyones o marcadores, témperas, pinceles, tijeras, pega

- Invite a los niños a escuchar y participar en la lectura del cuento. Algunas preguntas guía para dirigir la discusión pueden ser:
 - 1. ¿Cuál era el problema de Matías?
 - 2. ¿Qué hizo Matías para resolver su problema?
 - 3. ¿Cómo sus amigos lo ayudaron?
 - 4. ¿Qué debemos hacer si, al igual que Matías, necesitamos ayuda de alguien?
 - 5. ¿A quien tú le pedirías ayuda? ¿Por qué?
- Motive a los niños a que confeccionen su banda para la cabeza con el personaje del cuento de su predilección.
- Estimule a que los niños imaginen dos situaciones (que se trabajarán durante la semana) en las que ellos se puedan ayudar. Algunos ejemplos son: perder un objeto que tiene un sentimiento valioso; para hacer algo que ha intentado muchas veces y no ha podido lograr.
- Invite a los niños a escoger un personaje del cuento (personificado por otro niño) para que le ayude a: buscar y encontrar el objeto perdido; hacer lo que no podía hacer solo o sola.
- Algunas preguntas guía al final de la semana pueden ser:

- 1. ¿Qué podemos hacer si tenemos un problema que no podemos resolver solos?
- 2. ¿Cómo te sientes cuando otra persona (mamá, papá, maestra, amigos, abuelos) te ayuda?
- 3. ¿Cómo te sientes cuando ayudas a otros?
- 4. ¿Cómo podemos ayudar a nuestros amigos cuando tienen un problema?

- Hacer un móvil. Materiales necesarios: gancho para ropa, hilo o cinta, papel, cartulina o papel de construcción, lápiz, creyones, marcadores o lápices de colores, tijera, pega, cinta adhesiva.
- Motive al niño o niña a realizar un dibujo de sí mismo y a fijarlo en la parte superior del gancho. Luego, dialoguen sobre qué personas son importantes para el o ella. Motive a que dibuje cada una de esas personas y recórtelos.
- Junto con tu niño escribe, en la parte posterior del dibujo de cada persona, la relación que tiene con ella (papá, mamá, abuelo o abuela, tío o tía, amigo o amiga). Converse con su niño sobre de qué forma esa persona lo ayuda, y escriba su respuesta en la parte posterior del dibujo.
- Finalmente, cuelgue cada dibujo en la parte inferior del gancho utilizando el hilo o cinta.



Actividad 2:

¡Vamos a buscar!

Objetivos

- Adaptarse a situaciones nuevas.
- Resolver problemas y tomar decisiones.
- Buscar ayuda y cuidado en forma apropiada.
- Establecer relaciones interpersonales efectivas.
- Trabajar en equipo.

Materiales

- objetos pequeños (puede ser cualquier tipo de objeto pequeño)
- dos canastas o cajas
- dos tarjetas u hojas de papel
- reloj con segundero

- Escoja un objeto pequeño por niño y colóquelos en diferentes áreas del salón.
- Rotule las canastas o cajas con los objetos perdidos que necesitan estar en cada caja.
- Prepare tarjetas con la foto (o ilustración) y la palabra del objeto que necesitan encontrar.
- Exhorte a los niños a organizarse en parejas.
- Cada grupo o pareja escogerá dos tarjetas y trabajará en equipo para encontrar los objetos en el área del salón que se le asigne.
- Inicien la actividad con dos grupos de niños que busquen los objetos.
 Deben colocar los objetos encontrados en la caja correspondiente. Repita este procedimiento hasta que todos los niños hayan tenido la oportunidad de hacer la búsqueda en pareja.
- Reúna a los niños en asamblea para contar los objetos y decir quiénes encontraron cada uno de ellos y en que área.
- La integración de conceptos se puede facilitar con las siguientes preguntas:
 - 1. ¿Qué pasó cuando estabas buscando los objetos con otro amiguito?
 - 2. ¿Cómo se ayudaron para encontrar los objetos?
 - 3. ¿Cómo te sientes cuando trabajas con otros amiguitos? ¿Por qué?

- 4. ¿Por qué es bueno trabajar juntos?
- Puede realizar la actividad en grupos de tres o cuatro niños y con más objetos para buscar.
- Puede jugar a "Esconder" en el área del patio.

- Inicie un diálogo con su niño o niña sobre alguna actividad o tarea que usted puede realizar solo o sola y alguna otra que se le haga difícil. Invite al niño a pensar qué actividad o tarea sabe hacer solo y cuáles se le hacen difícil hacer.
- En una cartulina (de forma horizontal), dibuje una tabla con tres columnas. En la primera columna, indicará *Las cosas que puedo hacer solito* (puede incluir fotos del niño mientras realiza la acción); la segunda, *Las cosas para las que necesito ayuda*, y la tercera, ¿Cómo lo puedo hacer?
- Otra versión del cartel es incluir a los miembros de la familia y destacar: que cosas pueden hacer solos; en qué necesitan ayuda, quién puede ayudar.
- Dialogue con su niño sobre qué personas de su familia, en la escuela, en su calle o vecindario piensa que necesitan alguna ayuda y sobre posibles maneras de ayudar a esas personas.

Cosas que puedo hacer solito/a	Cosas con las que necesito ayuda	¿Cómo lo puedo hacer?
Ir al baño	Recoger mi cuarto	Recoger un poco en la mañana
Comer	Vestirme	Pedirle ayuda a
Cepillar mis dientes	Peinarme	Pedirle ayuda a

Actividad 3:

¡Buscando un objeto valioso!

Objetivos

- Compartir con otros.
- Resolver problemas.

Materiales

- papel de estraza
- · variedad de marcadores o creyones gruesos
- pintura de diversos colores
- cuatro (4) atomizadores
- cuatro (4) platos de plástico para colocar la pintura
- pinceles de punta gruesa o brochas (1")
- delantal o camisas de arte

Procedimiento

Primer día

- En un área amplia en el exterior, pegue un pedazo de papel de estraza, de aproximadamente seis pies de largo, a una pared o verja (si lo coloca en una pared, use papel de periódico en la parte posterior del papel de estraza para protegerla).
- Preparar cuatro atomizadores con mezcla de pintura (una parte de pintura por dos de agua).
- Invite a los niños, en grupos de cuatro, a que exploren con la pintura en los atomizadores, ya sea con sus manos, pinceles o brochas, mientras pintan el papel de estraza.
- o Deje secar el papel y llévelo al interior del salón.

Segundo día

Mediante preguntas abiertas, realice un mapa-plano del salón junto a los niños (en el papel previamente pintado). Puede comenzar dibujando la puerta del salón y luego preguntar: "¿Qué está localizado al lado de la puerta del salón?". Comparta con los niños la tarea de dibujar las áreas y objetos más sobresalientes del salón de, manera que vayan formando un mapa. Al terminar, invite a los niños a decorar el mapa a su gusto, con los marcadores o creyones.

Tercer día

- Antes de que los niños entren al salón, esconda un objeto que les llame la atención. Haga alusión al cuento de Matías haciendo preguntas tales como:
 - 1. ¿Que le ocurrió a Matías?
 - 2. ¿Cómo se sentía?
 - 3. ¿Qué harías si fueras Matías y te pasara lo mismo?
 - 4. ¿Qué harías si fueras un amigo de Matías? ¿Ayudarías a Matías?
- Actúe como si usted fuera Matías y dramatice que se le perdió el objeto especial.
- Utilizando el mapa, converse con los niños y niñas sobre dónde creen que puede estar el objeto perdido.
- Haga adivinanzas y preguntas según las características del objeto.
 Por ejemplo, si escondió un disco compacto, pregúnteles si podría estar en el baño.

- Converse con su niño o niña sobre la vez cuando a alguien en la familia se le perdió un objeto, mascota, etc. Dialoguen sobre cómo se sintió la persona que perdió el objeto, mascota, etc., si encontró o no lo que se le perdió; si pidió ayuda a alguien, ¿quién le ayudó?
- Conversen sobre qué podrían hacer para:
 - 1. ayudar al familiar a encontrar su objeto perdido.
 - 2. identificar ideas para asegurar que no se le vuelva a perder.
 - 3. hacerle sentir mejor por la pérdida de su objeto, mascota, etc.

Actividad 4:

Gracias mi amigo

Objetivos

- Compartir los materiales con sus compañeros.
- Ser empático con otros.
- Confiar en sí mismo.
- Seguridad al compartir con su maestra, pares y otros adultos.
- Identificar sus sentimientos de afecto, amor, hacia otros.

Materiales

- papel acartonado
- revistas
- tijera
- marcadores o creyones
- pega

- Recopile con antelación una variedad de revistas para obtener imágenes que representen el amor y la amistad.
- Prepare una mesa con todos los materiales accesibles.
- Converse con los niños y niñas sobre el apoyo que le brindaron los amigos a Matías. Converse sobre como este se sintió como resultado de lo que sus amigos hicieron por él.
- Pregunte a los niños:
 - 1. ¿Alguna vez algún amigo (puede ser un par, un familiar, vecino) te ha ayudado en algo?
 - 2. ¿Cómo te sientes cuando ayudas a alguien?
 - 3. ¿Cómo crees que se sintió esa persona cuando lo ayudaste?
- Invite a los niños a confeccionar una tarjeta para ese amigo que le ha ayudado, para demostrar así su agradecimiento.
- Los niños y niñas escogerán un papel para confeccionar su tarjeta.
- Tendrán la opción de dibujar con los marcadores y creyones, o realizar un collage de imágenes que representen amor y amistad. Pueden también elegir ambas opciones, dibujo y collage en su tarjeta.

• Si el niño o la niña desean escribir un mensaje a su amigo, promueva el que solicite su ayuda como escriba o secretario.

