

9. ANEXOS:

9.1 Anexo 1 diferentes Sesiones del Programa

Sesión Introductoria



Sesión N°1



Sesión N°2



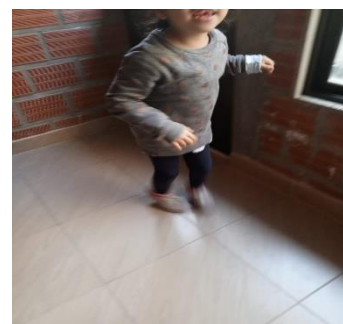
Sesión N°3



Sesión N°4

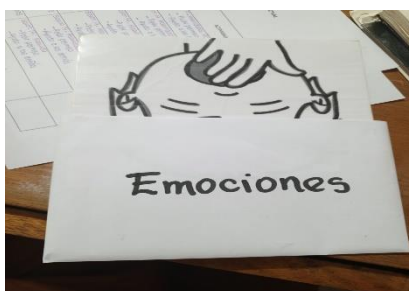


Sesión N°5



Sesión N°8

Sesión N°6



Sesión N°7



Sesión N°9



Sesión N°10



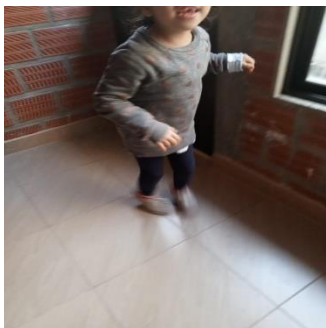
Sesión N°11



Sesión N°12



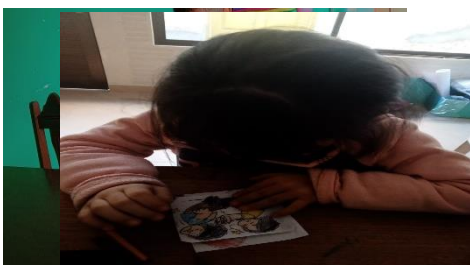
Sesión N°13



Sesión N°14



Sesión N°15



Sesión N°16



Sesión N°17

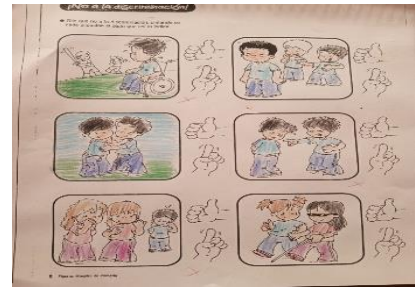
Sesión N°18



Sesión N°19



Sesión N°20



Sesión N°21



Sesión N°22



Sesión N°23



9.2 Anexo 2 habilidades Sociales

1.Me sucede **MUY POCAS** veces

3.Me sucede **BASTANTES** veces

2 Me sucede **ALGUNAS** veces

4,Me sucede **MUCHAS** veces

		1	2	3	4
HABILIDADES SOCIALES					
1	Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo				
2	Hablas con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes				
3	Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos				
4	Clarificas la información que necesitas y se la pides a la persona adecuada				
5	Permites que los demás sepan que les agradeces los favores				
6	Te das a conocer a los demás por propia iniciativa				
7	Ayudas a que los demás se conozcan entre sí				
8	Dices que te gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza				
9	Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad				
10	Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad				
11	Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica				
12	Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente				
13	Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal				
14	Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona				
15	Intentas reconocer las emociones que experimentas				
16	Permites que los demás conozcan lo que sientes				
17	Intentas comprender lo que sienten los demás				
18	Intentas comprender el enfado de la otra persona				
19	Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos				
20	Piensas porqué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo				
21	Te dices a ti mismo o haces cosas agradables cuando te mereces una recompensa				
22	Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada				

HABILIDADES SOCIALES		1	2	3	4
23	Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás				
24	Ayudas a quien lo necesita				
25	Llegas a establecer un sistema de negociación que te satisface tanto a ti mismo como a quienes sostienen posturas diferentes				
26	Controlas tu carácter de modo que no se te “escapan las cosas de la mano”				
27	Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu postura				
28	Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas				
29	Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas				
30	Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte				
31	Dices a los demás cuándo han sido los responsables de originar un determinado problema e intentas encontrar una solución				
32	Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien				
33	Expresas un sincero cumplido a los demás por la forma en que han jugado				
34	Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido				
35	Eres consciente cuando te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en ese momento				
36	Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo				
37	Consideras con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hacer				
38	Comprendes la razón por la cual has fracasado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro				
39	Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen				
40	Comprendes lo que significa la acusación y por qué te la han hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación				
41	Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática				
42	Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta				
43	Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante				
44	Reconoces si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo tu control				
45	Tomas decisiones realistas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea				
46	Eres realista cuando debes dilucidar cómo puedes desenvolverte en una determinada tarea				
47	Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información				
48	Determinas de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que deberías solucionar primero				
49	Consideras las posibilidades y eliges la que te hará sentir mejor				
50	Te organizas y te preparas para facilitar la ejecución de tu trabajo				

9.3 Anexo 3 Cuestionario para diagnosticar TDAH

Cuestionario de conducta de CONNERS para PROFESORES (C.C.E.; Teacher's Questionnaire, C. Keith Connors). Forma abreviada

ÍNDICE DE HIPERACTIVIDAD PARA SER VALORADO POR LOS PROFESORES				
	Nada	Poco	Bastante	Mucho
1. Tiene excesiva inquietud motora.				
2. Tiene explosiones impredecibles de mal genio.				
3. Se distrae fácilmente, tiene escasa atención.				
4. Molesta frecuentemente a otros niños.				
5. Tiene aspecto enfadado, huraño.				
6. Cambia bruscamente sus estados de ánimo.				
7. Intranquilo, siempre en movimiento.				
8. Es impulsivo e irritable.				
9. No termina las tareas que empieza.				
10. Sus esfuerzos se frustran fácilmente.				
TOTAL.....				

Instrucciones:

- Asigne puntos a cada respuesta del modo siguiente:

NADA = 0 PUNTOS.
 POCO = 1 PUNTO.
 BASTANTE = 2 PUNTOS.
 MUCHO = 3 PUNTOS

- Para obtener el **Índice de Déficit de Atención con Hiperactividad** sume las puntuaciones obtenidas.
- Puntuación:

Para los **NIÑOS** entre los 6 – 11 años: una puntuación >17 es **sospecha** de DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD.

Para las **NIÑAS** entre los 6 – 11 años: una puntuación >12 en Hiperactividad significa **sospecha** de DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD.

Cuestionario de conducta de CONNERS para Padres
(C.C.I.; Parent's Questionnaire, C. Keith Conners). Forma abreviada.

ÍNDICE DE HIPERACTIVIDAD PARA SER VALORADO POR LOS PADRES				
	Nada	Poco	Bastante	Mucho
1. Es impulsivo, irritable.				
2. Es llorón/a.				
3. Es más movido de lo normal.				
4. No puede estarse quieto/a.				
5. Es destructor (ropas, juguetes, otros objetos).				
6. No acaba las cosas que empieza				
7. Se distrae fácilmente, tiene escasa atención.				
8. Cambia bruscamente sus estados de ánimo.				
9. Sus esfuerzos se frustran fácilmente.				
10. Suele molestar frecuentemente a otros niños.				
TOTAL.....				

Instrucciones:

- Asigne puntos a cada respuesta del modo siguiente:

NADA = 0 PUNTOS.
 POCO = 1 PUNTO.
 BASTANTE = 2 PUNTOS.
 MUCHO = 3 PUNTOS

- Para obtener el **Índice de Déficit de Atención con Hiperactividad** sume las puntuaciones obtenidas.

- Puntuación:

Para los **NIÑOS** entre los 6 – 11 años: una puntuación >16 es **sospecha** de DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD.

Para las **NIÑAS** entre los 6 – 11 años: una puntuación >12 en Hiperactividad significa **sospecha** de DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD.

CUESTIONARIO DE CONDUCTA EN EL HOGAR

(C.C.I.; Parent's Questionnaire, C. Keith Connors). Forma abreviada.

Utilizar este cuestionario para obtener una descripción de las conductas de los alumnos. Los datos obtenidos deben trasladarse a la tabla diagnóstica del DSM-IV.

Descriptores	Nada	Poco	Bastante	Mucho
1. Se manosea los dedos, uñas, pelo, ropa.				
2. Trata irrespetuosamente a personas mayores				
3. Tiene dificultad para hacer o mantener amistades.				
4. Es impulsivo, irritable.				
5. Quiere controlar y dirigir en cualquier situación.				
6. Se chupa el dedo, la ropa o las mantas.				
7. Es llorón.				
8. Es desgarbado en su porte externo.				
9. Está en las nubes, ensimismado.				
10. Tiene dificultad para aprender.				
11. Es más movido de lo normal.				
12. Es miedoso.				
13. No puede estar quieto.				
14. Es destructor (ropas, juguetes, otros objetos).				
15. Es mentiroso.				
16. Es retraído, tímido.				
17. Causa más problemas que otro de su misma edad.				
18. Su lenguaje es inmaduro para su edad.				
19. Niega sus errores o echa la culpa a otros.				
20. Es discutidor.				
21. Es huraño, coge berrinches.				
22. Roba cosas o dinero en casa o fuera.				
23. Es desobediente, obedece con desgana.				
24. Le preocupa excesivamente estar solo, la enfermedad.				
25. No acaba las cosas que empieza.				

