



Universidad de Jaén
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

Trabajo Fin de Grado

Programa de intervención para el desarrollo de autoestima positiva en el alumnado de Educación Infantil

Alumno/a: Juana Robles Ortega

Tutor/a: María del Carmen Pegalajar Palomino
Dpto.: Pedagogía

Mayo, 2018

Índice

RESUMEN.....	4
PALABRAS CLAVE.....	4
1. Introducción.....	4
2. Justificación.....	4

Marco teórico

3. Autoestima: conceptualización y características.....	5
4. Desarrollo de la autoestima en edades tempranas.....	7
5. Como afecta la autoestima al comportamiento de los niños.....	8
6. Evaluación de la autoestima en la infancia.....	8
7. Baja autoestima en niños: Análisis de la problemática.....	9
7.1.Detección.....	9
7.2.Factores que la provocan.....	9
7.3.Influencia de la familia y la escuela.....	10
8. Importancia de la autoestima en la escuela: influencia en el rendimiento académico.....	10
9. Influencia del nivel sociocultural y económico del alumnado.....	11
10. La autoestima y su relación con el autoconcepto.....	11

Marco metodológico: desarrollo de la propuesta de intervención en la escuela para desarrollar una autoestima positiva.

11. Contextualización.....	12
12. Objetivos generales.....	13
13. Objetivos específicos.....	14
14. Contenidos.....	14
15. Desarrollo de actividades.....	15
Sesión 1: “Lo importante no se ve”.....	15
Sesión 2: “Descubrimos nuestro valor”.....	18
Sesión 3: “Nos valoramos”.....	20
Sesión 4: “Los demás ven cosas buenas en mí”.....	21
Sesión 5: “¿Cómo te sientes?”.....	22
Sesión 6: “Apreciamos las cualidades de nuestros compañeros”.....	24

Sesión 7: “Nos queremos”	24
Sesión 8: “ Construimos juntos”	25
Sesión 9: “Así somos”	28
Sesión 10: “Buscamos dentro de nosotros”	29
16. Metodología.....	31
16.1. Organización espacial.....	31
16.2. Organización temporal.....	32
16.3. Recursos humanos y materiales.....	34
17. Evaluación.....	34
17.1. Evaluación del alumnado.....	34
17.2. Evaluación de la propuesta.....	36
18. Conclusión.....	37
18.1. Limitaciones.....	38
18.2. Propuestas de futuro.....	38
19. Referencias bibliográficas.....	38
20. Anexos.....	41

RESUMEN

La propuesta de intervención que se presenta a continuación contribuye a desarrollar una autoestima positiva en la etapa de Educación Infantil, a la cual va dirigida. Durante el desarrollo del presente trabajo se puede observar la relación existente entre el concepto de autoestima y el comportamiento de los niños/as, la influencia de la familia y de la escuela en la construcción de la autoestima y una propuesta de actividades diseñadas para llevarlo a la práctica en el aula.

PALABRAS CLAVE: Autoestima, Educación Infantil, Escuela, Familia.

1. Introducción.

El desarrollo de la autoestima es fundamental para la formación de niños y niñas de Educación Infantil, especialmente para la formación de su personalidad, es decir, para que lleguen a conocerse mejor, aprendan a querer y desarrollen sus propias habilidades.

La autoestima influye en la capacidad de los niños para afrontar nuevos retos y ser más autosuficientes. De hecho, los niños con una buena autoestima suelen ser más empáticos y asertivos, a la vez que aprenden con mayor facilidad y son más creativos. Por lo general, estas cualidades se van formando con el paso del tiempo, como reflejo de la percepción que los demás y, en especial, las familias y la escuela, tienen del niño.

Del mismo modo, se ha de considerar que la autoestima es un factor esencial para la adaptación socioemocional del niño o la niña; además, facilita mayor tolerancia hacia el fracaso, desarrolla la motivación y, por tanto, el acceso a los aprendizajes.

2. Justificación.

El trabajo que se presenta a continuación trata sobre la importancia de desarrollar una autoestima positiva en los niños/as de la etapa de Educación Infantil. Es muy importante concienciarse de que la autoestima se empieza a formar durante los primeros años de vida y de que será esta la que influya de forma significativa en el desarrollo de la personalidad tanto de niños como de adultos.

Desde los inicios de la Educación Infantil, se ha considerado la educación emocional como uno de los pilares fundamentales de esta etapa, pero en la mayoría de los casos no

es un tema al que se le dedique un tiempo específico en el horario escolar, sino que más bien se trata para afrontar y solventar las diferentes situaciones que acontecen en el aula. El siguiente trabajo ayudará a comprender la influencia que tiene el contexto familiar y escolar en la formación de la autoestima, así como a concienciar a las familias y a los docentes de la importancia de trabajar este tema.

Se debe tener en cuenta que la autoestima positiva se desarrolla cuando el niño/a experimenta situaciones a partir de las cuales consigue alcanzar un logro, lo cual le reporta una gran satisfacción personal.

En la Educación Infantil se puede trabajar la autoestima de forma individual y grupal, pero es conveniente apostar, como se ha hecho en este trabajo, por trabajar la autoestima desde una perspectiva grupal donde el docente intervenga para que el niño pueda crear una imagen positiva de sí mismo y elimine las ideas negativas que tenga sobre él, creando una visión lo más ajustada posible a la realidad.

Es necesario trabajar con una metodología basada en el constructivismo y en la significación, donde se partan de los conocimientos previos del alumno para que a partir de estos pueda construir un nuevo aprendizaje.

Marco teórico

3. Autoestima: conceptualización y características.

Tal y como describe Vera (2017) “la autoestima es el sentimiento o percepción que cada uno tiene de sí mismo, teniendo la capacidad de valorarse considerando los aspectos mentales, corporales e individuales que forman parte de la personalidad del ser humano”. (p.18).

Otros autores consideran que la autoestima es la valoración que cada persona hace de sí misma mediante un proceso valorativo-acumulativo, basado en la experiencia del día a día e influenciado por los estados anímicos de períodos de tiempo continuos y duraderos. Sin embargo, no siempre tenemos el mismo auto concepto y valía de nosotros mismos y nosotras mismas (Montoya y Sol, 2001).

Se puede establecer una relación de la autoestima con la pirámide de Maslow (1945) (cit. en Gonzalez y López, 2001) en la que se establecía una jerarquía entre las necesidades de los individuos (Figura 1). En primer lugar una persona satisface sus

necesidades fisiológicas, a continuación las de seguridad, seguidamente las de pertenencia y por último las de reconocimiento y autorrealización.

Figura 1. Pirámide de Maslow.



(Fuente: Gonzalez y López, 2001).

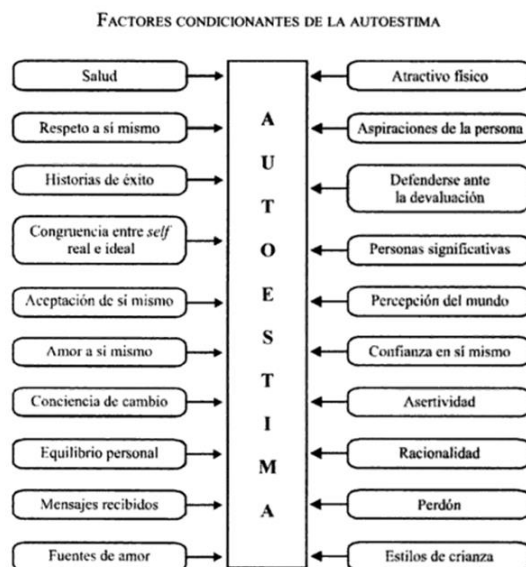
La autoestima empieza a desarrollarse durante los primeros años de vida. No nacemos con una autoestima predefinida. La autoestima se aprende, fluctúa y la podemos mejorar. Es a partir de los 5-6 años cuando empezamos a formarnos un concepto de cómo nos ven nuestros padres, maestros, compañeros y las experiencias que vamos adquiriendo (Cabrera, Aguirre, Alarcón, Cabrera, 2016).

Algunos autores como Sánchez (2008) comprenden mejor la autoestima por áreas, estableciendo que en el ámbito infantil o juvenil podemos referirnos a la autoestima estableciendo cinco áreas: área social (hace referencia a los sentimientos que despiertan en niño o adolescente las relaciones con sus amigos), área académica (pensamientos que tiene de sí mismo como estudiante), familiar (cómo se siente como miembro de su familia), imagen corporal (valoración de sus capacidades o aspecto físico) y autoestima global (valoración general que hace de sí mismo).

Existen determinados factores que condicionan la autoestima. Según González y López (2001), algunos son la salud, el atractivo físico, el respeto a sí mismo, las aspiraciones de la persona, las historias de éxito, el defenderse ante una devaluación, las personas significativas, la aceptación de sí mismo, el amor a sí mismo, la percepción del mundo

la confianza en sí mismo, la conciencia de cambio, la asertividad, el equilibrio personal y la racionalidad, entre otros (Figura 2).

Figura 2. Factores condicionantes de la autoestima.



(Fuente: González y López, 2001).