- Converse con su niño o niña sobre la importancia de la amistad. Algunas ideas son:
 - 1. Los amigos son importantes porque: nos ayudan cuando tenemos problemas, nos demuestran cariño, comparten su tiempo y algunas veces sus cosas, nos hacen sentir bien.
 - 2. ¿Quiénes son tus amigos? ¿Por qué son tus amigos?
 - 3. ¿Qué podemos hacer para dejarle saber a los amigos que los queremos mucho?
- Esta conversación puede resultar en la confección de un dibujo o tarjeta para su amigo o amiga, una llamada telefónica, compartir una galleta o dulce especial, etc.

Actividad 5:

Espalda contenta y espalda triste

Objetivos

- Manejar adecuadamente las emociones.
- Establecer balance con su cuerpo y el colectivo.
- Establecer conexión con otros niños de forma divertida.

Materiales

- música
- "mat" de ejercicios
- aceite de esencia natural (por ejemplo, lavanda o eucalipto)

- Coloque, en el suelo, los "mats" de ejercicios en forma de círculo, de manera que los niños puedan mirarse.
- Comience la música de ritmo suave o relajante, con un volumen bajo.
 Puede integrar algún olor de esencia natural, como la lavanda o el eucalipto.
- Primero, el educador invita a los niños a sentarse en un "mat", diciendo:
 "Vamos a dramatizar el cuento usando nuestro cuerpo. ¿Cómo se sentía Matías?"
 - Matías se sentía calmado. Los niños se sientan con las piernas estiradas y los brazos a los lados, las manos descansando en el "mat".
 - Luego, colocan las plantas de los pies juntas, las manos sobre los tobillos, suavemente redondea la columna, baja la cabeza pegándola al pecho mientras exhala.
 - Matías se sentía alegre cuando fueron llegando sus amigos a ayudarlo. Nos sentarnos derechos nuevamente, levantamos la cabeza mientras inhalamos y sonreímos, levantamos ambos brazos hacia arriba hasta tocar las palmas de las manos.
 - Puede invitar a los niños a formar grupos de tres a cuatro para realizar los movimientos. Comienzan sentados sobre su "mat", tocando sus espaldas, formando un círculo.

 Segundo, los niños se sientan en pareja, de espalda, dejando un espacio. Se arrodillan, rotan su torso y mueven su cabeza hacia el lado hasta mirarse uno al otro y dicen algo bueno que los amigos de Matías hicieron con el lápiz.

- Busque un lugar cómodo en la casa donde puedan estar sentados, ya sea en una silla o en el suelo.
- Jueguen a estar alegres o calmados usando la espalda como guía.
- Calmado: suavemente, redondee la columna y baje la cabeza.
- Alegre: levante la cabeza y estire la columna.
- Otra variación del juego es usando todo el cuerpo. Pónganse de pie; los pies deben estar planos en el piso y descalzo. Hombros relajados y respirando profundo, esto es alegre. Cuando deje caer la cabeza, los hombros e incline un poco el torso, esto es calmado.

Actividad 6:

El pequeño lápiz trabajador

Objetivos

Promover:

- Control de su cuerpo.
- Concentración.
- Reconocer la importancia de trabajar.

Materiales

- "mat" de ejercicios
- música suave
- equipo para escuchar música
- un lápiz grande, uno mediano y uno pequeño

- Coloque, en el suelo, los "mats" de ejercicios en forma de círculo, de manera que los niños puedan mirarse.
- Comience la música de ritmo suave o relajante, con un volumen bajo.
- Tenga, en una caja, un lápiz muy grande, uno mediano o tamaño regular, y uno extremadamente pequeño.
- Converse con los niños sobre el trabajo que hizo el lápiz. Por ejemplo: el lápiz que enseñó a Penélope a dibujar, con el que Tomasa dibujó la madriguera, el que escribía las canciones según Antonia, con el que Matías dibujó la peregrina. Muéstrele a los niños la caja con los tres lápices y converse sobre sus características.
- Invite a los niños a convertirse en un lápiz. Deje que los niños creen sus ideas y formas de cómo imitarían un lápiz.
- El educador invita a los niños a convertirse en lápices, diciendo:
 - "Manos al frente del pecho con las palmas unidas."
 - "Estiren los brazos sobre la cabeza; formen la punta de un lápiz grande con los dedos de las manos."
 - O "Dando vueltas y vueltas, imaginamos que el lápiz trabajó y trabajó. Nos bajamos y arrodillamos. El lápiz trabajó y trabajó. Nos sentamos en los talones, bajamos la cabeza y ponemos los brazos al lado, y nos metemos en la cajita…"

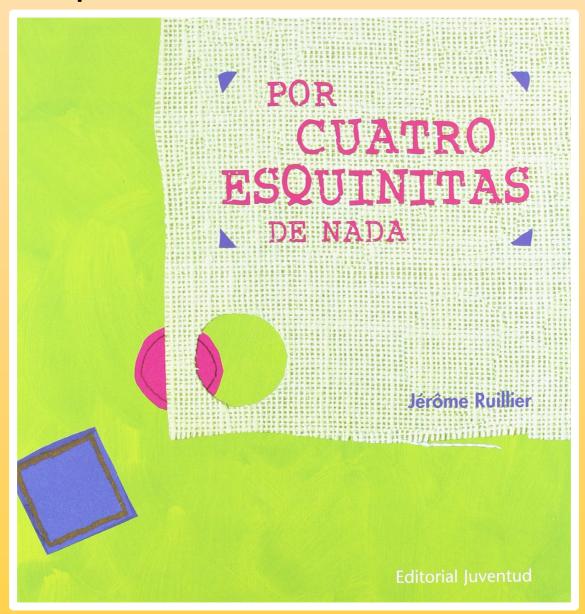
 Mientras los niños están en esta posición de descanso, diles: "Como el lápiz de Matías. Soy un lápiz que puedo crear ... (dibujos maravillosos, que escribe bonito). Soy un lápiz que ayuda a ... Soy un lápiz que me encanta ... Soy un lápiz y conmigo puedes hacer..."

- Converse con su niño o niña sobre los objetos que le gustan y, por lo tanto, usa mucho. Comente sobre la importancia de cuidarlos y asegurar que los guardamos en un lugar seguro para que no se pierdan.
- Aproveche la oportunidad para identificar en qué lugar guardar algún objeto en particular, para que así todos en la familia sepan dónde encontrarlo cuando necesiten usarlo.
- Invítelo a dibujar un mapa de su área preferida del hogar (puede ser su dormitorio, el espacio donde juega, etc.). Para esto, necesita un papel tamaño carta, marcadores, creyones o lápiz. La tarea es dibujar un área del hogar donde el niño tiene objetos muy preciados. Identifique en el mapa los objetos (muebles, cama, guardarropa, etc.) del área y los que son de su preferencia. Especifique en el mapa el lugar donde estarán guardados u organizados para así poderlos encontrar fácilmente.



autoestima

Concepto: Autoestima



Por cuatro esquinitas de nada

Autor e ilustrador: Jérôme Rullier

Resumen: Es un cuento que, con la peculiaridad y cualidades de sus personajes, refleja la resiliencia en equipo, optimismo, unión, perseverancia, solución de problemas y consenso ante los retos promoviendo la participación. A su vez, fomenta el respeto, buena autoestima, aceptación, consistencia y amistad. Todo esto se refleja cuando Cuadradito quiere entrar a la casa grande a compartir con sus amiguitos redonditos, pero Cuadradito no puede entrar porque la puerta es redonda. Cuadradito recibe el apoyo de sus amiguitos y juntos buscan alternativas para que este pueda entrar. Luego de ponderar la situación encuentran la solución perfecta: recortarle, a la puerta, cuatro esquinitas de nada.

Actividad 1:

¡Eres parte de nosotros!

Objetivos

- Resolver problemas y tomar decisiones.
- Adaptarse a situaciones nuevas.
- Perseverar para lograr lo que se propone.
- Promover empatía y altruismo.
- Interactuar con otros.

Materiales

- papel de estraza blanco
- · cinta adhesiva
- harina
- espuma de afeitar sin mentol
- cubitos de hielo en colores
- palitos de madera (de mantecado)
- agua
- colorante vegetal (diferentes colores)
- témpera (diferentes colores)
- venda o pañuelo de color oscuro
- tapones para los oídos

- Iniciar un diálogo con los niños y niñas sobre la importancia de aceptar y valorar las diferencias de cada persona. Algunas ideas son:
 - o ¿Por qué Cuadradito no podía entrar a la casa grande?
 - o ¿Qué hace a Cuadradito diferente a los Redonditos?
 - ¿Qué hicieron los Redonditos para que Cuadradito pudiera entrar con ellos a la casa grande?
 - ¿Cómo crees que se sintió Cuadradito con la solución que buscaron los Redonditos? ¿Por qué?
 - ¿Cómo se hubiese sentido Cuadradito si los Redonditos lo hubieran dejado fuera de la casa grande? ¿Por qué?

- Exhorte a los niños a formar dos grupos. Cada grupo escogerá los materiales que desee para realizar su mural. El mural trata sobre cómo los Cuadraditos y Redonditos se ayudan unos a otros.
- Las opciones de materiales son: 1) espuma de afeitar con témpera, 2) harina, agua y témpera, o 3) acuarelas de hielo en colores.
- Fije el papel de estraza con cinta adhesiva en las mesas y ubique en cada una los materiales escogidos por el grupo.
- Explique que en el grupo puede haber niños que necesitarán ayuda y que el trabajo de todos es buscar la forma de ayudarse unos a otros para que todos participen pintando el mural.
- Solicite que un niño o niña asuma uno de los siguientes roles: una persona sorda (para ello, se pondrá los tapones para los oídos y se mantendrá en silencio), sin un brazo (mantener un brazo por dentro de la camisa o en un bolsillo), ciego (tapar los ojos con la venda o pañuelo oscuro). Durante la actividad otros niños pueden tomar turno para asumir el rol que deseen en su grupo.
- Al concluir los murales dialogue, con los niños acerca de la experiencia.
 Algunas ideas son:
 - ¿Cómo te sentiste al no poder utilizar alguna parte de tu cuerpo o sentido?
 - o ¿Cómo te trataron tus compañeros? ¿Por qué?
 - ¿Qué hicieron para que el niño con dificultad para ver, escuchar o tocar pudiera participar de la actividad?
 - o ¿Por qué es importante aceptar a las demás personas como son?