CUESTIONARIO DE CONDUCTA EN LA ESCUELA

(C.C.E.; Teacher's Questionnaire, C. Keith Connors). Forma abreviada.

Utilizar este cuestionario para obtener una descripción de las conductas de los alumnos. Los datos obtenidos deben trasladarse a la tabla diagnóstica del DSM-IV.

Descriptores	Nada	Poco	Bastante	Mucho
1. Tiene excesiva inquietud motora.				
2. Emite sonidos molestos en situaciones inapropiadas.				
3. Exige inmediata satisfacción de sus demandas				
4. Se comporta con arrogancia, es irrespetuoso.				
5. Tiene explosiones impredecibles de mal genio.				
6. Es susceptible, demasiado sensible a la crítica.				
7. Se distrae fácilmente, escasa atención.				
8. Molesta frecuentemente a otros niños.				
9. Está en las nubes, ensimismado.				
10. Tiene aspecto enfadado, huraño.				
11. Cambia bruscamente sus estados de ánimo				
12. Discute y pelea por cualquier cosa.				
13. Tiene actitud tímida y sumisa ante los adultos.				
14. Intranquilo, siempre en movimiento.				
15. Es impulsivo e irritable.				
16. Exige excesivas atenciones del profesor.				
17. Es mal aceptado en el grupo.				
18. Se deja dirigir por otros niños.				
19. No tiene sentido de las reglas del "juego limpio".				
20. Carece de aptitudes para el liderazgo.				
21. No termina las tareas que empieza.				
22. Su conducta es inmadura para su edad.				
23. Niega sus errores o culpa a los demás.				
24. No se lleva bien con la mayoría de sus compañeros.				
25. Tiene dificultad para las actividades cooperativas.				
26. Sus esfuerzos se frustran fácilmente, es inconstante.				
27. Acepta mal las indicaciones del profesor.				
28. Tiene dificultades de aprendizaje escolar.				

9.4. Anexo 4 Normas de Cornners

NORMAS PARA EL CUESTIONARIO CORNNERS PARA PADRES FORMA ABREVIADA										
INDICE DE HIPERACTIVIDAD										
PUNTAJ N TOTAL	VARONES					MUJERES				
	EDAD EN AÑOS					EDAD EN AÑOS				
	3 a 5	6 a 8	9 a 11	12 a 14	15 a 17	3 a 5	6 a 8	9 a 11	12 a 14	15 a 17
0	32	35	35	36	38	36	33	35	36	38
1	35	37	37	38	40	38	36	38	39	41
2	37	39	40	41	42	40	39	41	41	44
3	40	42	42	43	45	41	42	44	44	46
4	42	44	44	45	47	43	45	46	47	49
5	45	46	46	47	50	45	47	49	50	52
6	47	48	49	50	52	47	50	52	53	55
7	50	50	51	52	55	49	53	55	56	58
8	52	52	53	54	57	50	56	58	59	61
9	55	55	55	56	60	52	59	61	62	64
10	57	57	58	58	62	54	62	64	65	67
11	60	59	60	61	64	56	65	67	68	70
12	62	61	62	63	67	58	67	70	71	73
13	65	63	65	65	69	59	70	73	74	76
14	67	65	67	67	72	61	73	76	77	79
15	70	68	69	70	74	63	76	79	80	82
16	72	70	71	72	77	65	79	82	83	85
17	75	72	74	74	79	66	82	85	86	88
18	77	74	76	76	81	68	85	88	89	91
19	80	76	78	78	84	70	87	91	91	94
20	82	78	80	81	86	72	90	94	94	96
21	85	81	83	83	89	74	93	96	97	99
22	87	83	85	85	91	75	96	99	100	102
23	90	85	87	87	94	77	99	102	103	105
24	92	87	90	90	96	79	102	105	106	108
25	95	89	92	92	99	81	105	108	109	111
26	97	92	94	94	101	83	107	111	112	114
27	10	94	96	96	103	84	110	114	115	117
28	102	96	99	98	106	86	113	117	118	120
29	105	98	101	101	108	88	116	120	121	123
30	107	100	103	103	111	90	119	123	124	126

NORMAS PARA EL CUESTIONARIO CORNNERS PARA MAESTROS FORMA ABREVIADA										
INDICE DE HIPERACTIVIDAD										
PUNTAJ N TOTAL	VARONES					MUJERES				
	EDAD EN AÑOS					EDAD EN AÑOS				
	3 a 5	6 a 8	9 a 11	12 a 14	15 a 17	3 a 5	6 a 8	9 a 11	12 a 14	15 a 17
0	42	40	40	40	41	39	42	42	43	44
1	43	42	41	42	43	40	44	44	47	46
2	44	44	43	44	45	42	46	46	51	47
3	45	45	44	47	48	43	49	48	55	49
4	46	47	46	49	50	45	51	50	59	51
5	47	49	47	51	52	46	53	53	63	52
6	48	50	49	54	54	48	55	55	68	54
7	49	52	50	56	56	49	58	57	72	55
8	50	54	52	58	59	51	60	59	76	57
9	51	55	54	61	61	52	62	61	79	59
10	52	57	55	63	63	54	64	63	84	60
11	53	59	57	65	65	55	66	65	88	62
12	54	60	58	68	68	57	69	67	93	64
13	55	62	60	70	70	58	71	69	97	65
14	56	63	61	72	72	60	73	71	101	67
15	57	65	63	75	74	61	75	73	105	68
16	58	67	64	77	76	63	78	75	109	70
17	59	68	66	79	79	64	80	78	113	72
18	60	70	67	82	81	66	82	80	117	73
19	61	72	69	84	83	67	84	82	122	75
20	62	73	70	86	85	69	86	84	126	76
21	63	75	72	89	88	70	89	86	130	79
22	64	77	74	91	90	72	91	88	134	80
23	66	78	75	93	92	73	93	90	138	81
24	67	80	77	96	94	75	95	92	143	83
25	68	81	78	98	96	76	98	94	147	85
26	69	83	80	100	99	78	100	96	151	86
27	70	85	81	103	101	79	102	98	155	88
28	71	86	83	105	103	81	104	100	159	89
29	72	88	84	107	105	82	106	103	163	90
30	73	90	86	110	108	84	109	105	168	93

9.5 Anexo 5 Clasificación de las Dimensiones en base a las preguntas del cuestionario

CLASIFICACIÓN DE LAS DIMENSIONES DE PADRES	INATENCIÓN	HIPERACTIVIDAD	OPOSICIONISMO	PROBLEMAS EMOCIONALES ANSIEDAD
1. Es impulsivo, irritable. H		X		
2. Es llorón/a. P				X
3. Es más movido de lo normal. H		X		
4. No puede estar quieto/a. H		X		
5. Es destructor (ropas, juguetes, otros objetos). O			X	
6. No acaba las cosas que empieza. I	X			
7. Se distrae fácilmente, tiene escasa atención. I	X			
8. Cambia bruscamente sus estados de ánimo. P				X
9. Sus esfuerzos se frustran fácilmente. P				X
10. Suele molestar frecuentemente a otros niños. O			X	

CLASIFICACIÓN DE LAS DIMENSIONES DE MAESTROS	INATENCIÓN	HIPERACTIVIDAD	OPOSICIONISMO	PROBLEMAS EMOCIONALES ANSIEDAD
1. Tiene excesiva inquietud motora. H		x		
2. Tiene explosiones impredecibles de mal genio. P				x
3. Se distrae fácilmente, tiene escasa atención. I	x			
4. Molesta frecuentemente a otros niños. O			x	
5. Tiene aspecto enfadado, huraño. P				x
6. Cambia bruscamente sus estados de ánimo. P				x
7. Intranquilo, siempre en movimiento. H		x		
8. Es impulsivo e irritable. H		x		
9. No termina las tareas que empieza. I	x			
10. Sus esfuerzos se frustran fácilmente. P				x