4. Desarrollo de la autoestima en edades tempranas.

De acuerdo con Roa (2013) la autoestima es un sentimiento que se desarrolla en las personas cuando se ha experimentado una satisfacción en la infancia y si se han dado ciertas condiciones, pero si por el contrario existen algunas carencias, no se desarrollan en su totalidad los siguientes aspectos que constituyen el fundamento de la autoestima:

- Vinculación: Satisfacción que obtiene el niño como consecuencia de establecer vínculos que resultan importantes para él y que además los demás también reconocen como importantes .
- Singularidad: Hace referencia al conocimiento y respeto que el niño desarrolla por las cualidades o atributos que lo hacen ser especial o diferente, las cuales además son apoyadas por el respeto y la aprobación de los demás.
- Poder: Se desarrolla cuando el niño dispone de los medios, oportunidades y capacidad para modificar las circunstancias de su vida de manera significativa.
- Pautas de guía: Reflejan la habilidad que posee el niño para referirse a los ejemplos humanos, filosóficos y prácticos adecuados que le sirven para establecer su propia escala de valores, sus objetivos, sus ideales y consolidar sus exigencias personales.

Tal y como apuntan Navarro, Tomas y Oliver (2006) “la literatura señala como principales elementos en la génesis de la autoestima infantil, la influencia familiar, es

decir, el estilo de educación y crianza, y la influencia escolar, o lo que es lo mismo, el medio académico.” (p. 10). El desarrollo de la autoestima es favorecido desde que nace, en la infancia y adolescencia, a través del reconocimiento de pequeños logros que va teniendo el niño (Ventura, Pacheco, De Luca, 2015).

5. Como afecta la autoestima al comportamiento de los niños.

Efectivamente, la autoestima afecta al comportamiento de los niños. Haeussler y Milicic (2017) sostienen que en el ámbito escolar tiene una relación directa. Si el niño tiene una autoestima positiva se comportará de forma agradable, se mostrará cooperador con sus compañeros, será responsable, tendrá un mejor rendimiento escolar y facilitará el trabajo en la escuela. En este caso el profesor probablemente ofrecerá al alumno una retroalimentación positiva, además de ser un refuerzo y un estímulo para la actitud del alumno.

Por el contrario, si su autoestima es negativa, se mostrará irritado, poco cooperador, agresivo y poco responsable. Esta situación provoca que el profesor adopte una postura más crítica, mostrando una actitud de rechazo hacia el niño, quién a su vez, se pondrá más negativo y desafiante, creándose un círculo vicioso.

Otros autores como Posse y Melgosa (cit. en Barrios, 2016) sostienen que las bases de una autoestima saludable empiezan a asentarse en el hogar durante los primeros años de vida. Los padres poseen un arma de doble filo muy importante y serán los que hagan de sus hijos sujetos seguros y satisfechos de sí mismos o por el contrario los hará inseguros, temerosos y convencidos de que el éxito es para otros.

6. Evaluación de la autoestima en la infancia.

La autoestima no es observable directamente, por lo que para evaluarla, es necesario utilizar instrumentos como cuestionarios o entrevistas, en las que haga una valoración personal. Sin embargo, estos instrumentos no resultan adecuados por diferentes razones, usan un vocabulario poco comprensible para los niños, tienen muchos ítems muy largos y muy difíciles de comprender para ellos, no son motivadores, las ilustraciones no son atractivas para los niños, las respuestas tienen más de tres opciones lo cual dificulta la decisión de los niños a la hora de responder, no tienen en cuenta las características psicoevolutivas de los niños de estas edades ni en la formulación de las preguntas ni en las respuestas y es necesario dominar el código lectoescritor para responder a las preguntas, debido a que son pruebas en las que se utiliza el lápiz y el papel (Mérida, Serrano y Tabernero, 2015).

7. Baja autoestima en niños: Análisis de la problemática

7.1. Detección.

El término de baja autoestima según Aguirre (2016) “alude a aquellas personas en las que prima un sentimiento de inseguridad e incapacidad con respecto a sí misma. Carecen de dos elementos fundamentales como son la competencia por un lado y el valor por el otro, son desanimadas, deprimidas, aisladas, consideran no poseer atractivo, incapaces de expresarse y defenderse, carecen de herramientas internas para tolerar situaciones que generan ansiedad.(p. 23).

Para detectar la baja autoestima se debe considerar que algunos autores como Garaigordobil, Durá, Pérez (2005) han encontrado una alta relación en niños que poseen una baja autoestima con la observación de una serie de conductas, tales como pueden ser conductas antisociales, problemas de timidez, problemas escolares, problemas de ansiedad e incluso problemas psicopatológicos. No obstante, algunas características que podemos asociar a individuos de baja autoestima según Roa (2013) y que nos pueden servir para su detección son que no tiene iniciativa y necesita que otros lo guíen, presenta inquietud hacia los nuevos retos, se pone a la defensiva inmediatamente, tiene miedo a relacionarse con los demás porque teme no ser aceptado, no quiere asumir responsabilidades, no le gusta mostrar sus emociones y sentimientos y se deja influir por otras personas que considera superiores a él.

7.2. Factores que la provocan.

Diferentes estudios han observado que los medios de comunicación desempeñan un papel fundamental en la formación de ideales de belleza en torno a los cuales los niños se autoevalúan (Calado, Lameiras, Sepúlveda, Rodríguez y Carrera, 2011). Estos ideales son reforzados por los padres que al transmitir a sus hijos esta idea, contribuyen a que desarrollen una preocupación excesiva durante la adolescencia (Haworth, 2000).

Otro de los factores que afecta negativamente al desarrollo de la autoestima durante la infancia y la adolescencia es el bullying o acoso escolar. Se destaca el papel de los medios de comunicación que resaltan la violencia y ofrecen una valoración positiva de los rasgos de agresividad y dominancia de los niños varones (Christakis y Zimmerman, 2007). En esta misma línea, se debe considerar que existen diferentes estudios que vinculan el maltrato infantil y adolescente con la autoestima (Kim y Cicchetti, 2004). Probablemente entre los temas de mayor prevalencia se encuentra el impacto del fracaso escolar y el desempeño académico en la autoestima de niños, adolescentes y jóvenes (Erturgut, P y Erturgut, R., 2010).

7.3. Influencia de la familia y la escuela.

Autores como Montoya y Landero (2008) consideran que “la familia, como organización primaria, debe garantizar protección, seguridad, comunicación y una buena estabilidad emocional, en donde se incluyen algunos factores del bienestar emocional, como la satisfacción con la vida y la autoestima.” (p. 118).

Otros como Espinoza y Balcázar (2002) argumentan que la familia es la piedra angular de la autoestima y el autoconcepto, ya que es con los padres con los que el niño se identifica y quienes generan los ambientes correctos para que el niño pueda tener un desarrollo adecuado. Además son los encargados de transmitir aprendizajes, tales como la confianza y el amor propio, entre otros; los cuales son interiorizados por el niño pasando a ser una parte importante en la construcción de la personalidad, aunado a las experiencias.

La familia, tal y como piensan Álvarez y Vásconez (2015) sigue siendo la principal fuente de humanidad y de autoestima en la vida de los individuos. Si la familia funciona como un grupo primario, es decir, como un grupo libremente elegido o libremente aceptado, donde se establecen profundas relaciones de comunicación; ayudará a la humanización de sus componentes, a su dignificación, a su autovaloración y a mejorar la autoestima de cada uno de sus miembros.

En lo que se refiere a la escuela, Murillo y Hernández (2014) consideran que es necesaria para fomentar el autoconocimiento y la autoestima. Es en esta institución donde se fomenta que los estudiantes aprendan acerca de quiénes son y de donde vienen. En el aula se cuida la dignidad de su cultura, capital social, capacidad, etnia, religión, color de piel, género, orientación sexual, etcétera

8. Importancia de la autoestima en la escuela: influencia en el rendimiento académico.

Tal y como declara Miranda (s.f.) desde hace muchos años, las calificaciones escolares son un indicador para padres y profesores de lo que valen los alumnos y por tanto, este pensamiento se transmite a los niños. (...) Los niños no entran en el colegio con una autoestima predeterminada, sino que su autoestima está en proceso de formación, por lo que las calificaciones y valoraciones que les reporten los profesores y los padres serán muy importantes para ellos. Si estas valoraciones son siempre negativas, el niño terminará por abandonar y no renegar de la tarea escolar. Si se llega a ese punto, comienza un ciclo autodestructivo, que hace que la situación únicamente

empeore. Pero si por el contrario los profesores les ofrecen a los alumnos un feedback basado en la crítica constructiva y el refuerzo positivo, provocarán una mayor autoestima en el aula. Esto supone que el estudiante crea en sí mismo, encauce todo su esfuerzo en superarse y de este modo mejorará sus resultados.

Se puede afirmar, por tanto, que existe relación entre el rendimiento académico y la autoestima tal y como señala Vildoso (2003) la autoestima permite la superación personal del individuo debido a que se encuentra ligada a todas las manifestaciones humanas. La importancia que tiene la autoestima reside en que de ser negativa causa en el alumno una gran pérdida de confianza en sí mismo, lo que conllevaría a un bajo rendimiento académico.

Un individuo que confía en sí mismo y en su capacidad para organizar y ejecutar una determinada acción que resuelva o realice una tarea, es un individuo con unos resultados exitosos, resultados que retroalimentan el desarrollo de una autoestima positiva (Caso y Hernández, 2007).

9. Influencia del nivel sociocultural y económico del alumnado.

Diversas investigaciones subrayan la relación entre la autoestima y las interacciones sociales (Sowislo y Orth, 2013). Las personas con baja autoestima piensan que son menos agradables y atractivas, que tienen peores relaciones sociales y que generan una peor impresión en los otros que las personas con alta autoestima (Baumeister, Campbell, Krueger y Vohs, 2003).