- Converse con su niño o niña sobre las cualidades y dificultades que todas las personas tienen. Comparta ejemplos sobre sus cualidades y las cosas que se le hace a usted difícil hacer.
- Pregúntele qué cualidades entiende que posee. Aporte alguna que usted piensa que su niño posee y no identificó. Pregunte qué cosas se le hace difícil hacer y qué posibles soluciones pueden encontrar.
- Conversen sobre la importancia de pedir ayuda cuando hemos tratado hacer algo, pero no lo logramos, y sobre la importancia de ayudar a otros que necesiten de nosotros.
- Propóngale si le gustaría compartir con los miembros de la familia algo que sabe hacer muy bien. Algunas ideas pueden ser: cantar, bailar, dibujar, correr, etc.

Técnicas de pintura:

${\overset{\mathbb{N}}{\vee}}$ Pintura dactilar de espuma de afeitar:

Echar crema de afeitar en un envase. Verter varias gotas de colorante vegetal y mezclar para darle color a la espuma. Preparar pintura de espuma de cuantos colores desee.

Pintura dactilar de harina:

Mezclar harina y agua hasta lograr una consistencia pastosa, que no esté ni muy espesa ni muy acuosa. Verter varias gotas de colorante vegetal y mezclar para darle color. Preparar pintura de harina de cuantos colores desee.

Acuarelas de hielo:

Echar agua en una cubeta de hielo. Añadir en cada cubito una o dos gotas de colorante vegetal y mezclar suavemente. Insertar un palito de mantecado en cada cubito de hielo. Preparar cubitos de hielo de cuantos colores desee. Colocar la cubeta en el refrigerador y esperar a que el líquido se solidifique. Retirar los cubitos de hielo de la cubeta y ¡a pintar!

Actividad 2:

Un problema, muchas soluciones

Objetivos

- Resolver problemas y tomar decisiones.
- Adaptarse a situaciones nuevas.
- Perseverar para lograr lo que se propone.
- Crear alternativas diversas para alcanzar una meta.
- Interactuar con otros.

Materiales

- cartulinas cortadas en mitades
- lápices
- gomas de borrar
- diversos materiales de arte: lápices de colores, marcadores, creyones, témperas, pinceles, papel de construcción
- pega
- tijera

- Durante la lectura del cuento, leer hasta la página que dice: "Hablan durante mucho, mucho tiempo..." En este momento, dígales a los niños y niñas que los Redonditos necesitan de su ayuda para buscar una solución para que Cuadradito pueda entrar a la casa grande.
- Reúna en la mesa a los niños que deseen buscar la solución para ayudar a Cuadradito (pueden reunirse en grupos pequeños, de 3 a 4 niños).
- Con los materiales de arte, invite a los niños a recortar los Redonditos y Cuadraditos previamente trazados en la cartulina, a construir la casa grande y la puerta. Promueva la discusión grupal sobre alternativas para solucionar el problema.
- Luego que todos los niños hayan tenido la oportunidad de completar la actividad, realice una reunión grupal para que presenten sus dibujos y la solución que proponen para que Cuadradito pueda entrar a la casa grande con los Redonditos.

- Buscar o hacer cinco figuras circulares, o bolitas, y una cuadrada, o cubo, utilizando cualquier material disponible en el hogar (papel de periódico o de aluminio, cinta adhesiva u otros). Puede también crear las figuras con plastilina. Necesita, además, una caja de cartón (por ejemplo, una caja de zapatos).
- Selle la caja y haga una abertura circular en la parte superior. La meta del juego será que su niño o niña introduzca las figuras en la caja utilizando dicha abertura y se percate de que el cuadrado no cabe.
- Converse con su niño sobre ideas para lograr introducir el cuadrado por el espacio redondo. No descarte alternativas por más diferentes que parezcan.
- Elogie a su niño por las ideas que presente. Recalque la importancia de comunicar siempre sus ideas y reconocer que pueden ser de mucha ayuda para otros.

Actividad 3:

Todo es posible

Objetivo

Fortalecer la autoestima sintiéndose capaz de vencer retos.

Materiales

- ocho bolas (pueden ser de ping-pong, goma, "foam" o esponja)
- un dado (más grande que las bolas)
- una sábana o pedazo de tela grande
- tijera

- Corte varios espacios redondos y uno cuadrado en la sábana o pedazo de tela grande. Estos deben corresponder a los tamaños de las bolas y el cuadrado disponibles.
- Identifique un espacio amplio e invite a los niños y niñas (4 a 6 de ellos) a estirar y sostener la sábana por los extremos y lados.
- Coloque la bola sobre la sábana y comente a los niños que todos necesitamos trabajar en conjunto, moviendo la sábana hasta lograr que la bola entre por uno de los agujeros redondos predeterminado por el grupo.
- El cuadrado es el último objeto que tratarán de introducir por el espacio que le corresponde.
- Estimule la solución de problemas mediante el diálogo con ellos. Algunas ideas son:
 - 1. Necesitamos estar bien atentos hacia dónde se mueve la bola para que, entre todos, ayudemos a que entre por el espacio que queremos.
 - 2. ¿Qué podemos hacer para que la bola no se salga de la sábana?
 - 3. Cuando el cuadrado entre por el agujero, celebre que ahora el cuadrado y las bolas están juntos, y exclame: "¡Todo es posible... y ustedes han sido capaces de lograrlo!"

- Identifique con su niño o niña alguna semilla que deseen germinar (por ejemplo, habichuela o calabaza).
- Identifique con su niño o niña algunos envases en el hogar que puedan servir de tiesto para la planta. Considere las características de la semilla y el proceso de crecimiento de sus raíces en la decisión. El tiesto que escoges se adapta a la semilla para que esta pueda germinar y llegar a ser una planta como otras.
- Coloque tierra en el tiesto o envase. Con el dedo, haga un orificio para que quepa la semilla y quede cubierta con tierra.
- ¡Resalte las cualidades de su niño para sembrar y cuidar las plantas!

Actividad 4:

¡Hay que buscarle la vuelta!

Objetivo

Promover la autoestima sintiéndose capaz de lograr vencer retos.

Materiales

lugar cómodo para sentarse con los niños y niñas a conversar

- Converse con los niños y niñas sobre algún problema real, o prepare ilustraciones que destaquen una situación problemática y promuevan una discusión reflexiva acerca de cómo buscar la solución a los problemas. Por ejemplo: un niño o niña triste; se cayó de su bicicleta, en silla de ruedas, etc. Puede comenzar la discusión diciendo:
 - Imagina que tu mejor amigo tiene una pierna enyesada. ¡Ya no puede jugar contigo como antes!
 - o ¿Cómo crees que se siente tu amigo?
 - ¿Qué harías para seguir compartiendo con tu amigo?
- Promueva un proceso de "lluvia de ideas" para generar alternativas a la situación. Algunas opciones que podrían surgir son:
 - Visitarlo y jugar con él en su cuarto.
 - o Si está en la escuela y usa una silla de ruedas, ayudar a moverla.
 - Quedarse jugando con su amigo dentro del salón mientras los otros niños van al patio.
- Hacer un cierre de la discusión con un resumen de todas las ideas presentadas por el grupo. Dependiendo de la situación discutida, algunas sugerencias pueden ser incorporadas a la rutina del salón. Concluya la discusión acentuando que "toda situación que presente un problema hay que buscarle la vuelta."

- En algún momento en que su niño o niña este realizando una actividad en el hogar y le resulte muy difícil completarla, converse con él o ella sobre la importancia de "pensar de otra forma", o sea, buscar alternativas.
- Converse con su niño que una alternativa puede ser pedir ayuda a otra persona, no para que realice la tarea o problema por él, sino para que le ayude y, de esa forma, aprendan cómo resolverlo.
- Dependiendo de la situación, genere ideas con su niño de cómo resolver el problema.
- Enfatice que nseñamos a los niños a perseverar, a no rendirse y darse cuenta de que sus ideas son buenas.

Actividad 5:

Con ayuda de mi amigo o amiga puedo convertirme en puerta

Objetivo

Promover:

- Destrezas para resolver problemas mediante el uso de su cuerpo.
- Conexión con su cuerpo.
- Control y balance de su cuerpo.
- Mantener la postura básica de pie en yoga llamada Tadasana.

Materiales

- "mat" de ejercicios
- música instrumental suave

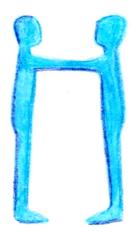
- Reúna a los niños y niñas en el área, e invítelos a que coloquen su "mat" de ejercicios formando un círculo, de modo que todos se sienten cómodamente y se vean.
- Comience la actividad diciendo:
 - o "¿Cómo podemos ayudar a Redondito?"
 - o "Vamos a tratar de solucionar la situación usando nuestro cuerpo."
 - Guie a los niños a pensar en una alternativa para hacer una puerta nueva o agrandar la que ya existe con nuestro cuerpo.
 - o Invítalos a:
 - Pararse con los pies un poco separados y firmes en el piso.
 - Mantener el torso (columna vertebral) y el cuello rectos.
 - Colocar las manos a los lados y los hombros relajados.
 - Respirar suave y profundamente por la nariz.
 - Escoja a dos de los niños más altos del grupo. Invítelos a que se paren uno al lado del otro. Uno de ellos extenderá su brazo izquierdo y el otro su brazo derecho hacia el mismo lado de manera que formen un rectángulo grande con su cuerpo por donde podría entrar un círculo, un cuadrado y un rectángulo.