PROGRAMA INFANTIL

TDAH



**!AMIGOS EN
ACCION !**

**DIRIGIDO A
NIÑOS CON TDAH
DE 8 A 12 AÑOS**





ÍNDICE

Introducción	5
1.Objetivo General	6
2.Objetivos Específicos	6
3.Marco Teórico	7
3.1 Tdah.....	7
3.1.2 Características Del Tdah.....	7
3.1.3 Diagnostico Del Tdah.....	8
3.2 Habilidades Sociales	8
3.2.1 Tipología De Las Habilidades Sociales Según Goldstein	9
4.3 Importancia De Habilidades Sociales En Niños Con Tdah	11
Programa “Amigos En Acción”	12
Sesión Introductoria: (Individual).....	12
Sesión N°1: Primeras Habilidades Sociales (Individual)	16
Resultados Esperados	17
Sesión N° 2: Primeras Habilidades Sociales (Individual)	17
Sesión N° 3: Primeras Habilidades Sociales (Individual)	19
Sesión N° 4: Primeras Habilidades Sociales (Individual)	20
Sesión N°5: Primeras Habilidades Sociales (Grupal)	22
Sesión N°6: Relacionada Con Los Sentimientos (Individual).....	27
Sesión N°8: Relacionada Con Los Sentimientos (Individual	32
Sesión N°9: Habilidades Relacionada Con Los Sentimientos	35
Sesión N° 10: Habilidades Alternativas Frente A La Agresión.....	38
Sesión N°11: Alternativas A La Agresión (Individual).....	41
Sesión N°12: Alternativas A La Agresión (Individual).....	42
Sesión N°13: Alternativas A La Agresión (Individual).....	44
Sesión N°14: Alternativas A La Agresión (Grupal	46
Sesión N°15: Habilidades Para Hacer Frente Al Estrés.....	49
Sesión N°16: Habilidades Para Hacer Frente Al Estrés.....	51
Sesión N°17: Habilidades Para Hacer Frente Al Estrés.....	52
Sesión N°18: Habilidades Para Hacer Frente Al Estrés.....	54



Sesión N°19: Habilidades Para Hacer Frente Al Estrés.....	56
Sesión N°20: Para Hacer Frente Al Estrés (Individual)	58
Sesión N°21: Para Hacer Frente Al Estrés (Individual)	60
Sesión N°23: Para Hacer Frente Al Estrés (Grupal)	63
Sesión N°24: Para Hacer Frente Al Estrés (Grupal)	67
Sesión N°25: Habilidades Sociales Avanzadas (Individual)	68
Sesión N°26: Habilidades Sociales Avanzadas (Individual)	71
Sesión N°27: Habilidades Sociales Avanzadas (Individual)	73
Resultados Esperados	74
Sesión N°28: Habilidades Sociales Avanzadas (Individual)	75
Sesión N°29: Habilidades Sociales Avanzadas (Grupal)	76
Sesión N°30: Habilidades Sociales Avanzadas (Individual)	80
Sesión N°31: Habilidades Sociales Avanzadas (Individual)	82
Resultados Esperados	84
Sesión N°32: Habilidades Sociales Avanzadas (Individual)	84
Sesión N°33: Habilidades Sociales Avanzadas (Individual)	86
Sesión N°34: Habilidades Sociales Avanzadas (Individual)	88
Sesión N°35: Habilidades Sociales Avanzadas (Individual)	89
Sesión N°36: Habilidades Sociales Avanzadas (Grupal)	90
Cierre.....	93



INTRODUCCIÓN

¡BIENVENIDOS A “AMIGOS EN ACCIÓN”!

Este programa está diseñado para apoyar a tu niño en el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, que le permitirán establecer relaciones positivas y enriquecedoras con sus amigos y compañeros de clase.



A través de actividades prácticas y estrategias concretas, los niños aprenden a desenvolverse en distintas situaciones sociales dentro de un entorno seguro y estimulante. Mediante juegos de rol, dinámicas grupales y ejercicios de comunicación, fortalecen su capacidad para establecer vínculos sanos y duraderos.

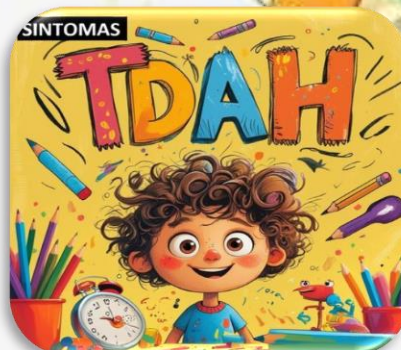
Durante el programa, los niños aprenderán a:

- ψ Comunicar sus ideas de forma clara y respetuosa
- ψ Escuchar activamente y comprender los sentimientos de los demás
- ψ Colaborar en equipo y resolver problemas junto a otros
- ψ Manejar conflictos de forma pacífica y respetuosa
- ψ Construir una imagen positiva de sí mismos y aumentar su confianza

Este enfoque integral no solo potencia sus habilidades interpersonales, sino que también les brinda herramientas para enfrentar futuros desafíos sociales. Al promover un ambiente de apoyo y aprendizaje, “Amigos en Acción” contribuye al desarrollo de relaciones significativas, ayudando a los niños a sentirse más seguros, valorados y conectados con los demás

1.OBJETIVO GENERAL

- Ψ Fortalecer habilidades sociales y emocionales en niños con TDAH de 8 a 12 años mediante juegos lúdicos y actividades interactivas para mejorar su capacidad de interactuar efectivamente con sus padres, familiares y comunidad.



2.OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Ψ Crear un programa de habilidades sociales para niños con TDAH de 8 a 12 años que sea dinámico y atractivo.
- Ψ Diseñar y desarrollar un programa de habilidades sociales adaptable y flexible, que se ajuste a las necesidades y características de cada niño
- Ψ Incorporar actividades lúdicas, juegos y ejercicios prácticos adaptados a su edad y necesidades para fomentar la participación activa y el aprendizaje significativo.

3.MARCO TEÓRICO

3.1 TDAH

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es un trastorno neurobiológico que afecta tanto a niños como a adultos, caracterizado por patrones persistentes de inatención, impulsividad e hiperactividad. Las personas que padecen TDAH suelen tener dificultades para mantener la concentración en actividades prolongadas, lo que les impide seguir instrucciones de manera adecuada, organizarse eficazmente o completar tareas de forma consistente.

Estos desafíos en la atención selectiva y sostenida pueden impactar negativamente su rendimiento académico, laboral y social. Además, la impulsividad es una característica clave del TDAH.

Las personas afectadas tienden a actuar de manera precipitada, sin considerar las consecuencias de sus acciones, lo que puede llevar a comportamientos arriesgados o inapropiados en determinados contextos. (National, 2012, p. 2)



3.1.2 CARACTERÍSTICAS DEL TDAH

La inatención, la hiperactividad y la impulsividad representan los comportamientos fundamentales asociados al Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).



Aunque es común que los niños ocasionalmente no presten atención, sean hiperactivos o impulsivos, en el caso de aquellos afectados por el TDAH, estas conductas tienden a ser más pronunciadas y recurrentes.: (Mental, 2012, p. 1)

3.1.3 DIAGNOSTICO DEL TDAH

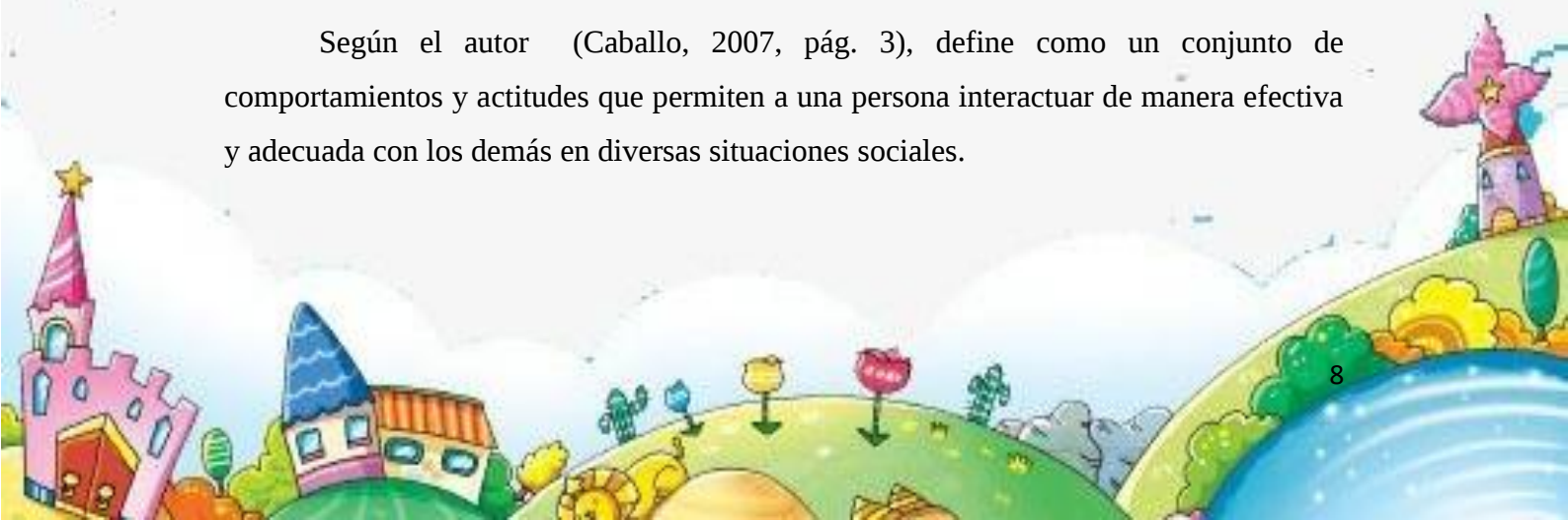
En cuanto al diagnóstico del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), es fundamental considerar que los niños maduran a ritmos diferentes y poseen una amplia gama de personalidades, temperamentos y niveles de energía. Esta variabilidad natural en el desarrollo infantil puede complicar el proceso de diagnóstico, ya que muchos niños experimentan distracciones, actúan impulsivamente y enfrentan dificultades para concentrarse en diferentes momentos de su crecimiento.