Una de las consecuencias de las recesiones económicas concreta Giorguli (2002) que es el establecimiento de las familias extensas, lo cual ayudaba a la familia a disminuir los gastos, aunque no necesariamente implicaba que las mujeres se insertasen en el campo laboral. Sin embargo, cuando las familias son monoparentales la mayoría de las veces los hijos son obligados a abandonar la escuela para contribuir con los gastos familiares y las hijas con los cuidados de los hermanos o con realización tareas del hogar, aunque es más frecuente en las familias extensas o familias monoparentales con jefatura masculina.

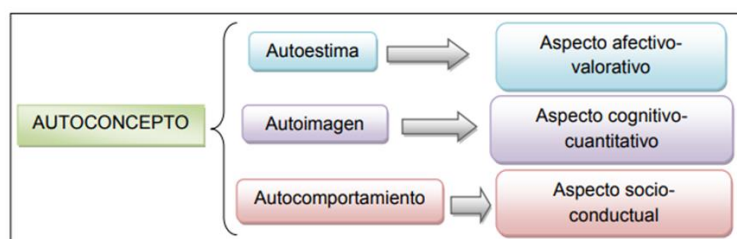
10. Autoestima y su relación con el autoconcepto.

Tal y como testifica Ayerra (2013) a pesar de que muchas veces se usan ambos de forma indiferente, es importante no confundirlos. El autoconcepto y la autoestima son dos elementos inseparables de la concepción de uno mismo. Se puede afirmar que la

autoestima forma parte del autoconcepto. La estima es la actitud que cada sujeto tiene hacia sí mismo, es decir, la valoración positiva o negativa que hace de sus propias características. Mientras que la autoestima es algo que experimentamos y sentimos en nosotros mismos, el autoconcepto es la opinión que una persona posee acerca de sí misma.

La estructura multidimensional de la autoestima aparece señalada por Cava y Musitu, (2000). La valoración en cada una de sus dimensiones es diferente y todas ellas conforman lo que conocemos como autoestima. Según este pensamiento, tenemos en nuestra mente un concepto de nosotros mismos y del mismo modo, una valoración de este concepto, diferente en cada uno de los ámbitos importantes de nuestra vida. Por esta razón, es necesario que el individuo potencie sus dimensiones para alcanzar una alta autoestima, lo que comúnmente se conoce como autoestima positiva. En definitiva, el autoconcepto engloba a la autoestima, de modo que todo lo que afecte a la autoestima del niño afectará en mayor o menor medida a su autoconcepto(Figura 3).

Figura 3. Componentes del autoconcepto.



(Fuente: Cava y Musitu, 2000).

Marco metodológico: desarrollo de la propuesta de intervención en la escuela para desarrollar una autoestima positiva.

11. Contextualización.

Las actividades van dirigidas al segundo ciclo Educación Infantil, concretamente a una clase de 25 alumnos de 5 y 6 años del colegio Monseñor Miguel Castillejo-Fundación Vera Cruz.

El Colegio Monseñor Miguel Castillejo- Fundación Veracruz es un centro concertado que se encuentra ubicado en la localidad de Jaén capital. Sus aulas están ocupadas por

un total de 693 alumnos, de los cuales 152 pertenecen a la etapa de Educación Infantil, que está formada por dos líneas. En cuanto a la plantilla de profesores está formada por 39 docentes.

En cuanto a las familias, debemos tener en cuenta que se trata de una población con una estructura muy joven, puesto que la mayor parte de las familias son parejas que eligieron este barrio para vivir al contraer matrimonio, por ello la edad media de los padres y madres probablemente no supere los 40-50 años.

El nivel cultural y económico general es medio, con minorías de niveles más bajos, debido a la presencia de viviendas sociales en las cercanías. La mayoría son de convicciones religiosas católicas, educación que es la que desean para sus hijos.

El grado de conflictividad familiar es bajo registrándose un porcentaje mínimo de matrimonios en situación de separación o divorcio, aunque este cada día va en aumento. La conflictividad social también es baja, aunque en las citadas viviendas sociales se observa un aumento de la conflictividad, que no afecta actualmente en la convivencia del centro.

Las aulas trabajan de forma interdisciplinar, debido a que las dos líneas trabajan el mismo contenido y las mismas actividades. Cada una de las dos clases de 3, 4 y 5 años llevan a cabo la misma programación. Aunque si bien es cierto que hay que exceptuar los alumnos con NEE(Necesidades educativas especiales).

12. Objetivos generales.

La finalidad principal de la presente propuesta de intervención es el desarrollo de una autoestima positiva en la etapa de Educación Infantil, pero igualmente tiene otras finalidades como son:

- Favorecer en el alumnado de Educación Infantil la toma de conciencia de la imagen de sí mismo.
- Fomentar la progresiva formación de una autoestima positiva en los niños y niñas de Educación Infantil.
- Contribuir a suprimir el sentimiento de vergüenza que surge a raíz de concienciarse de los aspectos negativos de la personalidad.
- Aprender a valorar positivamente las acciones propias y ajenas dentro y fuera de la escuela.

13. Objetivos específicos.

De forma más específica esta propuesta pretende también que los niños desarrollen los siguientes aspectos:

- Potenciar el descubrimiento del valor interior de cada persona.
- Despertar el amor propio en el alumnado de Educación Infantil.
- Expresar una opinión de forma respetuosa.
- Aprender a escuchar y respetar las opiniones de los demás.
- Fomentar la expresión ideas y proyectos futuros.
- Cultivar la autoestima al recibir la imagen positiva que los compañeros proyectan sobre cada uno.
- Generar confianza en los demás.
- Aprender a apreciar las diferencias físicas de los demás.
- Desarrollar el sentimiento de auto control y auto confianza en nosotros mismos según como nos valoren los demás.
- Respetar que cada uno de nosotros somos diferentes.
- Identificar las emociones de la alegría o de la tristeza según me valoren los demás.
- Expresar emociones y asociarlas a determinadas situaciones.
- Respetar las cualidades, sentimientos y capacidades de los demás.
- Emplear adecuadamente el lenguaje oral y escrito.

14. Contenidos.

CONTENIDOS CONCEPTUALES	CONTENIDOS PROCEDIMENTALES	CONTENIDOS ACTITUDINALES
La autoestima.	Desarrollo de la autoestima.	Aceptación de sí mismo.
Valor interior de cada persona.	Desarrollo del autoconcepto.	Valoración positiva de mis características y de las de los demás.
Amor propio.	Experimenta las características del autorretrato.	Actitud positiva hacia las propias características “como soy” (alegre, miedoso, tímido, etc.)

Sentimientos, valores.	Detección de sentimientos y valores.	Apreciación de los sentimientos y valores propios y ajenos.
Estados de ánimo.	Distinción entre las emociones de alegría o tristeza según me valoren los demás.	Interiorización de los estados de ánimo.
Cualidades y capacidades propias y de los demás.	Identificación de las cualidades y capacidades.	Creación de un sentimiento de autocontrol y autoconfianza en función de cómo me valoren los demás.
Partes del cuerpo.	Identificación de las propias características físicas (alto, delgado, ojos azules, pelo liso, etc.).	Respeto hacia el físico ajeno.
Personalidad.	Descripción de la propia imagen.	Toma de conciencia de la propia personalidad.
Lenguaje escrito y lenguaje oral.	- Desarrollo de la motricidad fina. -Desarrollo de la motricidad gruesa.	Esfuerzo por utilizar el lenguaje oral y escrito de forma adecuada.

15. Desarrollo de las actividades.

A continuación se presentarán las actividades con su temporalización, agrupamientos, recursos materiales y su localización espacial. Las actividades están divididas por sesiones y ordenadas cronológicamente.

Además de las actividades se debe tener en cuenta que en el colegio cada mañana a primera hora se realiza una rutina en la que se incluye la asamblea y donde recuerdan lo que hicieron el día anterior.

Sesión 1: “Lo importante no se ve”

Actividad 1: Cortometraje “Boundin”

Por la mañana cuando los niños lleguen a clase se les presentará en cortometraje de Pixar llamado “Boundin” que fue publicado en el año 2003 y dirigido por Bud Luckey.

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=S1LEhmhxS0g>

Argumento

Es una historia de oveja con una lana preciosa que vive en una hermosa pradera junto con el resto de animales. La oveja se pasea orgullosa todos los días por la pradera porque sabe que su lana es de primera calidad. Pero un día ocurre un imprevisto, llega un camión y se la lleva y cuando la devuelven a su pradera en medio de la lluvia, la traen esquilada. La oveja se siente muy triste porque ha perdido su orgullo y su autoestima. Un día llega un conejo con unas enormes orejas y le enseña a la deprimida oveja que con lana o no, nuestro interior es lo que cuenta, lo que nos hace especiales y lo que nos ayudará a resolver nuestros problemas. Esto hace que la oveja recupere su alegría.

Al final el video, se realizará una pequeña asamblea y para que los niños puedan comentar que les ha parecido. En la asamblea se les plantearán preguntas del tipo: ¿Creéis que el cuerpo es muy importante? ¿Es más importante el cuerpo o la mente? ¿Os resulta muy importante lo que piensen de vosotros? ¿Pensáis que lo importante está en el interior?