- o Invite al resto del grupo a pasar por el espacio formado por los niños y a alternar los roles, de manera que todos tengan la oportunidad de asumir la postura con su cuerpo.
- Motive a los niños a formar una variedad de puertas con su cuerpo. Por ejemplo:
 - o Puerta cerrada pegar su cuerpo con la pareja, de lado.
 - o Puerta alta postura en el ejercicio inicial.
 - Puerta baja asumir la posición en cuclillas, con los brazos extendidos (la misma posición anterior).
 - Puerta redonda de frente, extendiendo sus brazos en forma de arco, uno hacia el otro, hasta tocarse con la punta de los dedos.

- Invite a su niño o niña a construir puertas de diferentes tamaños y a compartir la construcción de esta con los integrantes del hogar.
- El niño y el adulto se colocarán de pie uno al lado del otro, los pies un poco separados y firmes en el piso. Deberán mantener el torso (columna vertebral) y el cuello rectos, las manos a los lados y los hombros relajados. Respirar suave y profundamente por la nariz.
- Su niño deberá extender el brazo izquierdo y el familiar, su brazo derecho, hasta tocarse los dedos y formar un rectángulo o puerta.
- Dependiendo del tamaño de los integrantes en la familia la "puerta", necesitará algunas modificaciones, pues puede quedar desnivelada, muy alta o muy baja. Dialogue sobre alternativas para "nivelar" la puerta de manera que pueda pasar tal o cual miembro de la familia.

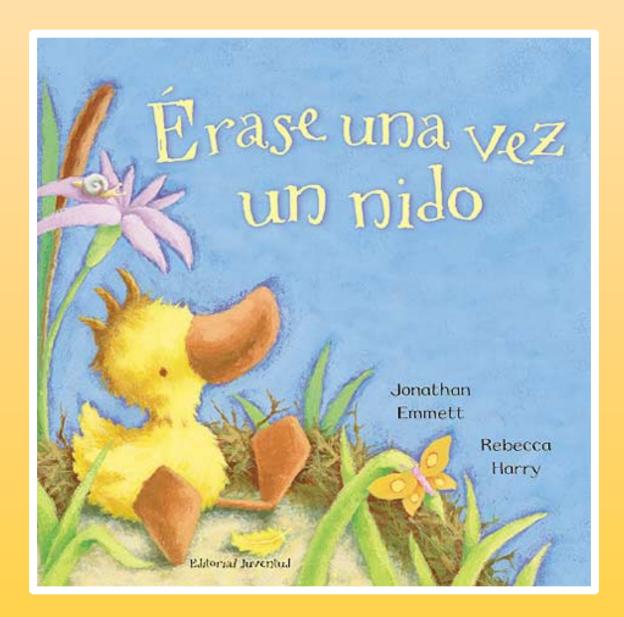






Posturas hasta lograr formar una puerta.

Concepto: Autoestima



Érase una vez un nido

Autor: Jonathan Emmett Ilustradora: Rebecca Harry

Resumen: El cuento nos presenta la historia de una patita llamada Rosita, cuyo desarrollo se daba a su paso, a diferencia del de sus hermanos, el cual era un poco más acelerado. Sus padres siempre tuvieron **esperanza** y **confianza** en ella, **aceptaron y valoraron sus particularidades y diferencias.** De esta forma, se refleja el vínculo y **apego** entre padres e hijos, el **amor**, el **optimismo**, la **visión positiva de la vida** y la **perseverancia**.

Actividad 1:

Las cosas que sé hacer

Objetivos

Promover:

- Percepción positiva de sí.
- Buen autoconcepto.
- Sentido de autonomía y esperanza.
- Capacidad para valorar sus talentos y habilidades.

Materiales

- canción: "Las cosas que hago bien"
- cartulina o papel de estraza
- marcadores

- Escriba en el centro de papel de estraza o cartulina: "Las cosas que sé hacer".
- Inicie un diálogo con los niños acerca del cuento. Algunas preguntas guía pueden ser:
 - o ¿Qué le pasaba a Rosita?
 - o ¿Por qué Papá Pato estaba preocupado por Rosita?
 - o ¿Logró Rosita hacer las mismas cosas que hacían sus hermanos?
 - ¿Cómo te sientes cuando aprendes algo nuevo y lo haces solito o solita?
- Motive a los niños a pensar en algo que sepan hacer.
- Invite a los niños a cantar:
 - Todos: Aquí están las cosas que sé hacer, que sé hacer.
 Aquí están las cosas que sé hacer. ¿Las haces tú también?
 - o Respuesta: Yo puedo...
- Escriba las respuestas de cada niño y niña en el papel de estraza, alrededor de la frase del centro, con el nombre de cada uno de ellos y la habilidad o destreza con la que se identificó.

- Dialogue con su niño o niña y comente sobre una cosa que sabe hacer.
 Anímelo a identificar qué otras cosas sabe hacer.
- Conversen sobre qué cualidades o tareas saben hacer los diferentes miembros de la familia.
- Motive al niño a preparar una "Medalla" para sí mismo, así como para cada miembro de la familia para quien hayan identificado alguna cosa que hacen bien. La "Medalla" puede ser confeccionada con papel regular, cartulina, marcadores o lápices, tijera, cinta adhesiva o cinta de tela o papel.
- El día en que se otorgan las "medallas", cada miembro de la familia la llevará consigo todo el día.

Actividad 2:

¡Mira todo lo que sé hacer!

Objetivo

Promover:

- Percepción positiva de sí.
- Buen autoconcepto.
- Sentido de autonomía y esperanza.
- Capacidad para valorar sus talentos y habilidades.

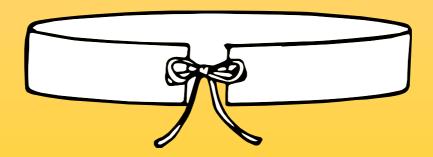
Materiales

- papel
- lápices de colores, marcadores, creyones
- grapadora
- otros materiales de arte
- · cámara fotográfica
- impresora

- Cree la portada del libro: *Todo lo que (añada el nombre del niño o la niña)* sabe hacer.
- Dialogue con los niños sobre las habilidades que cada persona posee y las que tratamos de aprender cada día. Algunas preguntas guía son:
 - 1. ¿Qué cosas sabes hacer? Puede incorporar la canción: "Esto yo lo puedo hacer (realizar alguna acción), todo el mundo lo hace así. Esto yo lo puedo hacer, ahora te toca a ti."
 - 2. ¿Qué cosas son más difíciles de hacer para ti?
 - 3. ¿Qué te ayudaría a hacerlo?
 - 4. ¿Cómo te sientes cuando tus hermanos o amiguitos pueden hacer cosas que tu todavía no has aprendido a hacer?
 - 5. ¿Cómo te sientes cuando puedes hacer las cosas que tus hermanos o amiguitos hacen?
 - 6. ¿Cómo te sientes cuando les enseñas a otros amiguitos a hacer algo que ellos aun no saben?
- Invite a los niños a crear un libro sobre las cosas que ellos disfrutan y saben hacer. Para crear el libro, pregúntele a cada niño qué acción (qué cosa que

sabe hacer) desearía que usted fotografiara. Cada niño tendrá una página sobre una acción que domina y la decorará con una variedad de materiales de arte (escarcha, pega, arena, pintura, cintas, entre otros).

- Busque los siguientes materiales: franja de papel cartón o de construcción (de aproximadamente dos pulgadas de grosor), papel transparente para forrar, perforadora, lápices de colores o creyones, hilo o cinta, tijera.
- Converse con su niño o niña acerca de las cosas que sabe hacer. Por ejemplo: subir hasta lo alto del equipo de patio, brincar, correr, dibujar, guarda sus juguetes, entre otros. Destacar que todas las personas tienen algo que saben hacer y se sienten bien por ello. Pregunte a su niño qué cosas le gustaría enseñar a otras personas para que también aprendan.
- Motive a su niño a crear un brazalete donde puedan escribir algunas de las cosas que sabe hacer. Escriba palabras que destaquen las fortalezas o habilidades del niño en el brazalete e invítelo a que lo decore a su gusto.
- Luego que su niño haya terminado, forre la franja con el papel transparente, haga un orificio en cada extremo y amarre un pedazo de hilo o cinta para unir ambos extremos. Formará así un brazalete.
- Anime a su niño a ponerse el brazalete para así recordarle a todos lo talentoso que es.



Actividad 3:

La cinta que une nuestras familias

Objetivos

Promover:

- Seguridad en sí mismo.
- Deseo de superación.
- Respeto por la diversidad.
- Toma de decisiones.

Materiales

- varios platos pequeños de cartón
- papel tisú (en inglés, "tissue paper") de diversos colores
- una foto del niño o niña
- fotografías de personas que son parte de su vida
- tijera
- pegamento blanco
- cinta adhesiva
- cinta o hilo

- Solicite a los familiares, con anticipación, que los niños traigan fotos de las personas que son parte importante en su vida. Corrobore que cada uno tenga al menos tres fotos.
- Invite a los niños y niñas a rasgar el papel tisú.
- Solicíteles que cojan un plato por cada foto que trajeron (esta será la cantidad de platos que tengan que decorar).
- Provea una cantidad razonable de pegamento blanco para que peguen los pedazos de papel tisú sobre cada plato.
- Una vez pegado el papel tisú, motive a los niños a pegar una foto en cada plato.
- Recorte pedazos de hilo de aproximadamente diez pulgadas. Estos se utilizarán para amarrar cada plato al hilo o cinta en el que se exhibirán las fotos.
- Con una perforadora manual, cada niño tendrá la oportunidad de perforar un orificio en el borde superior del plato (sobre la foto que ha pegado).