Aunque los síntomas del TDAH suelen comenzar a manifestarse a una edad temprana, generalmente entre los 3 y 6 años, el diagnóstico puede ser desafiante debido a la amplia gama de síntomas y su variabilidad individual. Los comportamientos asociados con el TDAH, como la falta de atención, la impulsividad y la hiperactividad, pueden ser similares a los que se observan en el desarrollo típico de los niños en estas etapas. (Mental, 2012, pág. 4)

3.2 HABILIDADES SOCIALES

Según el autor (Caballo, 2007, pág. 3), define como un conjunto de comportamientos y actitudes que permiten a una persona interactuar de manera efectiva y adecuada con los demás en diversas situaciones sociales.





Estas habilidades incluyen la capacidad de comunicar pensamientos y emociones, resolver conflictos, establecer y mantener relaciones, y adaptarse a las normas sociales. Enfatiza que las habilidades sociales son aprendidas y pueden ser mejoradas a través del entrenamiento y la práctica, y son esenciales para el bienestar emocional y social de los individuos

3.2.1 TIPOLOGÍA DE LAS HABILIDADES

La clasificación de las habilidades sociales varía según el autor, pero para los fines de esta práctica, se utiliza la propuesta realizada por el psiquiatra Arnold Gesell y sus colaboradores. Esta propuesta abarca una amplia gama de habilidades interpersonales esenciales para la comunicación y la interacción efectiva en diversos contextos sociales. (Goldstein., 1989, pp. 74-76)



Dicho esto, a continuación, se presentan las diferentes tipologías de habilidades sociales según el instrumento utilizado en este programa:

- Ψ **Primeras Habilidades sociales:** Se refieren a un conjunto esencial de competencias interpersonales que son fundamentales para la interacción efectiva y adecuada en una variedad de contextos sociales. Estas habilidades abarcan un rango amplio de capacidades que permiten a las personas comunicarse de manera eficiente, establecer y mantener relaciones saludables, y manejar las interacciones sociales con confianza y respeto.



Ψ **Habilidades sociales avanzadas:** Las habilidades sociales avanzadas son competencias interpersonales que permiten manejar interacciones más complejas y sutiles de manera efectiva.

- Ψ Estas habilidades no solo facilitan una comunicación más matizada, sino que también permiten la gestión de situaciones sociales complicadas y la navegación en entornos variados con habilidad y sensibilidad.
- Ψ **Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos:** Las habilidades relacionadas con los sentimientos son competencias interpersonales esenciales que permiten a las personas gestionar de manera efectiva y adecuada tanto sus propias emociones como las de los demás. Estas habilidades son cruciales para mantener relaciones saludables y manejar interacciones emocionales complejas.
- Ψ **Habilidades alternativas a la Agresión:** Las alternativas a la agresión son habilidades y estrategias diseñadas para manejar situaciones conflictivas o frustrantes de manera no violenta y constructiva. Estas habilidades fomentan la resolución de conflictos sin recurrir a la violencia o la hostilidad, promoviendo un ambiente de comunicación y entendimiento mutuo.
- Ψ **Habilidades para hacer frente al estrés:** Para hacer frente al estrés, se proponen diversas habilidades y estrategias que ayudan a manejar y reducir los niveles de estrés de manera efectiva y sostenible.
- Ψ **Habilidades de planificación:** Las habilidades de planificación son esenciales para organizar y gestionar de manera efectiva el tiempo, los recursos y las actividades, con el fin de alcanzar metas y objetivos.



4.3 Importancia de Habilidades sociales en niños con TDAH

Las habilidades sociales, se consideran como aquellas conductas necesarias en el desarrollo integral de las personas, para optimizar las relaciones interpersonales a través de la expresión adecuada y respeto por las emociones, opiniones y necesidades propias para el logro de relaciones funcionales, armónicas e inclusivas. (Pública, 2018, p. 1)

Respecto a los niños con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) exhiben notables deficiencias en sus habilidades sociales. Esta carencia se manifiesta especialmente en la falta de asertividad en sus interacciones y relaciones con los demás.

Las habilidades sociales han de ser aprendidas, y por tanto han de ser enseñadas y entrenadas. Especialmente en el caso del alumnado con TDAH es fundamental trabajarlas constantemente para mejorar su calidad de vida, ya que de este modo se le puede dotar de instrumentos y técnicas que le ayuden a controlar su propia conducta y sus emociones. (Nowak, 2016, pp. 15-17)

PROGRAMA “AMIGOS EN ACCIÓN”

SESIÓN INTRODUCTORIA: (INDIVIDUAL)

Actividad N°1: Bienvenida y rompe hielo

Objetivo: Crear un ambiente seguro y de confianza para que los niños se sientan cómodos y dispuestos a participar en las actividades.

Materiales: Cartulinas, pincel, caja de pintura a dedo y marcadores

Tiempo: 1 hora

Descripción de la Actividad:

La sesión puede dar inicio con una cálida bienvenida individual, en la que el facilitador reciba a cada niño por su nombre, creando desde el principio un ambiente acogedor y seguro. A continuación, se realiza una presentación formal del facilitador, quien puede compartir su nombre, algunos aspectos personales breves (como gustos o pasatiempos) y explicar de manera sencilla y amigable cuál será su papel a lo largo del proceso, enfatizando que está allí para acompañarlos, guiarlos y ayudarles a desarrollar y fortalecer sus habilidades sociales en un espacio de respeto y colaboración.



Seguidamente, se puede llevar a cabo una dinámica rompehielos llamado “**Huella de Colores**”, para promover la expresión individual y el sentido de pertenencia al grupo. Para esta actividad, cada niño recibirá una cartulina blanca, pinturas a dedo de varios colores, y un marcador o crayones. Se les invitará a sumergir su mano en la pintura elegida y estamparla sobre la cartulina. Luego, debajo de la huella, escribirán su nombre utilizando un color distinto para cada letra o palabra.



Durante la actividad, el facilitador puede animar a los niños a hablar brevemente sobre los colores que eligieron y por qué, lo que contribuirá al desarrollo de la expresión verbal, el conocimiento personal y la confianza para participar. Una vez todos hayan terminado, se puede hacer una breve ronda de presentaciones en la que cada niño muestre su “huella de colores” al grupo, reforzando así la importancia de escuchar al otro, respetar los turnos de palabra y reconocer que cada uno aporta algo único al grupo.

Finalmente, las cartulinas pueden colocarse en un mural visible del aula o espacio de trabajo, construyendo un símbolo visual de unidad grupal y pertenencia que puede mantenerse a lo largo del programa.

Actividad N° 2: Presentación a los padres de Familia

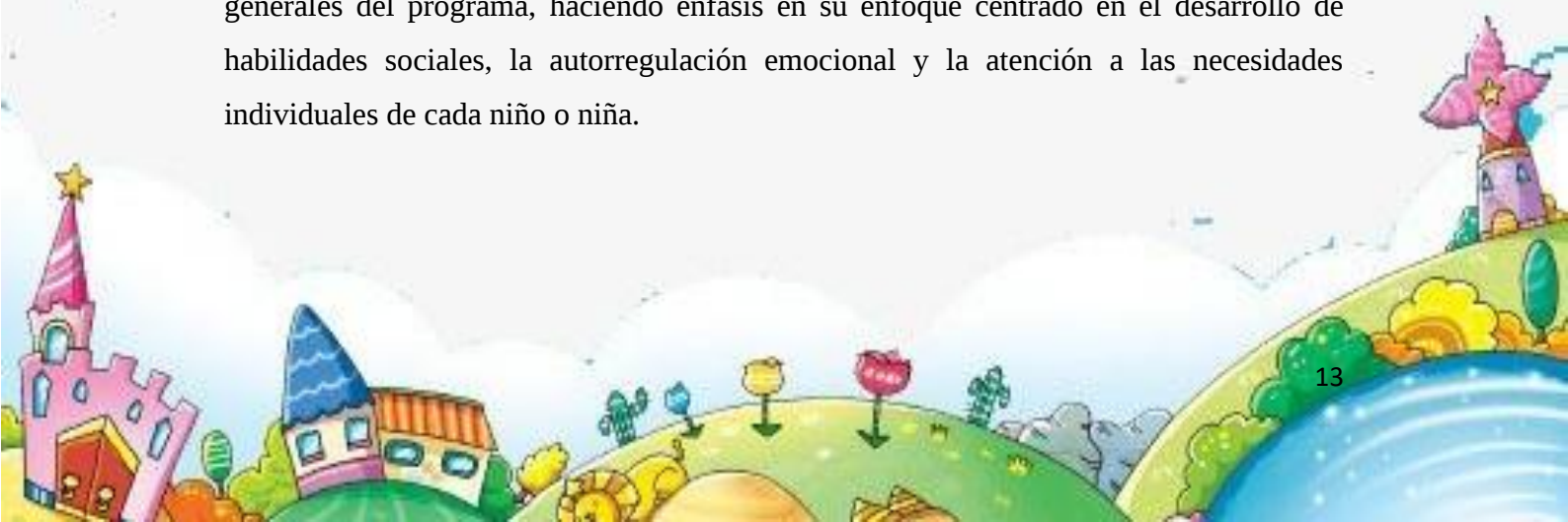
Objetivo: Implementar reglas para el desarrollo adecuado del programa

Materiales: Cuestionarios impresos, lápices o lapiceras

Tiempo: 1 Hora

Descripción de la Actividad: El proceso puede dar inicio con una cálida bienvenida personalizada a cada padre o madre de familia, brindando un espacio inicial para escuchar y atender sus inquietudes, expectativas y motivaciones respecto al acompañamiento de sus hijos.