TEMPORALIZACIÓN	El cortometraje dura 4:30 minutos y a continuación se dedicará una media hora para comentarlo, por lo que el tiempo total será de unos 45 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Esta actividad se llevará a cabo con todo el grupo clase.
RECURSOS MATERIALES	Se necesitará un ordenador y un proyector para visualizar el corto.
LOCALIZACIÓN	La actividad se llevará a cabo en el aula habitual. En primer lugar visualizarán el corto en sus pupitres y posteriormente pasarán a la asamblea para comentarlo.

Actividad 2: Nos queremos

En primer lugar se les plantearán preguntas del tipo: ¿Quién quiere a su papa? ¿Quién quiere a su mamá? ¿Quién quiere a sus amigos? ¿Quién se quiere a sí mismo?

Después se les hará reflexionar diciéndoles: A nuestros papás, a nuestras mamás, a nuestros amigos los queremos mucho, los cuidamos, los abrazamos y los tratamos con amor. Y si nosotros también nos queremos, ¿Por qué no nos tratamos con amor? Vamos a intentar abrazarnos y darnos besos a nosotros mismos.

Se cantará una canción sencilla, como puede ser:

Un, dos, tres me abrazo otra vez

Un, dos, tres me beso otra vez

Se realizarán varias repeticiones y se les explicará que cuando la canción diga que nos abrazamos lo haremos poniendo nuestra mano derecha sobre nuestro hombro izquierdo y nuestra mano izquierda sobre nuestro hombro derecho, de forma que nos demos un auto abrazo. En cambio, cuando la canción diga que nos besamos, daremos un beso en nuestras manos y lo llevaremos a nuestras mejillas. Para que los niños entiendan esta actividad realizaremos primero una demostración. Se puede terminar la actividad preguntándoles cómo se han sentido, si se habían besado o abrazado ellos mismos alguna vez, si creen que es importante hacerlo.

TEMPORALIZACIÓN	La actividad tendrá una duración de unos 30 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Se llevará a cabo con todo el grupo clase.
RECURSOS MATERIALES	No se necesita ningún material.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo dentro del aula habitual.

Actividad 3: Resplandor del sol

Los niños se tumbarán en una colchoneta bocabajo con los ojos cerrados, se pondrá una música relajante, enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=HklyqPhYwG8> y se les leerá el siguiente texto:

Vamos a escuchar nuestra respiración, ¿la oís? Respiramos muy muy fuerte y sacamos todo el aire fuera. Apretamos los ojos e imaginamos que un rayo de sol ilumina nuestra barriga, dándonos mucho calor y muchísima energía. Ahora el sol está iluminando nuestra cabeza y baja muy despacito hasta nuestros pies. ¿Lo sentís? Ha iluminado todo nuestro cuerpo. Vamos a quedarnos con la luz en nuestro cuerpo y cuando estemos llenos de energía vamos a levantarnos.

De este modo, conseguiremos que los niños comprendan que dentro de su cuerpo tienen mucha energía y que están preparados para hacer muchas buenas acciones.

TEMPORALIZACIÓN	La actividad tendrá una duración de 45 minutos.
AGRUPAMIENTOS	La actividad se realizará con todo el grupo de clase, pero será individual puesto que es cada niño el que experimenta la sensación de individualmente.
RECURSOS MATERIALES	Se necesitarán colchonetas, un radio casete y un cd con música relajante.
LOCALIZACIÓN	La actividad se llevará a cabo en el gimnasio del colegio.

Sesión 2: “Descubrimos nuestro valor”

Actividad 4: Cuento “La flor tímida”

Los niños se sentarán en la asamblea y se les leerá el siguiente cuento:

Érase una vez una florecilla que estuvo cerrada durante mucho tiempo. Temía abrirse y que la vinieran por dentro. No os podéis imaginar el temor que sentía tan sólo con pensar que la verían sus hermanas, ellas que eran tan hermosas. Pero los rayos del sol anunciaban que ya había acabado el invierno. Muy pronto el rey del cielo comienza a llamar a la puerta cada flor: “Pom, pom, pom”,... Diciendo:

-Despierta, despierta, ábrete preciosa, ya se ha acabado el sueño de invierno.

Nuestra florecilla también recibió la llamada del rey del cielo, sus rayos la acariciaron haciéndole cosquillas, y no tuvo más remedio que despertarse. Quiso abrirse para agradar al sol, pero cuando estaba intentándolo recordó su miedo y volvió a cerrarse. El sol que conocía muy bien al despertar de las flores, tuvo más paciencia con ella que con ninguna. Cada ratito le susurraba:-Abrete, ábrete, pequeña, a lo que ella contestaba con un rotundo no.-Bueno, entonces dime qué te pasa- preguntó el sol -La florecilla escondida, le contestó con mucha timidez:- Tengo miedo de no ser cómo los demás..., de que no me quieran. En ese momento, el sol alumbrado, descubrió que estaba llena de lágrimas por dentro. Un resplandor dorado secó las gotitas desprendidas de la flor, mientras el sol le decía:- Todas las flores padecen el mismo miedo que tu: desde la más grande hasta la más pequeñita teme abrirse al mundo, le asusta abrirse al mundo, le asusta crecer. Sin embargo, cuando la Diosa Primavera que se aposenta en su seno le pide que se abran y alegren a todas las criaturas, todas abren sus pétalos para cantar la canción del existir, y todas son bellísimas porque dan lo que tienen.

Entonces la florecilla se atrevió a mirarse por dentro, y escuchó la voz de la primavera que le latía muy hondo: -Ábrete, crece y alegra la vida cantando mi canción. La flor así lo hizo, en un abrir de hojas pasó del miedo a la alegría, siendo otra bella flor de la naturaleza.

Una vez leído el cuento se le dará un dibujo de una flor (Anexo I), la cual tendrán que colorear imaginándose como estará ahora la flor del cuento. Con esta actividad descubrimos que cada uno de nosotros tenemos valor, que aunque seamos diferentes, todos tenemos miedos aun así tenemos que esforzarnos por ser felices y hacer felices a los demás.

TEMPORALIZACIÓN	La actividad tendrá una duración de 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	El cuento se le leerá a toda la clase pero la ficha se realizará de forma individual.
RECURSOS MATERIALES	Se necesitará el cuento impreso o en formato digital para leérselo a los niños, las fichas de la flor para colorear y ceras.
LOCALIZACIÓN	La actividad se llevará a cabo en el aula de clase habitual.

Actividad 5: Conocemos nuestras aficiones

Los niños se sentarán en círculo en la asamblea. El profesor/a pedirá que cada uno de ellos diga algo que le guste mucho hacer, el compañero de al lado tendrá que repetir lo que ha dicho su compañero y decir la suya. Después cada niño dirá que quiere ser cuando sea mayor y el compañero de lado lo repetirá, se cambiará el sentido del círculo. Una vez que todos los niños hayan hablado, el profesor elogiará sus aficiones y les explicará que todos somos diferentes pero que a todos nos gustan hacer cosas.

TEMPORALIZACIÓN	La actividad durará 45 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Se llevará a cabo con toda la clase.
RECURSOS MATERIALES	No se necesita ningún material para esta actividad.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en la asamblea dentro del aula ordinaria.

Actividad 6: Jugamos a los bolos

Cada niño lanzará una pelota para derribar los bolos. Por cada bolo que tire el niño

tendrá que decir algo bueno de él o ella misma. También se puede jugar haciendo que cada niño diga algo bueno que haya conseguido y el profesor/a irá apuntándolos en un mural que después se colgará en clase, de este modo podrán recordar que son capaces de hacer muchas cosas buenas.

TEMPORALIZACIÓN	La actividad durará 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se llevará a cabo individualmente, aunque escucharán todos los compañeros.
RECURSOS MATERIALES	Bolos (pueden ser sustituidos por botellas de arena o agua) y una pelota.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el gimnasio del colegio.

Sesión 3: “Nos valoramos”

Actividad 7: Como me ven los demás

El profesor dividirá la clase en 5 grupos de 5 alumnos. En cada grupo se empieza aleatoriamente por uno de los miembros, durante aproximadamente 2 o 3 minutos, el resto de los niños de su grupo tendrán que decir cosas buenas de su compañero. Posteriormente, se rotarán los papeles, de forma que todos vean las cosas buenas que sus compañeros piensan de él/ella.

Al terminar la actividad los niños que quieran comentarán en clase las cosas buenas que sus compañeros han dicho de él/ella.

TEMPORALIZACIÓN	La actividad tendrá una duración de 45 minutos.
AGRUPAMIENTOS	La clase se dividirá en 5 grupos de 5 niños.
RECURSOS MATERIALES	Para esta actividad no se necesita ningún material.
LOCALIZACIÓN	La actividad se llevará a cabo en el aula de clase habitual.

Actividad 8: Siluetas grandes

Se harán parejas. Un niño se tumbará en el suelo sobre papel continuo y su compañero dibujará su silueta con pintura de dedos. A continuación se cambiarán los roles. Una vez que la silueta de todos los niños este dibujada, el profesor/a colgará el papel continuo en la clase y todos juntos debatirán: ¿Cómo es nuestro cuerpo? ¿Somos todos iguales? ¿Nos parecemos?

TEMPORALIZACIÓN	La actividad durará 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Primero se agruparán por parejas para realizar las siluetas y posteriormente se trabajará con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Papel continuo y pintura de dedos.
LOCALIZACIÓN	Esta actividad se llevará a cabo en el patio del colegio.