- Motívelos a insertar un pedazo de hilo a través del orificio (repetirá esta acción por cada plato que haya preparado).
- El educador colocará un hilo o cinta, que se pueda extender en un espacio del salón.
- Invite a los niños a amarrar sus platos decorados a lo largo del hilo o cinta, comenzando con el que contiene su foto y luego el de las personas importantes en su vida. El hilo o cinta contendrá un conjunto o unión de personas importantes en la vida de los niños.

- Converse con su niño o niña sobre la familia. Algunas ideas son:
 - 1. ¿Qué personas son parte de o están en nuestra familia?
 - 2. ¿Qué rol o función tiene cada persona de la familia? ¿Qué hace?
 - 3. ¿Qué valores son importantes para tu familia? Ejemplo: ayudarse unos a otros, estar juntos, hablar sobre las cosas que nos hacen sentir contentos, tristes, molestos o miedo, etc. (En nuestra familia es importante ____.)
- Invite a su niño a buscar una caja de cartón (puede ser una caja de zapatos).
- Provea diferentes materiales de arte, tales como: creyones, pintura, pincel, tiza, tela, cartulina, etc. Motive a su niño a colorear la caja o decorarla a su gusto.
- Seleccione con su niño algunas fotos u objetos que tengan un tipo de valor familiar y que se puedan guardar dentro de la caja. Esta caja puede ser un lugar especial para que todos los miembros de la familia coloquen en ella algo que deseen compartir con todos.

Actividad 4:

Así crecí, volemos hasta alcanzar las nubes

Objetivos

Promover:

- Seguridad en sí mismo.
- Confianza para lograr sus metas.
- Perseverancia ante las dificultades.
- Deseos de superación.
- Valor hacia la familia.
- Respeto a la diversidad.

Materiales

- una bolsa de plástico
- dos palos finos de madera o metal
- soga fina
- cinta adhesiva fuerte
- tiras de tela de ropa que no utilice
- madeja de hilo fuerte (ejemplo: curricán, yute)
- pintura acrílica
- pegamento fuerte
- fotografías familiares de cuando el niño estaba más pequeño y en la actualidad, adultos en la familia cuando eran niños y en la actualidad. De no tener fotografías, puede utilizar imágenes de revistas de bebés y adultos.
- Opcional: comprar una chiringa y decorarla.

- Invite a los niños a construir una chiringa utilizando los personajes del cuento como eje. Por ejemplo:
 - 1. ¿Qué pasaba con Rosita cuando quería hacer algo? (Comentar que, aunque Rosita hacía las cosas más lentamente, seguía tratando y tratando hasta lograrlo.)
 - 2. ¿Hacia dónde voló la pata Rosita? (Comentar sobre la importancia de confiar en sí mismo.)

- 3. ¿Con quién regresó al final del cuento?
- 4. ¿Qué cosas podemos hacer que vuelen?
- 5. ¿Han volado alguna vez una chiringa?
- 6. ¿Cómo se hacen las chiringas?
- 7. ¿Por qué hacemos una chiringa? Asista a los niños a hacer la asociación entre la acción de Rosita, que se fue volando, y la chiringa.
- Corte plantillas de cuadrados, casi rectangulares, en pedazos de cartón para que los niños los utilicen de modelo al realizar trazos en la bolsa plástica. Luego, corte los cuadrados trazados en la bolsa plástica.
- Para hacer la base de la chiringa, corte los palos del mismo tamaño que el plástico, crúzalos y átalos el uno al otro en el centro.
- Pegue los palos con cinta adhesiva a la chiringa, poniendo un trozo de cinta justo en la cruz de la estructura.
- Corte un trozo de hilo del doble del tamaño que la altura de la chiringa.
- Para hacer la cola (para darle estabilidad a la chiringa), utilice plástico o tiras de tela que sean cinco veces más largas que la altura de la chiringa. Luego, adhiérala en la parte trasera de la chiringa.
- Con las pinturas acrílicas, motive a los niños a pintar su chiringa de la forma que deseen. Añada las fotografías de cuando eran bebés y como son ahora, al igual que las fotos de los adultos cuando eran pequeños y ahora, o imágenes de revistas.
- Organice un día donde inviten a las familias a volar la chiringa con sus niños.

Medidas de seguridad

- Escoja un lugar espacioso, libre de tendido eléctrico.
- Observe que el día sea soleado.
- Utilice hilo apropiado para volar la chiringa.
- Lleve protector solar y agua para hidratarse.

- Inicie un diálogo con su niño o niña sobre:
 - 1. Cómo fue el momento cuando nació.
 - 2. Cómo su llegada cambió, positivamente, la vida para usted.
 - 3. ¿Cómo fue su desarrollo?
 - 4. Conversen sobre lo importante que es para usted los logros que el niño alcanza.
- Para esta actividad puede utilizar fotos impresas o en formato digital tenga disponible.

Actividad 5:

¡Chiquita, bonita y rapidita!

Objetivos

Promover:

- Destrezas para dramatizar usando su cuerpo.
- Autocontrol y balance con su cuerpo y con el grupo participante.

Materiales

- "mat" de ejercicios
- música con sonido de agua

- Invite a los niños a colocar los "mats" en el suelo formado un círculo.
- Invítelos a recordar las diferentes partes del cuento y a utilizar el cuerpo para representarlas.
 - 1. Comience con la pregunta: ¿Quiénes estaban al principio del cuento? Solicite la participación voluntaria de dos niños para representar a mamá pata empollando los huevos y a papá pato cerca de ella. Mamá pata y papá pato se sentarán en posición suave con las piernas cruzadas y la columna vertebral recta. Están cerca uno del otro en silencio, respirando.
 - 2. Solicite la participación voluntaria de cinco niños o niñas que representen los huevos. Estos se sentarán encima de los tobillos, mantendrán la columna inclinada hacia abajo y la cabeza en el suelo; se mantendrán muy quietos.
 - 3. Los niños que dramatizan ser huevos van moviéndose poco a poco. El primero se mueve lentamente hasta que se incorpora y se sienta en cuclillas con los brazos en forma de triángulos a los lados y las manos en el pecho. Lo mismo hacen los otros, pero uno se queda sin salir.
 - 4. El papá pato se incorpora en cuclillas con los brazos en forma de triángulos a los lados y las manos en el pecho. Le pregunta a la mamá pata: "¿Saldrá algún día?"
 - 5. Mamá pata se incorpora en cuclillas y le dice: "Respira profundo y confía. ¡Estoy segura que saldrá a su tiempo, cuando esté listo! ¡Así es la vida!"

- 6. Esperamos en silencio, respirando. Los patitos caminan alrededor del espacio. Llevamos las manos al pecho y movemos los brazos creando las alas.
- 7. Mamá pata y papá pato se quedan al lado del huevo que no ha salido. Esperan en silencio y alrededor de treinta segundos, nace el patito pequeño. Este se incorpora y se mueve lentamente. "Es muy pequeña", dice papá pato. "¿Cómo le llamaremos? Podemos llamarle Rosita porque es pequeña y preciosa."
- 8. Invite a los niños a ubicarse en los "mats" de ejercicios mientras el adulto comienza la música con sonidos de agua.
- 9. Dramatizamos que el "mat" es el lago donde empiezan a nadar. Todos los niños y niñas nadan de un lado a otro en el mat de ejercicios. En cuclillas, lleve los brazos al pecho y muévalos creando las alas. Rosita se queda sentada con las piernas cruzadas y sumerge el pico suavemente.
- 10. El papá pregunta: "¿Aprenderá a nadar algún día? Recuerda, ella lo hará a su tiempo, respira, respira. ¡Así es la vida!"
- 11. Ahora todos a volar. Comienzan parándose sobre una pierna. Lleve y sujete el tobillo derecho con la mano derecha, respirando profundamente. Luego arquee la espalda y dirija el cóccix hacia adentro. Extienda la mano izquierda y arquéese hacia delante, haciendo equilibrio.
- 12. Rosita lo hace saltando y moviéndose más rápido.
- 13. Papá pato exclama: "¡Mira, como vuela tan alto! Por primera vez aprendió tan rápido." Mamá pata contesta: "¡Todo a su tiempo! ¡Así es la vida!"

- Jugar a representar aves pequeñas (patito, pollito, palomita):
 - Primero somos huevos que están empollando. Siéntese encima de los tobillos, con la columna inclinada hacia el suelo y la cabeza que toque el piso. Se mantienen muy quietecitos.
 - Mientras están sentados con las piernas cruzadas, sumerjan "el pico" suavemente hacia "el agua."
 - Luego, en cuclillas, lleven los brazos al pecho y muévanlos para crear las alas.
- Utilice un reloj para determinar el tiempo cuando realiza cada postura.
 Enfatícele a su niño o niña que los movimientos deben hacerse de forma lenta pues el ave es un bebé.

reconocer y manejar las emociones

Concepto: Reconocer y manejar las emociones



El erizo

Autor e ilustrador: Gustavo Roldán

Resumen: El erizo tiene hambre. En lo alto de un manzano ha visto unas apetitosas manzanas rojas, pero están demasiado altas; él no sabe trepar y su estómago ruge. **Pide ayuda** al pájaro, pero este es muy egoísta y se come las manzanas solo. Luego, el erizo pide ayuda a la jirafa, pero como esta no tiene hambre en ese momento decide guardar unas cuantas y se va. Cuando llega el elefante, el hambre ya le ha aguzado el ingenio al erizo y consigue que el elefante le ayude sin darse cuenta. Así, **resuelve su problema** con inteligencia e ingenio.