Posteriormente, se procederá a explicar de manera clara y accesible los objetivos generales del programa, haciendo énfasis en su enfoque centrado en el desarrollo de habilidades sociales, la autorregulación emocional y la atención a las necesidades individuales de cada niño o niña.





Se destacará que el trabajo se realizará desde una perspectiva respetuosa, empática y orientada al fortalecimiento de la autoestima y la interacción positiva con los demás.

El facilitador podrá compartir también su compromiso personal y profesional, resaltando la seriedad, responsabilidad y dedicación con la que se abordará cada sesión, tanto individual como grupal. Se abrirá un breve espacio para que los padres formulen preguntas, expresen sus preocupaciones y participen activamente en la construcción de esta alianza educativa.

A continuación, se presentará un calendario detallado de las sesiones planificadas, diferenciando claramente entre las sesiones individuales, que permitirán atender las particularidades de cada niño, y las sesiones grupales, orientadas al desarrollo de habilidades sociales en contextos de interacción. Se explicará cómo se articularán ambas modalidades para lograr un proceso integral y progresivo.

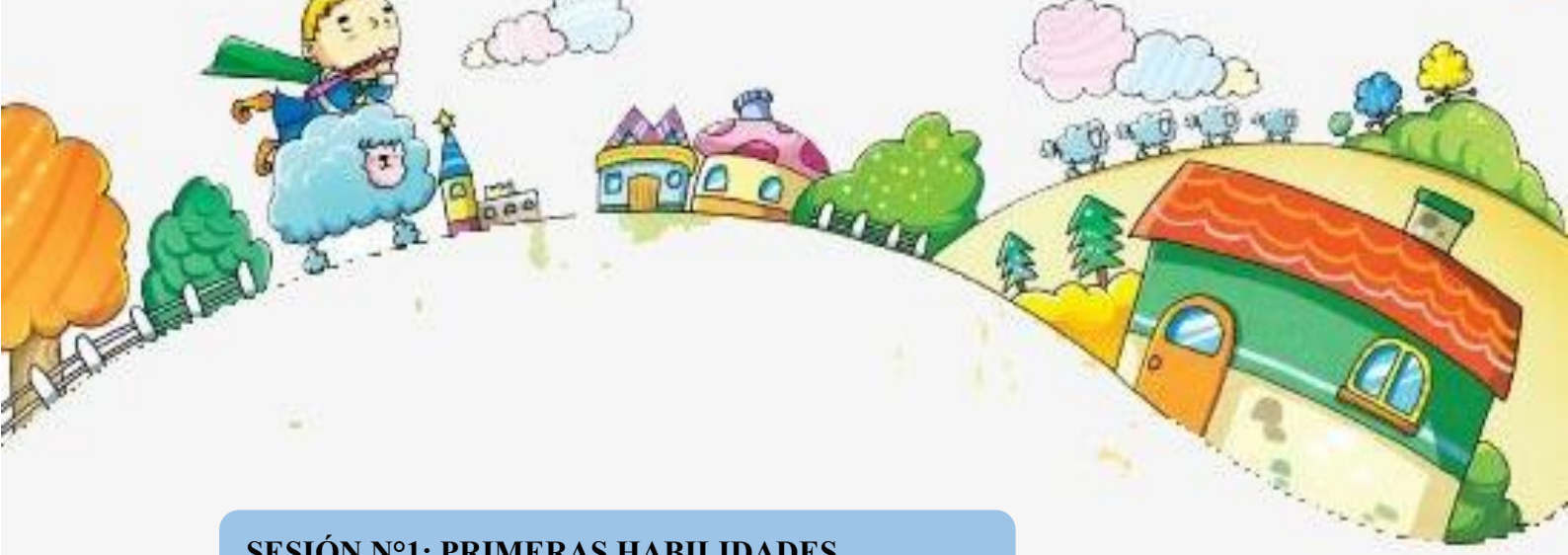
Finalmente, se procederá a la entrega de los cuestionarios de evaluación inicial, acompañada de una explicación detallada sobre su contenido, finalidad y relevancia para comprender el punto de partida de cada niño. Se garantizará que todos los padres comprendan la importancia de responder con sinceridad y detalle, ya que esta información será fundamental para diseñar una intervención ajustada a las necesidades reales de cada participante. Se ofrecerá apoyo para resolver dudas y se establecerá una fecha límite clara para su devolución.



Resultados Esperados:

- Ψ Los niños se sentirán cómodos y dispuestos a participar en las actividades.
- Ψ El facilitador establece una conexión cercana y de confianza con cada niño.
- Ψ Los niños practican su habilidad para escribir y reconocer su nombre de manera divertida y creativa.
- Ψ No solo fomentará la creatividad y la motricidad fina, sino también la práctica del reconocimiento y la escritura de su nombre.
- Ψ Tendrán una comprensión clara de los objetivos y enfoque del programa
- Ψ Podrán Establecer un calendario preciso
- Ψ Tienen claridad sobre las sesiones individuales y grupales
- Ψ Entrega y comprensión de los cuestionarios
- Ψ Sentido de colaboración y confianza
- Ψ Compromiso y motivación
- Ψ Organización y planificación





SESIÓN N°1: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES (INDIVIDUAL)

Actividad: Converso con mi amigo, el títere.

Tiempo: 1 Hora

Objetivos: Fomentar la Participación Activa

Materiales: Ilustraciones, imágenes impresas, un títere, espejo, hojas, lápices de colores, tarjetas con ejemplos de preguntas, hoja de registro.

Descripción de la Actividad: La actividad puede comenzar con una cálida bienvenida, creando un ambiente acogedor y seguro para el niño. Se explicará la importancia de la escucha efectiva y la conversación, destacando sus beneficios en el desarrollo social y emocional.



El Facilitador puede proporcionar un muñeco o figura de acción al niño y le pedirá que inicie una conversación con su "amigo". Durante la conversación, intervendrá ocasionalmente para hacer preguntas o proporcionar retroalimentación. Después de 10 minutos, el niño se mirará en el espejo y se dirá algo amable y positivo, y luego escribirá en un papel lo que aprendió o descubrió durante la conversación.

Finalmente, se pueden proporcionar ejemplos concretos y situaciones cotidianas que ilustran los beneficios de la escucha activa, y alentar al niño a realizar preguntas y compartir sus propios ejemplos, fomentando una participación activa y un mayor entendimiento del tema. (Moreno, 2016) (Numa, 2022)



Adaptaciones según la edad: Es conveniente adaptar las imágenes y explicaciones según la edad de los niños. Para los niños de 7 a 9 años, se pueden utilizar ilustraciones simples y ejemplos cotidianos, como conversaciones con un familiar, para facilitar su comprensión. Por otro lado, para los niños de 10 a 12 años, se pueden emplear ilustraciones más complejas que incluirán textos, lo que les permitirá leer y comprender conversaciones más elaboradas.

Resultados esperados

- ❖ El niño demuestra habilidades básicas de escucha activa
- ❖ Participa en una conversación simbólica,
- ❖ Empieza a identificar y expresa al menos una emoción o pensamiento
- ❖ Realiza una afirmación positiva sobre sí mismo frente al espejo,
- ❖ El niño escribe o dibuja una reflexión sobre lo que aprendió.

SESIÓN N° 2: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES (INDIVIDUAL)

Actividad: Iniciar y mantener conversaciones

Objetivo: Ayudar a los estudiantes a poder relacionarse con su entorno

Materiales: Caja pequeña didáctica, imágenes impresas

Tiempo: 1 hora



Descripción de la actividad: Para iniciar esta actividad de manera efectiva, se sugiere explicar al niño la importancia de comenzar una conversación con confianza y claridad, destacando estos elementos como fundamentales para una comunicación exitosa.

A continuación, se puede presentar una caja didáctica con imágenes que representen diversas situaciones de comunicación, invitándolo a observar y analizar cada escena para identificar momentos específicos y desarrollar posibles respuestas.