Actividad 9: Yo tengo...y me gusta

Cada niño/a tendrá que decir algo que tenga el mismo y que le guste. Empezará el profesor/a diciendo por ejemplo: Yo tengo ojos y me gustan, ¡ole mis ojos!. Se puede hacer con aspectos físicos, aspectos de la personalidad o incluso con elementos materiales. Con esta actividad los niños resaltarán cosas que les gustan de ellos mismos y verán que tanto ellos como sus compañeros tienen muchas cosas buenas.

TEMPORALIZACIÓN	La actividad durará 30 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará con toda la clase.
RECURSOS MATERIALES	Para esta actividad no se necesita ningún material.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el aula de clase habitual.

Sesión 4: “Los demás ven cosas buenas en mí”

Actividad 10: El juego del sobre

Se colocarán en círculo. A cada niño se le repartirá un sobre y una hoja y se le pedirá que escriba tres defectos que reconoce en sí mismo. También pueden ser características que no les gustan de sí y que desearía cambiar. Luego colocan la lista dentro del sobre y lo cierran. Una vez que todos los niños hayan metido la hoja dentro del sobre tendrán que dárselo al niño que tienen a su derecha y este deberá escribir tres cualidades o virtudes que reconoce en la persona del sobre. Esto lo escribirá en el exterior. El juego finalizará cuando el sobre llegue a manos del dueño.

La finalidad de este juego es mostrarle a cada uno, que si bien tienen defectos, también tiene muchas virtudes.

TEMPORALIZACIÓN	El juego tendrá una duración de 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará con todo el grupo de clase.

RECURSOS MATERIALES	25 sobres, 25 hojas de papel y 25 lápices.
LOCALIZACIÓN	Se ubicarán en el rincón de la asamblea.

Actividad 11: ¿Sabes quién es?

Se colocarán en el rincón de la asamblea. La profesora habrá elaborado un micrófono con un palo y papel de aluminio para resaltar, motivándolos así a hablar en público.

Se elegirá un niño/a al azar y tendrá que pensar en un compañero/a para describirlo (características físicas, como por ejemplo: ojos azules y pelo rizado; y emocionales, como por ejemplo: siempre sonríe), sin decir su nombre. Cuando adivinen quién es, éste niño o niña dirá como se ha sentido tras la descripción que ha hecho su compañero/a de él o ella. Quién adivine tendrá que describir a otro.

TEMPORALIZACIÓN	Esta actividad durará 45 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Micrófono elaborado por la profesora: palo y bola de papel de aluminio.
LOCALIZACIÓN	Rincón de la asamblea.

Actividad 12: Todos tenemos cosas buenas

En el gimnasio la maestra o el maestro colocarán aros en el suelo. A continuación, les explicará que va a poner música y cuando la pare por ejemplo dirá “todos los niños o niñas que tengan pelo rubio”, entonces cada niño o niña con esa característica se colocará en un aro. Sin embargo, si hay 5 niños o niñas rubios, habrá un aro menos, entonces el niño o niña rubio/a que se quede fuera tendrá que decir una cosa buena de los que están dentro de un aro. Así verán que aunque todos tengan el pelo rubio, además cada uno tiene sus propias características como (comparte los juguetes, es buen amigo, etc.).

TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 30 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Se llevará a cabo con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Se necesitarán aros.
LOCALIZACIÓN	Se ubicarán en el gimnasio del colegio.

Sesión 5: “¿Cómo te sientes?”

Actividad 13: Identificamos emociones

En el gimnasio se colocarán frente a un espejo grande. La maestra o el maestro explicará las emociones que se van a trabajar, diciendo por ejemplo que cosas te pueden hacer sentir alegre, triste, sorprendido, etc. Una vez explicada cada emoción, todos reflejarán las emociones frente al espejo, es decir, el maestro/a hará la expresión y ellos la imitarán. Al final se enseñarán las imágenes de las emociones (*Anexo II*) y tendrán que identificarlas con su nombre, diciendo en qué momento se sienten así.

TEMPORALIZACIÓN	La actividad durará 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará con todo el grupo clase.
RECURSOS MATERIALES	Espejo e imágenes con emociones.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el gimnasio.

Actividad 14: Somos un espejo

En el patio, se distribuirán por parejas y se pondrá música de fondo. Un componente de la pareja tendrá que realizar movimientos y su compañero/a de pareja tendrá que imitarlo, puesto que son un espejo. Después se cambiarán los roles y las parejas. El objetivo es que se relacionen con todos los niños y pierdan la vergüenza viendo que todos somos iguales.

TEMPORALIZACIÓN	La actividad durará 45 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Se dividirán por parejas.
RECURSOS MATERIALES	No es necesario ningún material.
LOCALIZACIÓN	La realizarán en el patio del colegio.

Actividad 15: Golosinas

El profesor/a repartirá una golosina a cada niño y pedirá que la mastiquen y se la coman rápido. A continuación repartirá otra y pedirá que la mastiquen muy despacio y se la traguen poquito a poco. Después les preguntará: ¿Cuál habéis podido saborear mejor? ¿Cuál habéis disfrutado más? Entonces les explicará la relación que hay entre conocer a un compañero rápidamente o conocerlo de forma más profunda. Les comentará que no es bueno hablar sobre una persona que no conocemos muy bien, sino que debemos invertir tiempo en conocerla.

TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 30 minutos.
------------------------	------------------------------------

AGRUPAMIENTOS	Se llevará a cabo con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Gominolas.
LOCALIZACIÓN	Rincón de la asamblea.

Sesión 6: “Apreciamos las cualidades de nuestros compañeros

Actividad 16: Me gustan tus cualidades	
Se pegará con celo una hoja en la espalda de cada niño y sus compañeros tendrán que escribirle al menos una cualidad positiva. Se pondrá música e irán escribiendo en el orden que les apetezca, con la condición de que tienen que escribirle a todos los niños/as. Al finalizar la actividad, se despegarán la hoja y leerán en voz alta lo que sus compañeros han escrito sobre ellos.	
TEMPORALIZACIÓN	Durará 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Hojas de papel, celo y lápices.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el gimnasio.

Actividad 17: ¡Atrapa el balón!	
Uno de los jugadores (Pablo) toma el balón y lo lanza hacia arriba al mismo tiempo que dice el nombre de otro jugador (Lorenzo). Éste corre a coger el balón y los demás se alejan corriendo. Para que paren de correr el jugador nombrado tiene que coger el balón y gritar el nombre del jugador que le nombró y, además, una característica suya (por ejemplo, “¡Pablo, es alto!”). Cuando los demás jugadores lo oigan deben pararse para iniciar de nuevo el juego.	
TEMPORALIZACIÓN	Se realizará durante 30 minutos.
AGRUPAMIENTOS	La realiza todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Un balón.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el patio del colegio.

Actividad 18: Formamos una estrella	
Estarán sentados en círculo sin dejar espacios vacíos. El ovillo lo tiene el profesor y se lo lanza a otra persona del grupo sujetando el extremo. Justo antes de lanzarlo dice en voz alta: “Me llamo... y quiero ofreceros mi... (una cualidad personal positiva)”. Quien	

recibe el ovillo dice su nombre y una cualidad positiva que quiere ofrecer al grupo. Cuando termina lanza el ovillo a otra persona sujetando el hilo de manera que quede más o menos tenso (sin que llegue a tocar el suelo). Cuando todos hayan recibido el ovillo quedará formada una estrella de tantas puntas como participantes.

TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 30 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Se llevará a cabo con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Un ovillo de lana.
LOCALIZACIÓN	Rincón de la asamblea.

Sesión 7: “Nos queremos”

Actividad 19: Esto es un abrazo

Se colocan en círculo. Empieza un niño/a al azar y le da un abrazo al compañero de la derecha. El compañero le pregunta: ¿esto qué es?, a lo que el que ha empezado le responde un abrazo y se lo vuelve a dar. El niño que ha recibido el abrazo hace la misma acción con el compañero que tiene a la derecha y así hasta que todos hayan recibido abrazos. Después se puede hacer otra ronda con besos u otras variantes. Al finalizar se les preguntará: ¿Cómo te has sentido? ¿Te gusta que te den besos y abrazos? ¿Crees que es bueno abrazarse y besarse?

TEMPORALIZACIÓN	Durará 45 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Se llevará a cabo con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	No se necesitan materiales.
LOCALIZACIÓN	Se realizará en el rincón de la asamblea.

Actividad 20: El regalo

Se les pedirán que formen parejas. El profesor/a repartirá hojas de papel, colores y pegatinas a cada niño. Cada miembro tendrá que dibujarle un regalo que le haría a su pareja. Cuando todos hayan realizado su regalo, saldrán por parejas y explicarán a la clase que le regalan a su compañero y porque. El profesor/a debe dar la consigna de que todos los regalos deben de ser positivos y agradables. Con esta actividad el niño/a se sentirá querido y elogiado y verá que es importante para sus compañeros.

TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se llevará a cabo en primer lugar por parejas y a

	continuación con el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Hojas de papel, colores y pegatinas.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el aula habitual.

Actividad 21: Patata	
Salen los niños de uno en uno. Indicamos (en el oído) al niño que sale a la pizarra qué sentimiento tiene que representar para la foto. Mientras que el niño posa y le hacemos la foto, el resto de la clase ha de adivinar de qué sentimiento se trata. Una vez identificado, preguntamos a los participantes en qué situaciones se encuentran así. Al final, hacemos tres foto a toda la clase, una en la que estén todos tristes, otra en la que estén todos alegres y otra en la que estén todos enfadados. Luego las revelamos y las colgamos en la clase, también se puede ampliar añadiendo otras emociones como el miedo, la vergüenza, etc.	
TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará la primera parte de forma individual y a continuación con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Cámara de fotos.
LOCALIZACIÓN	Se ubicará en el aula de clase habitual.