Actividad 1:

El árbol de las soluciones

Objetivos

- Resolver problemas y tomar decisiones.
- Orientarse para realizar las tareas que se proponen.
- Adaptarse a situaciones nuevas.
- Explorar el ambiente.
- Motivarse a interactuar con otros.
- Buscar ayuda y cuidado de forma apropiada.

Materiales

- papel de estraza o de construcción
- siluetas de manzanas
- canasta o caja pequeña
- tijeras
- · cinta adhesiva
- marcadores

- Prepare, con anticipación, las siluetas de manzanas con el papel de construcción y colóquelas en una canasta o caja pequeña.
- Inicie un diálogo con los niños y niñas acerca del cuento. Algunas ideas son:
 - 1. ¿Cuál era el problema del erizo?
 - 2. ¿Qué hizo el erizo para tratar de alcanzar las manzanas del árbol?
 - 3. ¿Cómo el erizo resolvió su problema?
 - 4. ¿Qué ustedes harían si tienen hambre y quieren tomar algún alimento de la nevera o de la alacena y no lo alcanzan?
- Dialogue con los niños sobre la importancia de buscarles solución a los problemas. Defina el concepto *solución* como las ideas o opciones que llevamos a cabo para resolver una situación. Explique que a veces podemos resolver los problemas solos, pero otras veces necesitamos ayuda de otras personas.
- Motive a los niños a crear el árbol de las soluciones. Explíqueles que este árbol crecerá si cada uno de ellos ayuda a buscar soluciones a los

- problemas que surgen en el salón, o si cuentan cómo ellos o algún familiar resuelve algún problema.
- Trace y recorte la silueta del tronco y las ramas del árbol en el papel de estraza o construcción.
- Invite a los niños a ensamblar el árbol mientras pega sus partes en una pared.
- Pueden pintar el árbol (tronco y ramas) con pintura dactilar, con pinceles y brochas; también pueden incluir algunas opciones para la textura del tronco, tales como arena o retazos de tela.
- Para las hojas, pueden recoger hojas de plantas que haya en el patio o en algún recorrido por la comunidad, para luego pegarlas a las ramas del árbol.
- Explique que del árbol de las soluciones crecerá nuevas manzanas cada vez que ellos resuelvan algún problema o situación. Muéstrele la canasta o caja con las siluetas de las manzanas y anímelos a pensar en algún problema o situación que hayan tenido y en lo que hicieron para solucionarlo.
- Provea a cada niño una silueta de manzana para escribir o dibujar el problema y su solución. Pegue la manzana al árbol.
- Finalmente, exhorte a los niños a añadir nuevas manzanas al árbol cada vez que logren resolver un problema, ya sea en el salón de clases o en su hogar.

- Inicie un diálogo con su niño o niña sobre la importancia de buscar solución a los problemas. Comparta que a veces podemos resolver los problemas solos, pero otras veces necesitamos la ayuda de otros. También es importante ayudar a otras personas cuando nos piden ayuda.
- Converse sobre alguna situación que hayan pasado en la familia y cómo lo resolvieron, o invite a su niño o niña a imaginarse la siguiente situación:
 - Vas a la casa de tu mejor amigo o amiga para invitarle a jugar, pero notas que está muy triste y le preguntas: ¿Por qué estás tan triste?
 - Entonces, tu amigo te responde: Estoy triste porque se me perdió mi perrito y no sé qué hacer para encontrarlo.
- Pregunte a su niño: ¿Qué puedes hacer para ayudar a tu amigo a encontrar su perrito? ¿Qué ideas se te ocurren para resolver este problema? Dialogue sobre alternativas para solucionarlo.

Actividad 2:

Imita al líder

Objetivos

- Adaptarse a situaciones nuevas.
- Explorar el ambiente.
- Motivarse a interactuar con otros.
- Resolver problemas y tomar decisiones.

Materiales

- 15 tarjetas ("index cards")
- 3 bolsas de papel pequeñas
- marcador

- Rotule cinco tarjetas con el número "1", cinco con el número "2" y cinco con el número "3", en el lado de las tarjetas que no tiene líneas.
- En la parte posterior de las tarjetas "1", escriba el nombre de cinco **objetos** que haya en el salón. Por ejemplo: bola, bloque, crayola, peluche, carrito.
- En la parte posterior de las tarjetas "2", escriba el nombre de algunas **partes del cuerpo**. Por ejemplo: encima de la cabeza, en tus manos, debajo de tu barbilla, entre tus rodillas, sobre tu espalda.
- En la parte posterior de las tarjetas "3", escriba cinco **acciones** diferentes. Por ejemplo: brinca, camina hacia delante, gatea, camina en reversa, corre.
- Rotula cada bolsa de papel con los números 1, 2, 3. Coloca dentro de cada una su respectivo grupo de tarjetas.
- Dialogue con los niños sobre las características de líder que demuestra el erizo. Algunas ideas son:
 - 1. ¿Cómo el erizo logró que el elefante lo ayudara?
 - 2. ¿Qué cosas el erizo le pidió al elefante que hiciera?
 - 3. ¿Qué es un líder?
 - 4. Converse sobre las características de un líder según lo que demuestra el erizo: tiene iniciativa, busca alternativas, interactúa con otros, pide ayuda, explora el ambiente.
- Invite a los niños y niñas a asumir el rol de líder. Asegúrese de que todos tengan la oportunidad de ser líder.

- Invite al primer niño a escoger, al azar, una tarjeta de cada bolsa y apóyelo a descifrar cuál es la acción que debe hacer para que sus compañeros lo imiten. Por ejemplo, si en la tarjeta #1 dice: "bloque", en la tarjeta #2 dice: "sobre tu espalda" y en la tarjeta #3 dice: "gatea," el niño deberá conseguir un bloque; colocarse en posición de gateo; colocar el bloque sobre su espalda y comenzar a gatear por el salón o área designada. Invite a todos los niños a imitar al líder.
- Al finalizar la acción, todos los niños aplaudirán y el líder en turno escogerá al próximo líder.

- Hable con su niño o niña sobre las cosas que hace un líder: tiene iniciativa, busca alternativas, soluciona los problemas, interactúa con otros, pide ayuda a las personas correctas, entre otras. Enfatice que cada uno de nosotros podemos ser líderes en el hogar, en la escuela y en la comunidad.
- Mencione al niño las cualidades positivas que posee o las acciones buenas que ha llevado a cabo y que lo hacen ser un buen líder.
- Invite a su niño o niña a ser el líder del juego "Imita al líder" (similar al juego "Simón dice"). Motívelo a hacer algún gesto, acción o movimiento para que usted y otros en la familia lo imiten.
- Luego, los diferentes miembros de la familia alternan a asumir el rol de líder.

Actividad 3:

Buscando una solución

Objetivos

Promover:

- Solución de problemas.
- Uso del pensamiento crítico.
- Autoestima.
- Toma de decisiones.

Materiales

hojas de papel para anotar las soluciones.

- Converse con los niños sobre la importancia de buscar solución a los problemas y que todos tenemos buenas ideas para compartir.
- Proponga a los niños el juego del "Investigador." Los niños formarán grupos pequeños y seleccionarán un área que tendrán que investigar. El propósito es identificar cualquier problema que surja en esa área y buscar una solución como equipo.
- Un grupo de niños investigará el área del patio, otro el área de juego dramático, el área de lectura, el recibidor de la escuela o centro, los baños, etc.
- Comente a los niños que, durante el tiempo que están en la escuela o centro, pueden ocurrir situaciones difíciles, pero que estas nos ayudarán a aprender que, entre todos, podemos resolverlas. Por ejemplo: algo que se rompió, no encuentran un objeto, dificultades entre los niños, extrañan a alguien en particular, etc.
- Los niños encargados de cierta área en específico serán los líderes en el proceso de identificar cómo solucionar la situación. Es importante recalcar a los niños notificar a los adultos en el salón sobre la situación para lograr una solución razonable para todos.
- Al final del día, la maestra conversará con los niños acerca de las dificultades encontradas y las soluciones que se generaron en el proceso.
 En una hoja de papel grande, dibuje una tabla con dos columnas; una debe

- decir "Dificultades", y la otra, "Soluciones". Anote las experiencias del día para que los niños puedan hacer referencia a ellas en una futura ocasión.
- Realice esta actividad por varios días para fortalecer, en los niños, los objetivos que desean alcanzar. Puede reestructurar los grupos y exhortar a los niños a que "investiguen" áreas diferentes durante el transcurso de la semana.

- Invite a su niño o niña a "inventar" un cuento, en el que el personaje necesite o desee realizar una tarea que le resulta muy difícil. Conversen sobre qué alternativas podrían pensar para que el personaje del cuento pueda lograr lo que se propone.
- Por ejemplo: "Había una vez un niño que quería nadar en la playa, pero no sabía. Un día salió con su familia a la playa y, ¿qué hizo?" Es importante guiar al niño para que encuentre opciones para solucionar los problemas. Debe entender que es importante pedir ayuda cuando lo necesite y que puede lograr lo que se propone.
- Pueden crear la historia primero narrada y luego ilustrada, o puede invertir el proceso.
- Tenga a la mano papel para ilustrar el cuento, creyones, marcadores o lápices gruesos de colorear. Ayude a redactar el cuento sirviendo de anotador. Al terminar, pueden grapar las páginas y narrar el cuento a otros miembros de la familia.

Actividad 4:

¡Hagamos una obra de teatro!

Objetivos

Promover:

- Solución de problemas.
- Uso del pensamiento crítico.
- Autovalía y autoestima.
- Toma de decisiones.
- Sentido de independencia.