Finalmente, se le pedirá que comparta sus impresiones y reflexiones sobre las interacciones, promoviendo así la autorreflexión y el desarrollo de habilidades de comunicación efectivas. (Blanco, 2023, pág. 1)



Adaptación según la edad: Con el fin de garantizar una comprensión efectiva y significativa, es mejor adaptar las imágenes y explicaciones según la edad y nivel de madurez de los niños, utilizando ilustraciones simples y ejemplos cotidianos para los niños de 7 a 9 años, y conceptos más complejos y desafiantes para los niños de 10 a 12 años, ya que permitirá abordar las necesidades y habilidades únicas de cada grupo de edad y asegurar una experiencia de aprendizaje atractiva y efectiva.

Resultados Esperados

- Ψ Los niños comprenderán la importancia de la confianza y claridad en la comunicación efectiva.
- Ψ Desarrollarán habilidades para analizar situaciones de comunicación e identificar momentos específicos.
- Ψ Aprenderán a desarrollar posibles respuestas en diferentes contextos de comunicación.



- Ψ Mejorarán su capacidad para reflexionar sobre sus propias interacciones y desarrollar habilidades de comunicación efectivas.
- Ψ Incrementarán su confianza en la comunicación y mejorarán su capacidad para interactuar de manera efectiva con otros.

SESIÓN N° 3: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES (INDIVIDUAL)

Actividad: "Formulando Preguntas Creativas"

Objetivo: Fortalecer su capacidad de atención, reflexión y expresión verbal.

Materiales: Tarjetas con imágenes personas, o situaciones, lápiz y papel, cronómetro o reloj, Fichas de colores.

Tiempo: 1 hora

Descripción de la actividad: Para iniciar esta actividad, se puede explicar a los niños la importancia de hacer preguntas para aprender y descubrir nuevas cosas, se les presentará la oportunidad de practicar la formulación de preguntas interesantes y bien estructuradas. A continuación, se puede mostrar una serie de tarjetas con imágenes para que elijan una que les llame la atención. Después de observar la imagen detenidamente, cada niño pensará en una pregunta clara y específica sobre la imagen, con la guía del facilitador. Una vez formulada la pregunta, la escribirán en una hoja de papel y la compartirán con el facilitador, quien les ayudará a imaginar posibles respuestas y a pensar en preguntas relacionadas. Finalmente, se reconocerá el esfuerzo de cada niño con una ficha de color y se les animará a seguir practicando esta habilidad en su vida diaria. (Abrapalabra, 2023, pág. 14)

Adaptaciones según la edad: Se diseñó un enfoque adaptativo para presentar tarjetas de ilustraciones que se ajustaran a la edad y nivel de desarrollo de los niños.



Para los niños de 7 a 9 años, se crearon tarjetas que representaban situaciones simples y familiares, como conversaciones entre padres e hijos. Por otro lado, para los niños de 10 a 12 años, se implementaron tarjetas con situaciones más complejas y sociales, como interacciones con amigos, formulación de preguntas y resolución de conflictos, como, por ejemplo, formular una pregunta para mostrar empatía y apoyo cuando un amigo se siente mal.

Resultados esperados:

- Ψ Se motiva a los niños a observar con curiosidad y a expresar sus pensamientos a través de preguntas.
- Ψ Observan detenidamente la imagen elegida, prestando atención a los detalles.
- Ψ fomenta la curiosidad y el pensamiento crítico
- Ψ Le mantiene concentrados

SESIÓN N° 4: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES (INDIVIDUAL)

Actividad: Collage de acción de gracias

Objetivo: Fomentar la práctica del valor de la gratitud en la vida social

Materiales: Imágenes impresas, tijera para niños, marcadores, colores, pegamento, hojas a color, galletas saladas.

Tiempo: 1 hora

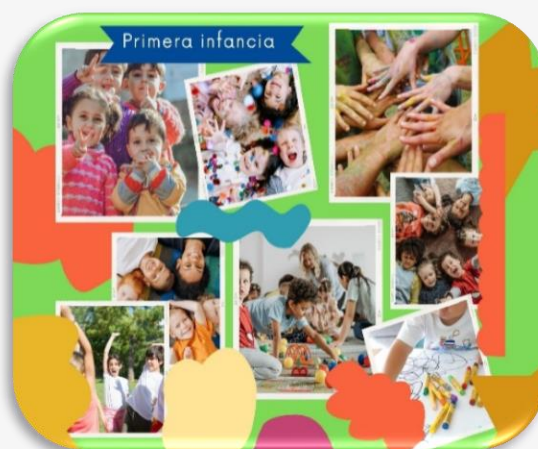


Descripción de la Actividad: Para dar inicio a la actividad, el facilitador puede ofrecer una breve y clara explicación sobre el significado de la gratitud, adaptando el lenguaje al nivel de comprensión de los niños.



Luego, se repartirán todos los materiales necesarios para elaborar un collage: revistas, tijeras, pegamento, cartulinas de colores, marcadores, stickers y otros elementos decorativos que estimulen la creatividad y la expresión personal.

El niño será invitado a crear un collage propio que represente aquello por lo que se siente agradecido. Podrá recortar y pegar imágenes de personas, lugares, objetos o experiencias que consideren valiosas, como familiares, amigos, mascotas, juguetes, alimentos favoritos o actividades que disfrutan. Además, se les animará a incluir la palabra “gracias” en su collage, decorándola con los colores y estilos que reflejen su personalidad. Durante la creación del collage, el facilitador acompañará al niño en un proceso de reflexión, haciendo preguntas como:



Ψ ¿Por qué elegiste esta imagen?

Ψ ¿Cómo te hace sentir este recuerdo?

Al finalizar, el niño tendrá la oportunidad de compartir su collage con el facilitador, si así lo desean, en una pequeña exposición que promueva la escucha activa. Como forma de reconocimiento por su participación, se puede ofrecer una recompensa simbólica, como una ficha de color, una calcomanía o un aplauso grupal, reforzando así su esfuerzo, dedicación y creatividad. (Annep, 2022)



Resultados Esperados

- Ψ Los niños desarrollarán una comprensión más profunda del concepto de gratitud y su importancia en la vida diaria.
- Ψ Aprenderán a identificar y expresar las cosas por las que se sienten agradecidos.
- Ψ Mejorarán su capacidad para reflexionar sobre sus valores y sentimientos.
- Ψ Desarrollarán habilidades creativas y de expresión a través del collage.
- Ψ Incrementarán su motivación y confianza al recibir reconocimiento y recompensas por su esfuerzo y participación.
- Ψ Internalizarán el significado de la gratitud de manera tangible y memorable.

SESIÓN N°5: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES (GRUPAL)

Actividad N° 1: Bienvenida y presentación

Objetivo: Crear un clima de confianza con sus iguales.

Materiales: Hoja de notas, lapicera, papel

Tiempo: 30 minutos

Descripción de la actividad: Para comenzar la primera actividad grupal, se puede invitar a un niño o niña a tomar la palabra y dar inicio a la ronda de presentaciones. Este primer participante tendrá la oportunidad de presentarse ante el grupo compartiendo algunos detalles sobre sí mismo, acompañado por el facilitador, quien podrá guiar la conversación con preguntas como:

- Ψ ¿Cuál es tu edad?
- Ψ ¿Cuál es tu color favorito?
- Ψ ¿Cuál es tu comida preferida?
- Ψ ¿Qué actividad o juego te gusta hacer?





Una vez que el primer niño haya terminado su presentación, se invitará al resto de los participantes a presentarse uno a uno, siguiendo el mismo formato. Durante toda la dinámica. Cuando todos los niños hayan tenido la oportunidad de compartir, el facilitador cerrará la ronda de presentaciones agradeciendo a cada uno por su participación y destacando lo valioso que es conocer un poco más sobre quienes forman parte del grupo.

Este primer acercamiento permitirá fortalecer el sentido de pertenencia y colaboración entre los niños, creando una base positiva para las futuras actividades grupales. (Lingokids, 2022)

Actividad N° 2: “El teléfono estropeado”

Tiempo: 30 minutos

Objetivo: Fomentar el uso del lenguaje oral a través de mensajes a los compañeros.

Materiales: No se necesita

Descripción de la actividad: Al inicio de la actividad, el facilitador invitará a los niños y niñas a sentarse formando un círculo, asegurándose de que todos puedan verse y escucharse con facilidad. A continuación, explicará de manera clara y sencilla las reglas del juego, comprobando que cada niño haya comprendido lo que debe hacer. La dinámica consiste en que un niño o niña susurre una palabra al oído del compañero que tenga a su derecha. Este, a su vez, deberá escuchar con atención y repetir exactamente la misma palabra al siguiente compañero. El mensaje continuará transmitiéndose de uno en uno, siempre en voz baja, hasta llegar al último participante del círculo.

Cuando el mensaje haya completado el recorrido, el último niño dirá en voz alta la palabra que recibió. En ese momento, se revelará cuál fue la palabra original que se susurró al inicio del juego, para comparar ambos mensajes y ver si se mantuvo o si se transformó durante el trayecto.