Sesión 8: “Construimos juntos”

Actividad 22: Carrera de hojas	
La profesora colocará en el suelo una foto grande de la clase. Y colocará una bolsa llena de hojas a una distancia no muy grande. Los niños tendrán que ir y coger de uno en uno las hojitas de la bolsa y leerlas. Cada una tendrá un sentimiento o valor, que puede ser positivo (amor, respeto, solidaridad...) o negativo (odio, insultos, peleas). Los niños tendrán que hacer que los sentimientos que quieran que estén en su clase, lleguen a ella. Para ello, colocarán la hoja en el suelo y tendrán que soplarle entre todos hasta que llegue a la foto de la clase que la profesora ha colocado en el suelo. Los sentimientos negativos, tendrán que volver a introducirlos en la bolsa y tirarlos a la papelería. De esta manera, entenderán que valores y sentimientos quieren que estén en su clase y cuáles no.	
TEMPORALIZACIÓN	Durará 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará con todo el grupo de clase.

RECURSOS MATERIALES	Foto grande de la clase, cielo, hojas de papel y una bolsa grande.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el gimnasio.

Actividad 23: Somos un equipo de escultores

Se dividirá la clase en 3 grupos, el grupo 1 no podrá moverse, el grupo 2 serán los que muevan al grupo 1, según las instrucciones del grupo 3. El grupo 3 solo podrán dar instrucciones. La profesora mostrará una imagen sencilla al grupo 3 y estos tendrán que darle las indicaciones (solamente orales, no se pueden hacer gestos) a sus compañeros del grupo 2, que son los que moldearán al grupo uno para crear la figura de la imagen. Una vez creada, se rotarán los grupos para que todos puedan realizar todas las funciones.

TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se dividirá la clase en 3 grandes grupos.
RECURSOS MATERIALES	Imágenes de figuras sencillas.
LOCALIZACIÓN	Se ubicarán en el gimnasio del colegio.

Actividad 24: Navegamos en el barco

La profesora dividirá la clase en 2 grandes grupos y le dará a cada uno un barco grande que previamente habrá dibujado en papel continuo. Explicará que cada grupo va a tener un barco y que van a realizar un viaje por el mar, donde los tiburones tienen mucha hambre y se van comiendo trozos del barco, por eso cada vez será más pequeño. Estará prohibido pisar el suelo porque eso significa que nos hemos caído al agua.

Cada grupo se pondrá de pie encima de su barco y la profesora pondrá la música. Los niños tendrán que bailar encima del barco, cada vez que se pare la música, la profesora recortará un trozo de barco. Ganará el grupo que más aguante sin pisar el suelo porque esto significa que no se ha hundido su barco.

TEMPORALIZACIÓN	Durará 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	La clase estará dividida en dos grandes grupos.
RECURSOS MATERIALES	Dos trozos de papel continuo con un barco dibujado, radio casete y música.
LOCALIZACIÓN	Se realizará en el gimnasio del colegio.

Sesión 9: “Así somos”

Actividad 25: Bailamos: Soy así

El profesor/a pondrá la canción del Cantajuego: soy así y tendrán que bailarla imitando lo que dice la canción.

Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=raKGsILf1XE>

Letra de la canción:

*Soy así, soy Así,
yo me miro en el espejo
y soy así...
mis manos son pequeñas
también lo son mis pies...
las manos te saludan
con los pies saltare
Si muevo la cabeza
y me rasco la nariz...*

Al finalizar la canción, la profesora explicará que todos tenemos las mismas partes del cuerpo y que estas partes son semejantes en todos nosotros. Por lo tanto, elegirá una de ellas (manos o pies) para poder comprobarlo. Los niños/as mojarán su mano en pintura de dedos y la plasmarán en un trozo de papel continuo que el profesor/a habrá preparado y cuyo título es “Somos así”. Una vez que estén plasmadas todas las manos, el profesor/a las colgará en la clase y planteará a los niños ¿Se parecen? ¿Qué tienen en común? ¿Son importantes?

TEMPORALIZACIÓN	La actividad tendrá una duración de 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Ordenador, proyector, pintura de dedos y papel continuo.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el aula de clase habitual.

Actividad 26: El anónimo

Se sentarán en círculo con papel y lápiz del mismo tamaño y del mismo color. Cada uno tendrá que escribir alguna cosa suya que no le contaría a nadie, puede hacerlo de forma que no se reconozca la letra, por ejemplo con la mano izquierda. El profesor/a recogerá los papeles, los mezclará y los volverá a repartir al azar. Por turnos, cada niño/a irá leyendo en voz alta el papel que le ha tocado y propondrá algún tipo de

solución para el problema, la cual será debatida entre todos. Este juego hará que los niños se quiten los miedos y que vean que todos los problemas tienen una solución.

TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará en primer lugar individualmente y después con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Papel y lápiz.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el aula de clase.

Actividad 27: Dracula

Todos los niños llevan los ojos vendados. Hay uno que le toca ser Dracula. Irán andando por todo el espacio con música de fondo y cada vez que dos compañeros se encuentran deberán darse un abrazo, pero si se encuentran con Dracula, este les dará un beso en la mejilla y los convertirá en otro Dracula. No podrán decir nada para que el resto de niños/as no lo sepan. Ganará el último niño/a que sea besado por Dracula.

TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 30 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Participará todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Vendas para los ojos, música y radio casete.
LOCALIZACIÓN	Se realizará en el gimnasio del colegio.

Sesión 10: “Buscamos dentro de nosotros”

Actividad 28: Cambiamos de expresión

Se colocarán por parejas, uno frente al otro y un niño/a de la pareja se pasará la mano por delante de la cara. Cada vez que se pase la mano tendrá que mostrar una expresión (alegría, tristeza, miedo, asombro...). Su compañero tendrá que adivinarla. Se cambiarán los roles y después se harán cambios de parejas. Esta actividad tiene como objetivo quitarles el miedo y la vergüenza a expresar sus emociones y sentimientos.

TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 30 minutos.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará por parejas.
RECURSOS MATERIALES	No es necesario ningún material.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el gimnasio del colegio.

Actividad 29: Voy a crearme

La profesora preparará una bandeja donde hay recortes de revistas con diferentes

características físicas (pelo liso y rubio, moreno, ojos azules, pestañas alargadas, etc.) y otra con emociones (alegría, tristeza, miedo, amor, sorpresa). A cada niño se le repartirá una cartulina y tendrá que buscar sus características para ir las pegando en una cartulina haciendo un collage para crearse a sí mismo. Al final cada uno hará una descripción de sí mismo frente a los demás. Resulta muy interesante que reflexionen sobre cómo son ellos mismos y que vean que tienen aspectos en común con sus compañeros.

TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará de forma individual.
RECURSOS MATERIALES	25 cartulinas blancas, pegamento, recortes de periódico y revistas y dos bandejas.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el aula habitual.

Actividad 30: En búsqueda del tesoro

Mientras los niños están en el recreo la profesora colocará una caja de zapatos que ha transformado para que parezca un tesoro en el sitio de cada uno de los niños. La caja de zapatos tendrá dentro un espejo pequeño y estará cerrada. Antes de que los niños entren a clase les explicará:

“Cada uno de nosotros tenemos cualidades y algunos aspectos negativos que nos dan miedo o vergüenza mostrar a los demás. Hemos visto, que aún con estos aspectos negativos, todos queremos y somos muy queridos. Somos necesarios y muy importantes. Como todos hemos trabajado fenomenal, ha venido un pirata y ha dejado en clase un tesoro para cada uno de vosotros, ¿queréis abrirlo?”

Los niños llegan a clase y cada uno abre su tesoro, entonces se ven ellos mismos. La profesora pregunta: ¿Qué veis? ¿Cómo es vuestro tesoro?

Entonces les explica que cada uno tiene un tesoro y ese tesoro es él o ella misma porque tiene muchas cualidades buenas para ofrecer a los demás.

TEMPORALIZACIÓN	Tendrá una duración de 1 hora.
AGRUPAMIENTOS	Se realizará con todo el grupo de clase.
RECURSOS MATERIALES	Cajas de zapatos, papel de charol, cartulinas, colores y espejos.
LOCALIZACIÓN	Se llevará a cabo en el aula habitual.

16. Metodología.

Se llevará a cabo una metodología interactiva y lúdica en la que se aplicarán diferentes principios metodológicos como es el de la individualización, ya que en todo momento se tendrán en cuenta las necesidades individuales de los niños y niñas, así como su ritmo de aprendizaje. Además, será una metodología basada en el constructivismo y en la significación. El punto de partida son los aprendizajes previos de los alumnos así como actividades que susciten el interés de los niños y que les resulten cercadas porque de este modo estarán dotadas de un mayor significado para ellos. Con esta metodología, trabajaremos la autonomía y el descubrimiento, serán los niños y niñas los que vayan descubriendo nuevos conocimientos que posteriormente incorporarán a sus estructuras cognitivas y los que se planteen nuevas preguntas. El alumno tendrá un papel activo en el proceso de aprendizaje mientras que el profesor será el que guíe su aprendizaje.