Materiales

- papel
- bolígrafo o lápiz

Procedimiento

- Converse con los niños y niñas acerca de cómo el erizo solucionó su problema. Invítelos a pensar en otras formas de resolver el problema.
- Una vez identifique una solución alterna, cambie los elementos del cuento, tales como el argumento, personaje, tiempo, lugar y ambiente:
 - 1. cambiar al protagonista del cuento (en vez de un erizo, que sea un perro)
 - 2. cambio de lugar (en vez de una selva, que sea la playa)
- Luego de reescribir el cuento, podrán dramatizar esta nueva versión con el apoyo directo de la maestra.

- Piense en una situación para la cual su niño o niña haya elegido una solución al problema. Por ejemplo, para sacar el vaso o botella de leche de la nevera, saco todos los envases y los coloco en el suelo. Tomo un vaso o botella de leche y dejo los envases en el suelo.
- Conversen sobre esa situación.
- Invítelo a escribir un cuento sobre esa situación y las posibles soluciones. Por ejemplo: "Había una vez un sapito que tenía mucha hambre, etc.".
- A través del desarrollo del cuento, fomente que el niño descubra que puede buscar alternativas a los problemas, que es inteligente, curioso, gracioso.
- Ilustren juntos el cuento.

Actividad 5:

Querer es poder

Objetivos

- Reconocer el valor del esfuerzo propio.
- Apreciar la habilidad para identificar recursos de apoyo.

Materiales

- figura preferida (puede ser un muñequito, animal de plástico) de tamaño pequeño y liviano.
- cilindro de cartón del papel toalla.
- plastilina
- papel de construcción
- pintura y pincel
- cinta adhesiva
- diversos materiales escogidos por el niño

- Luego de leer el cuento, invite a los niños y niñas a construir un árbol o una palma para trabajar, entre todos, la solución a un problema.
- Forre el cilindro de cartón con papel de construcción del color escogido por el niño, o puede pintarlo con pintura disponible en el salón.
- Rasgue o corte listas de papel de construcción que utilizarán para formar las ramas o pencas, según sea el caso.
- Fije las ramas o pencas en la parte superior del cilindro utilizando cinta adhesiva.
- Coloque un pedazo de plastilina sobre un papel y fije el cilindro sobre la plastilina para lograr estabilidad.
- Coloque el muñeco o figura preferida del niño en el tope del árbol o palma.
 Motive a los niños a identificar alternativas diciendo: "Imagina que tu muñeco/figura preferido se subió al tope del árbol/palma y no sabe cómo bajar. ¿Qué harías para bajarlo?"
- Motive a los niños y niñas a identificar recursos para bajar el muñeco o figura; emplee preguntas tales como:
 - 1. ¿Qué hay por aquí (en el área) que te pueda ayudar?
 - 2. ¿Quiénes te pueden ayudar?
 - 3. ¿Cómo puedes llegar a lo alto del árbol/palma?

- Dialogue con su niño o niña sobre la importancia de ayudar a otras personas, así como de pedir ayuda cuando ha tratado y no puede hacerlo solo.
- Integre situaciones del diario vivir cuando el niño o algún familiar hayaa necesitado ayuda. Por ejemplo:
 - 1. ¿Cómo podemos ayudar a papá / mamá / abuelo / abuela, etc. cuando no encuentra las llaves del carro, de la casa, del candado?
 - 2. ¿Cómo podemos ayudar a (añada el nombre del familiar) cuando... (mencione alguna situación común del diario vivir)?

Actividad 6:

Aprendo rapidito

Objetivos

Promover:

- Control interno.
- Uso del cuerpo para hacer representaciones.

Materiales

- "mat" de ejercicios
- música
- bolas pequeñas de "foam" rojas, colocadas en una canasta

- Invite a los niños a dramatizar el cuento, preguntando: "¿Quién quiere ser el erizo?"
- Quien sea el erizo, debe:
 - o Doblar las rodillas.
 - Sentarse encima de los tobillos mientras inhala.
 - o Mientras exhala, separar un poco las rodillas.
 - Colocar las manos al frente, en el piso, y descansar la cabeza encima de ellas.
 - Cuando está caminando, el erizo mueve las manos y los pies;
 cuando está pensando, está quieto.
- Solicite otro voluntario para dramatizar el árbol que tiene frutos. Este debe:
 - o Pararse derecho y alto.
 - Agarrar y acomodar una pierna para alcanzar balance, llevando la planta del pie a la parte interior del muslo contrario.
 - Unir ambas manos al frente del pecho con las palmas juntas y lentamente subirlas unidas hasta la parte superior de la cabeza.
- Solicite otro voluntario para dramatizar el pájaro. Este tiene que:
 - Sentarse en cuclillas con los brazos formando triángulos a los lados y las manos en el pecho. Cuando el erizo pida ayuda y el pájaro se va.
- Solicite otro voluntario para dramatizar la jirafa. Este debe:
 - 1. De pie, estirar los brazos.

- 2. Inhalar mientras se para en la punta de los pies. Este personaje tampoco ayuda al erizo y se va.
- Solicite otro voluntario para dramatizar el elefante. Este debe:
 - 1. Colocar las manos dorso con dorso. Pasar la mano derecha por encima de la izquierda, entrelazándolas.
 - 2. Doblar un poco las rodillas y caminar de esta forma.
- Dramatize el diálogo del elefante con el erizo:
 - Erizo: Hola elefante. ¿Eres tan listo como dicen que son los elefantes?
 - Elefante: Tan listo y mucho más.
 - Erizo: ¿Puedes pisar fuerte con las patas y contar hasta tres en el suelo?
 - Elefante: ¡Claro que puedo! ¡Mira!
 - Erizo: ¡Otra vez! (pero del árbol no cae nada).
 - Erizo: ¿Y hasta cuatro con las dos patas? Como del árbol no cayo nada pregunto: ¿Y serías capaz de contar hasta ocho con las cuatro patas al mismo tiempo?
- El niño que está dramatizando el árbol se mueve y deja caer las bolitas rojas de sus manos. El erizo camina alrededor del árbol.
- Envíe a otros niños a representar los personajes del cuento.

- Dramatice que el niño es el erizo y el adulto es el árbol. También pueden alternar roles.
 - 1. Erizo: dobla las rodillas. Mientras inhala, se sienta sobre los tobillos; mientras exhala, separa un poco las rodillas. Coloca las manos al frente, en el piso, y la cabeza descansa encima de ellas. Cuando el erizo camina, mueve las manos y los pies; cuando piensa, está quieto.
 - 2. Árbol: de pie, derecho y alto. Agarra y acomoda una pierna para alcanzar balance, llevando la planta del pie a la parte interior del muslo contrario. Unir ambas manos al frente del pecho con las palmas juntas y lentamente subirlas unidas hasta la parte superior de la cabeza.
- El erizo tiene mucha hambre y se acerca al árbol haciéndole cosquillas. El árbol pierde el balance y de esta forma el erizo puede comer de los frutos que caen del árbol.

Concepto: Reconocer y manejar las emociones



Una estrella para mamá

Autora: Elaine Vélez Esteve Ilustradora: Marjorie Ann Vélez

Resumen: Pícola, una niña muy ingeniosa, decide atrapar una estrella del cielo para regalársela a su mamá. Pasa toda una semana tratando de alcanzar una; hasta que encuentra una forma creativa y accesible de darle a su madre la estrella más bella que ha visto en el cielo. Las acciones de Pícola no solo destacan el **apego** y el **amor** que tiene hacia su mamá, más aún demuestran su **determinación** y **persistencia para lograr lo que se propone**.

Actividad 1:

¡Hacia una estrella!

Objetivos

Promover:

- Destrezas para resolver problemas y tomar decisiones.
- Perseverancia.
- Percepción positiva de sí.
- Establecimiento de metas claras y realistas.
- Relación cercana (apego) con las personas que los cuidan.

Materiales

- · espacio amplio y sin obstáculos
- radio
- música para niños
- papel de construcción o cartulina
- papel transparente para forrar

- Para comenzar necesita tener modelos de estrellas en papel o cartón de diferentes tamaños.
- Invite a los niños a trazar las estrellas en papel de construcción y luego recortarlas.
- Junto con los niños, coloque las estrellas en el suelo, fijándolas con cinta adhesiva, en diferentes lugares del salón.
- Invite a los niños a escoger una silueta de estrella y pararse sobre ella.
- Al escuchar el ritmo de la música, los niños comenzarán a cambiar de una estrella a otra realizando el movimiento que sea indicado por el educador. Por ejemplo:
 - o Paso de gigante.
 - o Galopando.
 - Saltando con ambos pies.
 - Saltando alternando los pies.
 - Caminando hacia delante.
 - o Caminando de espalda o en reversa.
 - o Gateando.

- En el momento en que se detenga la música, cada niño deberá estar ubicado en una estrella.
- Al detener la música, anime a los niños a imitar una de las acciones de Pícola haciendo los siguientes movimientos:
 - o Mirar para arriba.
 - o Señalar hacia arriba.
 - o Trepar la escalera.
 - Estirar los brazos.
 - Volar.
 - o Atrapar la estrella con una red.
 - o Dibujar una estrella en el aire con su dedo.

- Anime a su niño o niña a observar la naturaleza y a dibujar el elemento que más le guste (sol, flor, árbol, mar, etc.) para luego regalárselo a un familiar o amigo muy querido.
- Invitar al niño a que escriba una oración en la que explique por qué seleccionó este regalo o alguna expresión de cariño para esa persona especial.

Actividad 2:

Una estrella para alguien especial

Objetivos

Promover:

- Destrezas para resolver problemas y tomar decisiones.
- Perseverancia.
- Percepción positiva de sí.
- Establecimiento de metas claras y realistas.
- Relación cercana (apego) con las personas que los cuidan.