Esta actividad, además de ser divertida, permite a los niños reflexionar sobre la importancia de escuchar con atención y expresarse con claridad. También les brinda la oportunidad de observar cómo un mensaje puede cambiar cuando pasa de persona a persona, promoviendo así la conciencia sobre los desafíos de la comunicación oral y la necesidad de prestar atención a los detalles. (Abrapalabra, 2023)

Actividad N°3: Repaso de lo avanzado

Objetivo: Repasar y recordar las actividades avanzadas realizadas en sesiones anteriores.

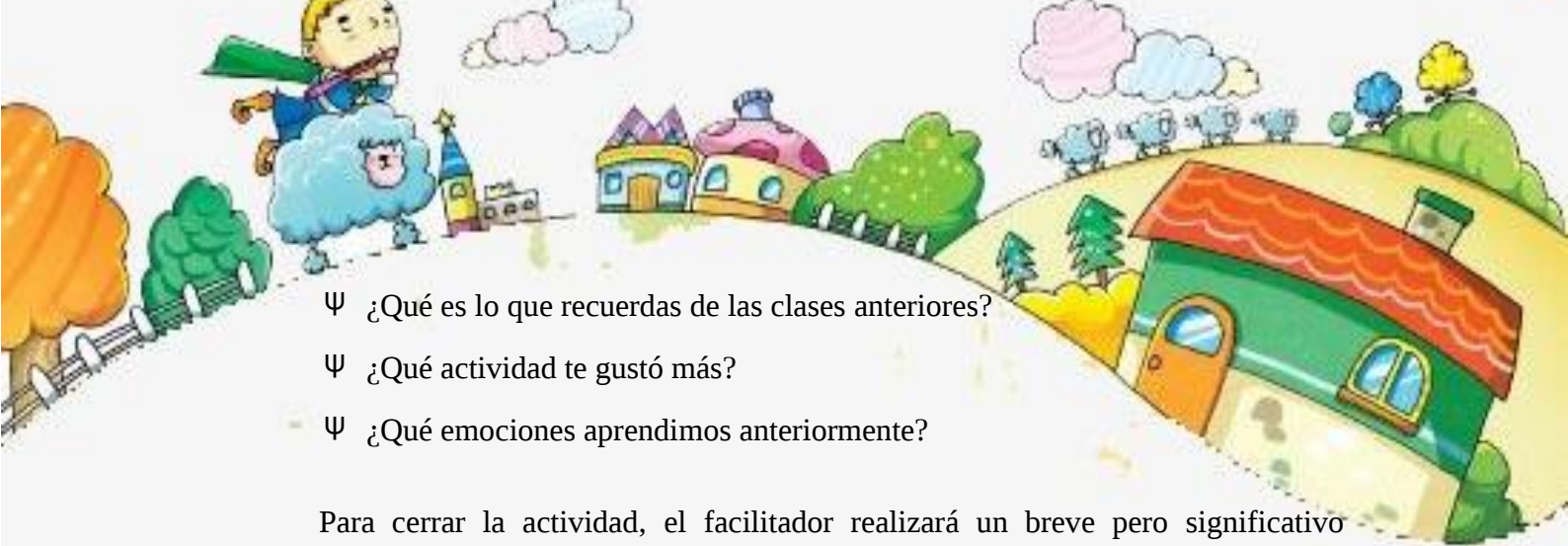
Materiales: cuadro de todo lo avanzado

Tiempo: 30 minutos

Descripción de la actividad:



Durante esta sesión, el facilitador puede realizar un repaso general de los temas y conceptos abordados en clases anteriores, utilizando un lenguaje claro, sencillo y adaptado a la edad de los niños. Para apoyar la comprensión, se puede presentar un cuadro o esquema visual elaborado por el facilitador, que sintetice los contenidos más importantes de manera atractiva y accesible. A continuación, se dará paso a una dinámica participativa en la que el facilitador formula preguntas para invitar a los niños a recordar y compartir sus experiencias previas. Algunas posibles preguntas pueden ser:



Ψ ¿Qué es lo que recuerdas de las clases anteriores?

Ψ ¿Qué actividad te gustó más?

Ψ ¿Qué emociones aprendimos anteriormente?

Para cerrar la actividad, el facilitador realizará un breve pero significativo resumen de lo compartido durante la sesión.

Este cierre incluirá una síntesis clara de los contenidos tratados, destacando los momentos más importantes, las emociones recordadas y los aportes que cada niño hizo durante el diálogo. Este repaso final ayudará a consolidar los aprendizajes y a reforzar los conceptos clave de manera efectiva. Además, se aprovechará el momento para agradecer y reconocer la participación de cada niño, destacando su atención, interés y colaboración. (Annep, 2022)

Actividad N°4: Reforzar la escucha activa

Objetivo: Desarrollar habilidades de escucha activa y atención sostenida.

Materiales: Grabadora, cuaderno de preguntas

Tiempo: 30 minutos

Descripción de la actividad: Al inicio de la actividad, se pueden reunir a los niños en un espacio tranquilo y cómodo, donde se les explicará que participarán en una actividad divertida diseñada para mejorar sus habilidades de escucha. Para ayudar a los niños a calmarse y concentrarse, se puede iniciar con un breve ejercicio de respiración, guiándolos a inhalar profundamente por la nariz y exhalar lentamente por la boca varias veces. A continuación, se presenta el juego, explicando que se tratará de prestar atención a una serie de sonidos previamente seleccionados, como el timbre de una campana, el ladrido de un perro y el sonido de una gota de agua cayendo. Cada sonido se reproducirá durante un breve período de tiempo, entre 10 y 15 segundos, y se les pedirá a los niños que presten atención y levanten la mano inmediatamente después de escuchar cada sonido.





Una vez finalizado el juego, se lleva a cabo una breve discusión sobre lo que los niños han aprendido acerca de la escucha activa. Se les harán las siguientes preguntas para fomentar la reflexión:

- Ψ ¿Fue fácil o difícil prestar atención a los sonidos?"
- Ψ ¿Qué hiciste para concentrarte en los sonidos?"
- Ψ ¿Por qué es importante escuchar atentamente?"

La actividad concluirá agradeciendo a los niños por su participación y recordándoles la importancia de practicar la escucha activa en su vida diaria. Para reconocer su esfuerzo y participación, se le puede proporcionar algún tipo de reconocimiento o recompensa que les motive a seguir mejorando sus habilidades de escucha. (Annep, 2022)

Resultados Esperados

- Ψ Los niños se sentirán más cómodos y conectados con sus compañeros de grupo.
- Ψ Aprenderán a presentarse de manera efectiva y a compartir información personal de manera adecuada.
- Ψ Desarrollarán habilidades sociales como la escucha activa y el respeto mutuo.
- Ψ Fortalecerán el sentido de comunidad y pertenencia en el grupo.
- Ψ Incrementarán su confianza y autoestima al compartir sus intereses y pasatiempos con el grupo.
- Ψ Establecerán una base sólida para futuras interacciones y colaboraciones en el grupo.





SESIÓN N°6: RELACIONADA CON LOS SENTIMIENTOS (INDIVIDUAL)

Actividad: Autoconocimiento

Objetivo: Mejorar la autoestima de los niños de manera individual

Materiales: Folio, bolígrafo, cartulina, colores

Tiempo: 1 hora

Descripción de la actividad: Al inicio de la actividad, se invitará al niño a sentarse cómodamente en el suelo, en un espacio tranquilo y acogedor. Se le proporcionarán cartulinas, lápices de colores, marcadores y otros materiales creativos que le permitan expresarse libremente.

La actividad comenzará con una dinámica titulada “*Mi nombre*”. En ella, cada niño escribirá su nombre y su primer apellido en una hoja. Luego, se le pedirá que piense y escriba una cualidad personal que comience con cada letra de su nombre. Este ejercicio invita a la reflexión sobre sus cualidades positivas y fortalezas, y permite al facilitador conocer mejor la percepción que el niño tiene de sí mismo.



A continuación, se dará paso a la creación de una *línea de vida*. Para ello, el niño trazará una línea horizontal sobre una cartulina grande y marcará en ella eventos, recuerdos o momentos significativos que desee representar. Estos pueden incluir cumpleaños importantes, cambios de escuela, viajes, nuevas amistades, logros personales, entre otros. Puede acompañar cada etapa con dibujos, palabras o símbolos que le ayuden a expresar sus vivencias.