Por otra parte, también es una metodología cooperativa. Hay actividades grupales mixtas pero teniendo en cuenta las características de todos y cada uno de ellos. Es necesario que desde los primeros años de vida se aprenda a trabajar en equipo, de forma que adquieran competencias básicas que le serán de gran utilidad en su vida adulta. Deben relacionarse con sus iguales y ser capaces de construir un aprendizaje de forma conjunta. Igualmente, resulta importante que adquieran la capacidad crítica, que sepan ponerse en el lugar de otra persona, respetar opiniones ajenas y dar la suya de forma correcta.

16.1.Organización espacial.

El espacio dónde se desarrollarán la mayor parte de las actividades será en el aula ordinaria de infantil, en la que se dispone de una alfombrilla para la asamblea y de los pupitres de los niños y niñas que se encuentran distribuidos en tres equipos. Además en el aula existe una pizarra tradicional, un proyector, un rincón de juego y un rincón de la lectura. Adicionalmente, se dispondrá del gimnasio y del patio del colegio para realizar algunas de las actividades.

16.2.Organización temporal.

Respecto al desarrollo de las actividades de la propuesta educativa “*Programa de intervención para el desarrollo de autoestima positiva en el alumnado de Educación Infantil*” se llevarán a cabo durante el curso escolar 2018/2019, concretamente en el tercer trimestre, ocupando 10 días laborables. Comenzará el lunes día 20 de mayo del 2019 y finalizará día 31 de mayo del mismo año. Se han elegido estas fechas porque el

día 26 de mayo, domingo, es el día mundial de la autoestima. Además el tercer trimestre es más idóneo para realizar este tipo de propuestas porque los niños se conocen mejor, tienen establecidos lazos de amistad entre los compañeros de clase y van dando cada vez más importancia a la imagen que crean de sí mismos.

La planificación es orientativa en cuanto al número de actividades por días, puesto que como la metodología será flexible. Se tendrán en cuenta los intereses, motivaciones, dificultades, facilidades de los alumnos y también los posibles contratiempos que puedan surgir en el trabajo diario de aula, de tal forma que el tiempo estimado para cada actividad variará en función de los factores anteriormente mencionados.

A continuación se muestran dos tablas, la primera es una organización semanal de las sesiones y la segunda es la temporalización concreta de las actividades (tabla1):

Tabla 1. *Organización semanal de las sesiones del proyecto educativo.*

MAYO 2019						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20 Sesión 1	21 Sesión 2	22 Sesión 3	23 Sesión 4	24 Sesión 5	25	26 Día mundial de la Autoestima
27 Sesión 6	28 Sesión 7	29 Sesión 8	30 Sesión 9	31 Sesión 10		

(Fuente: Elaboración propia).

Tabla 2. *Temporalización concreta de las actividades.*

ACTIVIDADES	DÍA	DURACIÓN
Actividad 1: Cortometraje “Boundin”	4 de marzo	50 minutos
Actividad 2: Nos queremos		30 minutos

Actividad 3: Resplandor del sol		45 minutos
Actividad 4: Cuento “La flor tímida”	5 de marzo	1 hora
Actividad 5: Conocemos nuestras aficiones		45 minutos
Actividad 6: Jugamos a los bolos		1 hora
Actividad 7: Como me ven los demás	6 de marzo	45 minutos
Actividad 8: Siluetas grandes		1 hora
Actividad 9: Yo tengo...y me gusta		30 minutos
Actividad 10: El juego del sobre	7 de marzo	1 hora
Actividad 11: ¿Sabes quién es?		45 minutos
Actividad 12: Todos tenemos cosas buenas		30 minutos
Actividad 13: Identificamos emociones	8 de marzo	1 hora
Actividad 14: Somos un espejo		45 minutos
Actividad 15: Golosinas		30 minutos
Actividad 16: Me gustan tus cualidades	11 de marzo	1 hora
Actividad 17: ¡Atrapa el balón!		30 minutos
Actividad 18: Formamos una estrella		30 minutos
Actividad 19: Esto es un abrazo	12 de marzo	45 minutos
Actividad 20: El regalo		1 hora
Actividad 21: Patata		1 hora
Actividad 22: Carrera de hojas	13 de marzo	1 hora
Actividad 23: Somos un equipo de escultores		1 hora
Actividad 24: Navegamos en el barco		1 hora

Actividad 25: Bailamos: Soy así	14 de marzo	1 hora
Actividad 26: El anónimo		1 hora
Actividad 27: Drácula		30 minutos
Actividad 28: Cambiamos de expresión	15 de marzo	30 minutos
Actividad 29: Voy a crearme		1 hora
Actividad 30: En búsqueda del tesoro		1 hora

(Fuente: Elaboración propia).

16.3. Recursos humanos y materiales.

Para llevar a cabo esta propuesta didáctica será necesaria la presencia de un profesor que prepare, controle y evalúe el proceso de aprendizaje de los niños.

Los recursos materiales están recogidos en cada una de las actividades propuestas, aunque a modo general serán materiales sencillos que se encuentran en el aula o que los propios padres y profesores podrán aportar de casa, del tipo cajas de zapatos, ovillos de lana, etc. Además en algunas de las actividades será necesaria la preparación previa del material por parte del profesor, el cual se encargará de tenerlo listo para presentarlo a los alumnos en el momento indicado. Cabe destacar que los materiales son adaptados a la edad en la que se van a utilizar y totalmente manipulables por los niños, utilizando siempre materiales que eviten cualquier tipo de daño al alumnado.

15. Evaluación.

15.1. Evaluación del alumnado.

La evaluación del alumnado tendrá lugar en tres momentos:

- Evaluación inicial: es necesaria para saber las características del grupo de clase y para adaptar si fuese necesario la propuesta. Se evaluará mediante la observación en la primera actividad: Cortometraje “Boundin”.
- Evaluación continua: a lo largo de todo el proceso se utilizará la observación para comprobar cómo se va desarrollando la propuesta y si se van cumpliendo los objetivos previstos con la realización de las actividades.
- Evaluación final: al finalizar la propuesta, se hará una evaluación para ver si se han cumplido los objetivos propuestos. Se evaluarán contenidos, capacidades, aptitudes y habilidades, a través de una rúbrica donde el docente recogerá toda la información sobre el proceso de aprendizaje.

En lo que se refiere a las técnicas de evaluación se utilizará la observación directa y la interacción con los alumnos principalmente. El docente comprobará mediante el proceso y los resultados de las actividades, así como con las conversaciones que mantenga con los alumnos si se están cumpliendo los objetivos propuestos.

Como instrumento de evaluación se utilizará la rúbrica, con los ítems sí, no y a veces, ya que para estas edades no resulta apropiado poner una calificación sino más bien comprobar si se van consiguiendo los objetivos propuestos. La rúbrica es un instrumento ideal para realizar este tipo de evaluación en la etapa de Educación Infantil. Los criterios de evaluación que se utilizarán se muestran a continuación en la rúbrica.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ITEMS			OBSERVACIONES
	SI	NO	A VECES	
Desarrolla una autoestima positiva				
Desarrolla el autoconcepto				
Descubre el valor interno de cada persona				
Desarrolla el amor propio				
Expresa su opinión de forma respetuosa				
Escucha la opinión de los demás de forma respetuosa				
Expresa ideas y proyectos futuros				
Confía en los demás				
Respeto las diferencias físicas de los demás				
Identifica emociones y sentimientos				
Expresa emociones y sentimientos				
Respeto las cualidades, sentimientos y capacidades de los demás				

Utiliza adecuadamente el lenguaje oral y escrito				
--	--	--	--	--

15.2. Evaluación de la propuesta.

La propuesta se evaluará una vez que haya sido puesta en práctica, es decir, al finalizar y se realizará mediante la evaluación final. Las técnicas que se utilizarán serán igual que para la evaluación de los alumnos, la observación y las conversaciones que el docente mantenga con ellos. Como instrumento de evaluación se utilizará una rúbrica igual que la que se ha utilizado para la evaluación del alumnado, debido a que con este instrumento se puede ver de forma clara la validez de la propuesta. Los criterios que se utilizarán serán los que figuran a continuación.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ITEMS			OBSERVACIONES
	SI	NO	A VECES	
La propuesta ha sido bien aceptada por los niños				
Está adaptada al nivel evolutivo del alumnado				
Se adapta a las características de los espacios disponibles				
Las actividades se ajustan al tiempo previsto				
Ha contribuido a que los niños desarrollen una autoestima positiva				
Se han detectados los déficit de autoestima				
El material utilizado en las actividades es apropiado				
Los niños han mostrado interés por la				

16. Conclusión.

Se trata una experiencia muy positiva, ya que permite concienciarse de la importancia de la autoestima en la educación y más concretamente en Educación Infantil.

Resulta de vital importancia que empiece a desarrollarse la autoestima desde edades tempranas, puesto que a estas edades empiezan a entrar en contacto con su grupo de iguales y a recibir las valoraciones y opiniones de los demás.

Estas primeras relaciones con su grupo de igual se dan en la escuela, ¿existe consciencia en la escuela de la importancia de fomentar una autoestima positiva? Actualmente se defiende una educación integral, pero muchas veces en las escuelas solo se imparten contenidos teóricos y se deja de lado la formación de las personas. Pero no debemos olvidar que los niños están creciendo como personas, y necesitan educación emocional y social, como la autoestima, los valores o las capacidades sociales.

Todas estas enseñanzas ayudarán al niño a enfrentarse a los problemas que se les presenten en su vida adulta y son igual de importantes que la adquisición de conocimientos propios de las diferentes materias.