Materiales

- papel cartón blanco
- papel de construcción
- creyones de aceite ("oil pastels")
- tijeras
- pega
- cinta adhesiva

- El adulo debe crear las siluetas de estrellas utilizando papel cartón y recortarlas dejando su forma bien perfilada.
- Distribuya a cada niño una silueta de estrella y una hoja de papel cartón en blanco.
- Coloque o fije la silueta de la estrella sobre el papel con cinta adhesiva.
- Invite a los niños a seleccionar dos creyones de aceite de sus colores preferidos y a trazar sobre el borde de la estrella, siguiendo su forma.
- Anime a los niños a utilizar su dedo para arrastrar, hacia fuera, la pintura de la silueta hasta que quede bien marcada en la hoja de papel cartón.
- Retire la silueta de la estrella y ¡verá su forma estampada en el papel cartón! Puede pegar el estampado sobre un papel de construcción para darle un mejor acabado.
- Exhorte a los niños a pensar en un familiar o amigo especial a quien deseen regalarle la estrella y a escribir su nombre en el dibujo.

- Invite a su niño o niña a pensar en algo que desea hacer o lograr. Por ejemplo: aprender a correr bicicleta, hacer una receta, hacer nuevos amigos.
- Utilice un papel blanco o de construcción y dóblelo a la mitad; luego, dóblelo nuevamente. Al abrirlo quedarán marcados cuatro cuadrados o espacios. Trace, con su niño, una línea sobre la marca del doblez para destacar los cuatro espacios.
- En el cuadrado del lado superior izquierdo, invite a su niño a escribir su nombre. En el cuadrado superior derecho, escriba: "Lo que quiero hacer". En el cuadrado inferior izquierdo, escriba: "¿Cómo lo voy a hacer?" En el cuadrado inferior derecho, escriba: "¿Cuándo lo voy a hacer?".
- Invite al niño a pensar y a dialogar sobre la importancia de tener metas, querer lograr algo; pensar en alternativas para lograr lo que se propone; intentar hacer lo que desea.
- Invítelo a dibujar su respuesta en cada cuadrado correspondiente o puede ofrecerle su ayuda como anotador. También pueden hacer una combinación de palabras (texto) y dibujos.
- Durante el diálogo, hágale saber al niño que cuenta con la ayuda y apoyo de usted y de otras personas de su familia cuando necesite ayuda para lograr algo.

Actividad 3:

¡Yo soy la mejor estrella!

Objetivo

Reconocer la perseverancia como un valor.

Materiales

- creyones regulares y de brillo
- papel de construcción o blanco

Procedimiento

- Inicie la lectura del cuento con preguntas motivadoras, como:
 - 1. ¿Qué te gustaría regalarle a una persona que quieres mucho?
 - 2. ¿Será posible regalar una estrella?
 - 3. Yo conozco una niña llamada Pícola que quería regalarle una estrella a su mamá. ¿Quieres saber que hizo Pícola día a día?
- Lea el cuento y deténgase en cada día, invitando a los niños a dibujar una estrella con la cualidad descrita por Pícola (bonita, brillante, etc.) en el papel de construcción o blanco.
- Al concluir la lectura, los niños habrán dibujado cinco estrellas con diferentes características. Converse con ellos sobre todas las estrellas y sus cualidades, así como las cualidades asociadas a la perseverancia.
- Invite a los niños a ponerse de pie y formar una estrella con su cuerpo: brazos extendidos hacia los lados, piernas separadas.
- Exprese: "¡Tu eres la estrella!" Invite a los niños a que se den un abrazo y luego compartan su abrazo con otros amiguitos y maestras en el salón.

- Trazar y colorear estrellas con creyones de color neón o brillante.
- Recortar las estrellas y colocarlas en un lugar visible para todos los miembros de la familia.
- Dialogar sobre una meta que deseen alcanzar para esa semana. Puede ser una meta por miembro de la familia o de la familia en conjunto.

- Dibujar o representar con palabras la meta deseada y colocar el papel en un lugar visible para todos.
- A medida que vaya pasando la semana cada miembro de la familia decidirá cuántas estrellas va pegando en el dibujo o escrito de la meta familiar o individual.
- Al final de la semana, los miembros de la familia dialogarán acerca de su esfuerzo y perseverancia para lograr la meta. Es importante que, si la meta no se logró, se reconozca el esfuerzo de cada persona por lograrla y qué pueden hacer hasta conseguirlo.

Actividad 4:

¡Manos y corazón a la obra!

Objetivos

- Reconocer el control personal sobre situaciones de reto.
- Sensibilizar sobre el arte de escuchar al "corazón".

Materiales

diversidad de materiales de arte disponibles

Procedimiento

- Inicie un diálogo con los niños(as), diciendo:
 - 1. ¡Hoy vamos a hacerle un regalo a _____ (diga el nombre de una persona muy importante para el niño o la niña)! Este regalo es tan especial que tú lo vas a crear con mucho amor.
 - 2. ¿Recuerdas todos los buenos momentos que has compartido con _____? (Escuchar la respuesta de cada uno de los niños.)
 - 3. Pregúntale a tu corazón que puedes regalarle a _____.
- Modele a los niños, colocando las manos unidas en el corazón y respirando suavemente. Mantengan silencio, tal como si se estuvieran escuchando su corazón.
- Continúe el diálogo con los niños, diciendo:
 - 1. ¿Qué te dijo tu corazón? (Escuche la respuesta de cada niño.)
 - 2. Si fueras a dibujar lo que dijo tu corazón, ¿cómo sería? ¿qué materiales necesitas?
 - 3. Invitar con alegría, pues "manos y corazón a la obra." Con los materiales que tenemos disponibles aquí dibuja el regalo para _____.

- Dialogue con su niño o niña sobre algún evento difícil, pero sencillo de entender, que haya pasado y superado.
- Pregúntele y ayúdelo a identificar alguna situación que haya sido difícil para él o ella y cómo el amor y cariño de su familia lo ayudó a superarlo.
 Por ejemplo: perder la oportunidad de hacer algo que quería, cuando fue a la escuelita por primera vez, etc.
- Invítelo a dibujar un corazón en el cual colocarán el nombre de todas las personas que ama y son especiales para él o ella.

Actividad 5:

¡Soy la estrella de mamá!

Objetivos

Promover:

- · Imaginación.
- Concentración y relajación.
- Balance físico y autocontrol.
- Amor a la familia.

Materiales

- "mat" de ejercicios
- música suave

- Reúna a los niños en el área e invítelos a formar un cerco donde todos se miren y se sienten cómodamente.
- Solicite cinco voluntarios de aproximadamente la misma estatura.
- Motive a los niños, diciéndoles: "Ahora vamos nosotros a buscar una estrella usando nuestro cuerpo." Instrúyalos de la siguiente manera:
 - 1. Parado con los pies juntos y los brazos a los lados, inhala y salta de tal modo que los pies se separen según el ancho de tus hombros y los brazos se eleven a los lados.
 - 2. Exhala y salta de nuevo, esta vez separando los pies aún más; estira las manos sobre la cabeza tratando de agarrar la estrella. ¡No la puedo alcanzar!
 - 3. "Lo haré de otra forma a ver si lo logro." Sentado, junta las plantas de los pies y sostén los tobillos con ambas manos. Los pies deben estar tan cerca de tu cuerpo como te resulte cómodo. Trata de volar para alcanzar la estrella. ¡Tampoco puedo alcanzarla!
 - 4. Acostado con las piernas separadas y los brazos separados del cuerpo, quédate quieto. ¡Ahora sí eres una estrella! "¡Soy una estrella! ¡Ahora yo soy la estrella de mi mamá, de mi papá, de mi abuela ...!"
- Invite a los niños a mirarse unos a otros. Uno de pie observa a otro acostado.

 Forme otro grupo de cinco niños de igual tamaño. Pídales que se acuesten formando un círculo, abriendo las piernas y tocando los pies. Se forma la estrella y los demás podrán observar.

- Jueguen a convertirse en estrellas, acostados en el suelo, con los miembros de la familia.
- Hagan afirmaciones positivas sobre las estrellas. Por ejemplo:
 - 1. El sol es una estrella muy grande. Sin el sol no podemos vivir.
 - 2. Mi niño(a) es mi estrella porque...
 - 3. Yo soy una estrella porque... (quiero y doy besitos a mamá).

Referencias

- Amatea, E. S., Smith-Adcock, S. & Villares, E. (2006). From family deficit to family strength: Viewing families' contribution to children's learning from a family resilience perspective. *Professional School Counseling*, *9*(3), 177-189.
- Brooks, R. & Goldstein, S. (2001). Fostering strength, hope and optimism in your child: Raising resilient children. Chicago, IL: Contemporary Books.
- Emmett, J. & Harry, R. (2013). *Érase una vez un nido / Once upon a time upon a nest*. Estados Unidos: Juventud.
- Esteve, E. V. (2007). *Una estrella para mamá / A star for mom*. San Juan, PR: Universidad de Puerto Rico.
- Horning, L. E. & Gordon Rouse, A. (2002). Resilience in preschoolers and toddlers from low-income families. *Early Childhood Education Journal*, *29*(3), 155-159.
- Kim-Cohen, J., Moffitt, T. E., Caspi, A. & Taylor, A. (2004, mayo/junio). Genetic and environmental processes in young children's and vulnerability to socioeconomic deprivation. *Child Development*, *3*(75), 651-668.
- Martínez, R. (2004). *Matías pierde su lápiz*. Caracas, Venezuela: Ekaré.
- McBratney, S. & Jeram, A. (1998). *Adivina cuánto te quiero* (4ta. ed.). Madrid: Kókinos.
- Nefertiti, B. & Cairone, K. B. (2011). *Socially strong, emotionally secure. 50 activities to promote resilience in young children.* Silver Spring, MD: Gryphon House.
- Roldán, G. (2007). El erizo. Barcelona, España: Thule Ediciones.
- Ruillier, J., & Bourgeois, É. (2014). *Por cuatro esquinitas de nada*. Barcelona, España: Editorial Juventud.