Pero no solo se debe considerar la escuela como factor relevante, la actuación de los padres y familiares no es menos importante. Sería ideal que la escuela y los padres compartiesen los principios metodológicos. Las actuaciones de ambos contextos deben estar enfocados en la misma línea y se deben llevar a cabo de manera colaborativa, de manera que lo que se consiga en un contexto se traslade al otro.

Hay que tomar consciencia de que la autoestima influye de manera relevante en la personalidad de los individuos, dependiendo del tipo de autoestima que desarrolle una persona, tendrá una personalidad u otra. Pero el desarrollo de una autoestima positiva no solo influye en la personalidad, sino que como se ha demostrado en esta propuesta, una autoestima sana se relaciona con un mejor rendimiento académico y unas relaciones sociales mucho más fluidas. Se trata de un aspecto, del cual deben estar concienciados tanto los padres como los profesores, puesto que son los que más le influirán al niño a la hora de crear una autoestima positiva.

16.4.Limitaciones.

La propuesta que planteo no presenta limitaciones en condiciones normales porque no requiere de recursos económicos y puede ser utilizada en cualquier contexto escolar: colegios rurales, concertados y públicos.

En algunas actividades se fabrican materiales sencillos, que incluso pueden ser fabricados con productos reciclados.

La única limitación posible sería que en la clase hubiese algún alumno con Necesidades Educativas Especiales, en este caso quizás si sería conveniente realizar una adaptación de las actividades propuestas.

16.5.Propuestas de futuro.

Como esta propuesta educativa está centrada únicamente en la etapa de Educación Infantil, una propuesta interesante sería ampliarla a otras etapas con Educación Primaria o Educación secundaria. Resulta interesante destacar la importancia de ampliarla a la etapa de Educación Secundaria porque considero que es una de las etapas en las que menos se trabaja la autoestima, normalmente se suelen centrar en los contenidos teóricos dejando a un lado la formación personal de los individuos.

Por otra parte, también podría hacerse una comparativa de dos centros escolares, uno en el que se lleve a cabo esta propuesta y otro en el que no, para establecer las mejoras que provoca en el alumnado.

Igualmente una buena idea sería adaptar esta propuesta a algún caso específico de alumnado con Necesidades Educativas Especiales.

17. Referencias bibliográficas.

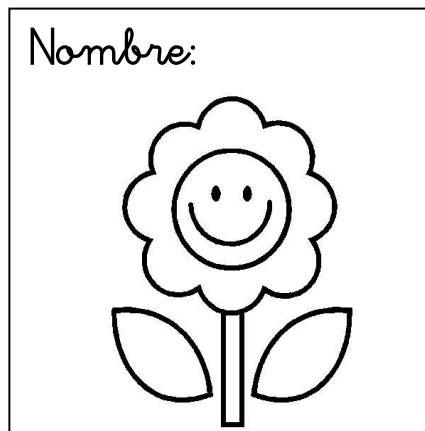
- Aguirre, AC. (2016). *La sobreprotección y su incidencia en los niveles de autoestima de los y las estudiantes en edades comprendidas entre ocho a once años de la escuela particular Eugenio Espejo de la ciudad de Loja período 2015-2016* (Tesis doctoral). Universidad Nacional de Loja, Ecuador.
- Álvarez, J., y Vásconez, S. (2015). *La autoestima y su incidencia en la motivacion escolar en los alumnos del sexto año de educacion general basica de la Escuela Fiscal Mixta N. 73 Jhon F. Kennedy*. Guayaquil: ULVR.
- Ayerra, S. (2013). *Autoconcepto y autoestima: Factores determinantes para el logro del bienestar personal en la educación positiva* (Trabajo Fin de Grado). Universidad Pública de Navarra, Navarra.
- Barrios, M.P. (2016). Factores psicológicos que influyen en la conducta agresiva de niños y niñas de 8 años de edad. *Revista Iberoamericana de Bioeconomia y Cambio Climático*, 2, 204-217.
- Baumeister, RF., Campbell, JD., Krueger, JI., y Vohs, KD. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?. *Psychological science in the public interest*, 4(1), 1-44.

- Cabrera T, A., Aguirre B, N., Alarcón S, A., Cabrera T, W. (2016, 28 de diciembre). Rendimiento académico y autoestima en estudiantes de la carrera profesional de Tecnología médica de la Universidad Nacional de Jaén. *Revista Científica PAKAMUROS*. Recuperado de: <http://revistas.unj.edu.pe/index.php/pakamuros/article/view/50/pdf>
- Calado, M., Lameiras, M., Sepulveda, AR., Rodriguez, Y. y Carrera, M.V. (2011). The association between exposure to mass media and body dissatisfaction among spanish adolescents. *Women's Health Issues*, 21(5), 390–399.
- Cava. M.J. y Musitu, G. (2000). *La potenciación de la autoestima en la escuela*. Barcelona: Paidós.
- Caso, J. y Hernández, L. (2007). Variables que inciden en el Rendimiento Académico de adolescentes mexicanos. *Revista latinoamericana de Psicología*, 39(3), 487-501.
- Christakis, DA. y Zimmerman, FJ. (2007). Violent Television Viewing During Preschool Is Associated With Antisocial Behavior During School Age. *PEDIATRICS*, 120(5), 993–999. Recuperado de: <http://doi.org/10.1542/peds.2006-324>
- Ertugut, P. Y Ertugut, R. (2010). Stress and academic self esteem in primary school children who applied to the hospital: A research in pediatric hospitals in Turkey. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 1200–1204. Recuperado de: <http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.172>
- Espinoza, A. y Balcázar, P. (2002). Autoconcepto y autoestima en niños maltratados y niños de familias intactas. *Psicología.com*, 6 (1), 149-160.
- Garaigordobil, M., Durá, A., y Pérez, J. (2005). Síntomas psicopatológicos, problemas de conducta y autoconcepto-autoestima: Un estudio con adolescentes de 14 a 17 años. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 1, 53-63.
- Giorguli, S. (2002). Estructuras familiares y oportunidades educativas de los niños y niñas en México. *Estudios Demográficos y Urbanos*, (51), 523-546.
- González, N. y López, A. (2001). *Autoestima: Medición y estrategias de intervención a través de una experiencia en la reconstrucción del ser*. México: Ciencias de la Salud.
- Haeussler, A. y Milicic, N. (2017). *Confiar en un mismo: Programa de desarrollo de la autoestima*. Santa Isabel, Chile: Catalonia.
- Haworth, S. (2000). The critical shapes of body image: The role of culture and family in the production of eating disorders. *Journal of Marriage and the Family*, 62(11667), 212–227. Recuperado de: <http://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00212.x>

- Kim, J. y Cicchetti, D. (2004). A longitudinal study of child maltreatment, mother-child relationship quality and maladjustment: The role of self-esteem and social competence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 32(4), 341–354. Recuperado de: <http://doi.org/10.1023/B:JACP.0000030289.17006.5>
- Mérida, R., Serrano, A., Tabernero, C. (2015). Diseño y validación de un cuestionario para la evaluación de la autoestima en la infancia. *Revista de Investigación Educativa*, 33(1), 149-162.
- Miranda, AM. (S.F.). *Propuesta didáctica para la mejora de la Autoestima en Educación Primaria* (Trabajo Fin de Grado). Universidad de Valladolid, Valladolid.
- Montoya . BI. , Landero, R. (2008). Satisfacción con la vida y autoestima en jóvenes de familias monoparentales y biparentales. *Psicología y Salud*. (18), p. 117-122.
- Montoya, MA. y Sol, E.(2001). *Autoestima: Estrategias para vivir mejor con Técnicas de PNL y desarrollo humano*. México: Pax México.
- Murillo, FJ. y Hernández, R. (2014). Liderando Escuelas Justas para la Justicia Social. *Revista Internacional De Educación Para La Justicia Social (RIEJS)*, 3(2), 13-32
- Navarro, E., Tomas, JM., Oliver,A. (Noviembre 2006). Factores personales, familiares y académicos en niños y adolescentes con baja autoestima. *Boletín de Psicología*, p. 7-25.
- Roa, A. (2013). *La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia*. Madrid, España: EDETANIA 44.
- Sánchez, CM. (2008). Autoconcepto y autoestima: Construyo mi yo. *Innovación y experiencias educativas*. Recuperado de: <http://files.geteca.webnode.mx/200000003-c7204c877a/Autoconcepto%20y%20autoestima.pdf>
- Sowislo, J F. y Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A metaanalysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 139(1), 213.
- Ventura, J., Gil, L., y De Luca, Y. (2015). Evaluación de la autoestima en niños con diagnóstico de diabetes. *Horizonte Sanitario*, 14 (1), 21-25.
- Vera, M. (2017). *La autoestima en el desarrollo integral. Talleres de visualización interna* (Tesis de pregrado). Universidad de Guayaquil, Ecuador.
- Vildoso, V. (2003). *Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela Profesional de Agronomía de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann* (Tesis para optar el Grado Académico de Magíster en Educación). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú.

18. Anexos.

Anexo I. Flor para colorear.



(Fuente: Elaboración propia).

Anexo II. Imágenes de emociones.



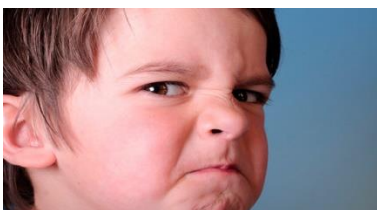
Alegría



Tristeza



Sorpresa



Enfado



Vergüenza



Miedo

(Fuente: Imágenes Google).