Una vez finalizado el diseño de la línea de vida, se abrirá un espacio de conversación y reflexión. El facilitador animará al niño a compartir lo que ha representado, guiando la charla con preguntas como:

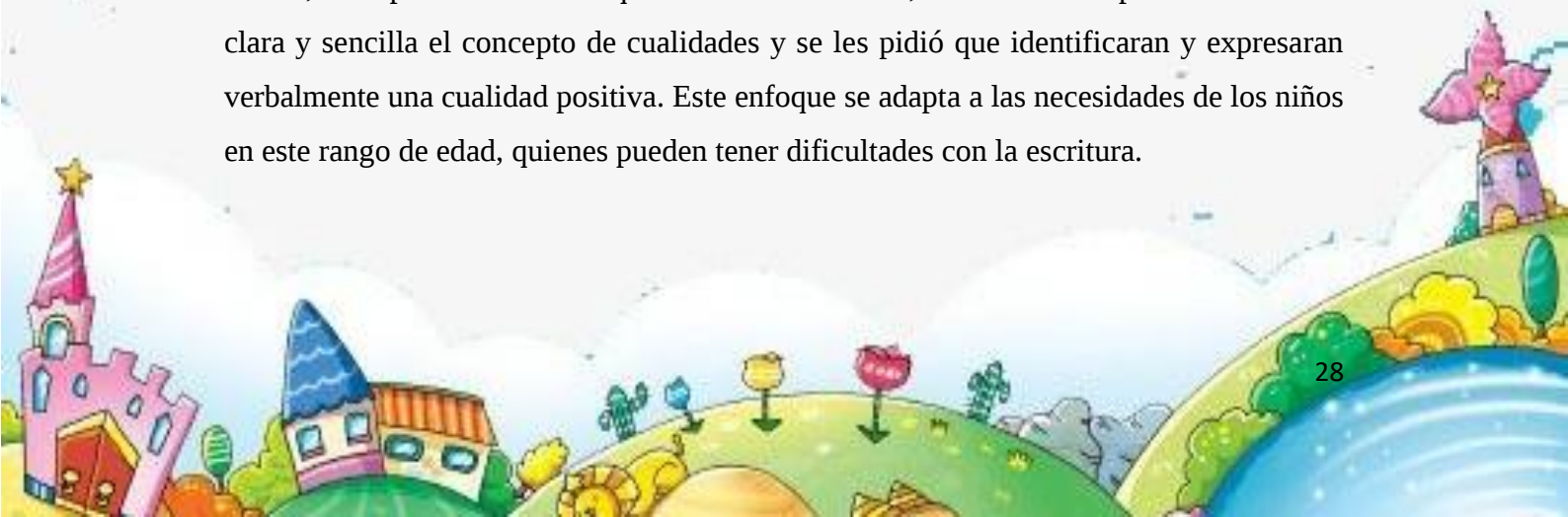
- Ψ ¿Cuál de estos momentos fue el más feliz para ti?
- Ψ ¿Qué aprendiste en ese momento de tu vida?
- Ψ ¿Cómo te sentiste en ese evento?

Este momento de diálogo favorecerá la expresión emocional y el desarrollo de la autoconciencia, ayudando al niño a explorar su historia personal, reconocer sus aprendizajes y valorar sus experiencias.

En conjunto, esta actividad promueve el conocimiento personal, la reflexión sobre la identidad y la autoestima, fortaleciendo la capacidad del niño para mirarse a sí mismo con aprecio y comprensión. (Abrapalabra, 2023) **Fuente especificada no válida.**



Adaptaciones según la edad: Se diseñó un enfoque adaptativo y personalizado para presentar imágenes y situaciones que se ajustaran a la edad y nivel de desarrollo de los niños, con el objetivo de fomentar su crecimiento y aprendizaje. Para los niños de 7 a 9 años, se implementó un enfoque inicialmente verbal, donde se les explicará de manera clara y sencilla el concepto de cualidades y se les pidió que identificaran y expresaran verbalmente una cualidad positiva. Este enfoque se adapta a las necesidades de los niños en este rango de edad, quienes pueden tener dificultades con la escritura.





Por otro lado, para los niños de 10 a 12 años, se diseñó un enfoque más avanzado, donde se les pedirá que escribieran seis cualidades positivas que les gustaran, en una hoja con una imagen impresa de un niño que los representara. Esta actividad se diseñará para fomentar la escritura y la reflexión, y para ayudar a los niños a desarrollar una mayor conciencia de sí mismos y de sus cualidades positivas. La imagen impresa del niño se utilizó para crear una conexión emocional y personal con la actividad, y para ayudar a los niños a visualizar y reforzar sus cualidades positivas.

Resultados esperados:

- ❖ Mejora la autoconciencia y la reflexión en los niños
- ❖ Fomenta la creatividad y la expresión personal
- ❖ Ayuda a los niños a desarrollar una mayor comprensión de sí mismos y de sus experiencias
- ❖ Fortalece la autoestima
- ❖ Estimula la memoria autobiográfica y el sentido del tiempo
- ❖ Promueve el desarrollo del lenguaje emocional
- ❖ Favorece la conexión entre el facilitador y el niño



SESIÓN N°7: RELACIONADA CON LOS SENTIMIENTOS (INDIVIDUAL)

Actividad N°1: “Mis emoticones”

Objetivo: Expresar y comprender las emociones

Materiales: imágenes impresas de emoticones, tijeras, colores, marcadores, palitos de helado

Tiempo: 1 hora



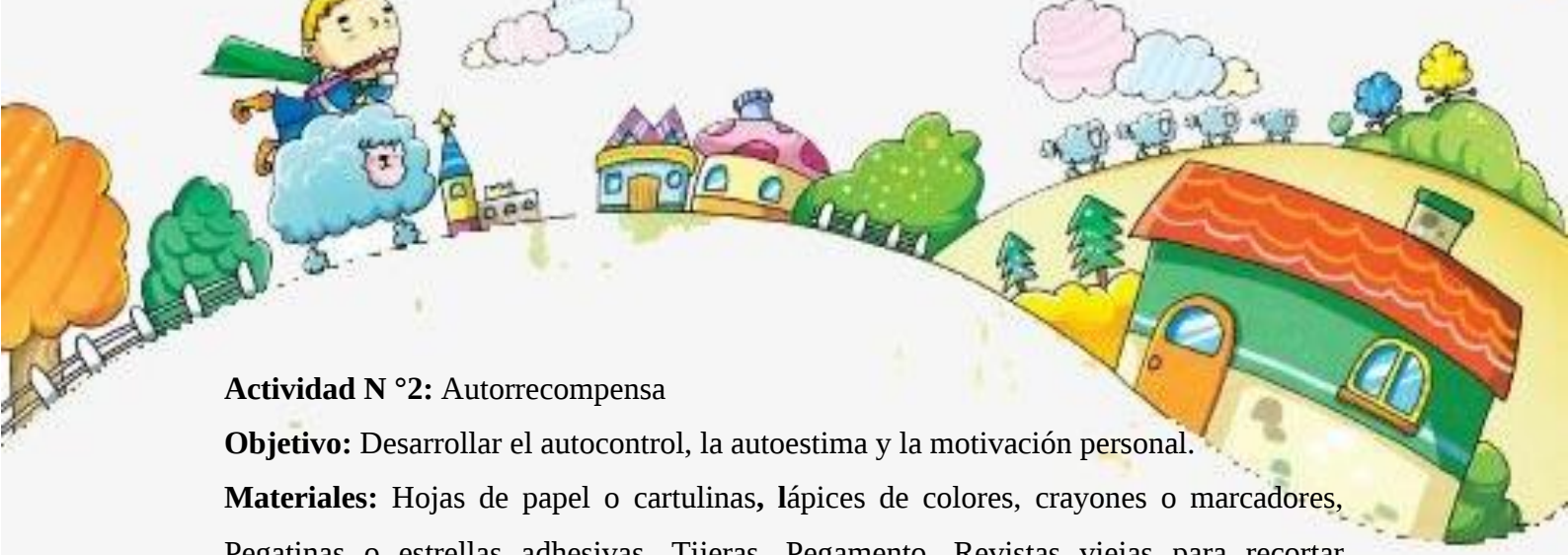
Descripción de la Actividad: El facilitador puede entregar al niño los materiales necesarios para la actividad, que pueden incluir recortes de emoticones con diferentes expresiones faciales (felicidad, tristeza, enojo, miedo, sorpresa, etc.), paletas de helado de madera, pegamento y tijeras.

Luego, invitará al niño a recortar cuidadosamente los emoticones y pegarlos sobre las paletas, creando así un conjunto de paletas de emociones. Una vez preparadas las paletas, se dará inicio a una dinámica interactiva centrada en el reconocimiento y la expresión de emociones. El facilitador irá mostrando uno a uno los emoticones y pedirá al niño que:

- Observa atentamente cada expresión facial.
- Imita con su rostro la emoción representada.
- Diga en voz alta el nombre de la emoción.
- Comparta una situación personal en la que haya sentido esa emoción

Esta dinámica permite al niño conectar cada emoción con una experiencia concreta de su vida, favoreciendo la conciencia emocional y el desarrollo del lenguaje emocional.

Al finalizar, el facilitador puede explicar con un lenguaje adaptado que el propósito de la actividad es ayudarlo a reconocer, expresar y comprender mejor sus emociones. Estas habilidades son fundamentales para fortalecer la inteligencia emocional, mejorar la comunicación y fomentar relaciones más positivas con los demás.



Actividad N °2: Autorrecompensa

Objetivo: Desarrollar el autocontrol, la autoestima y la motivación personal.

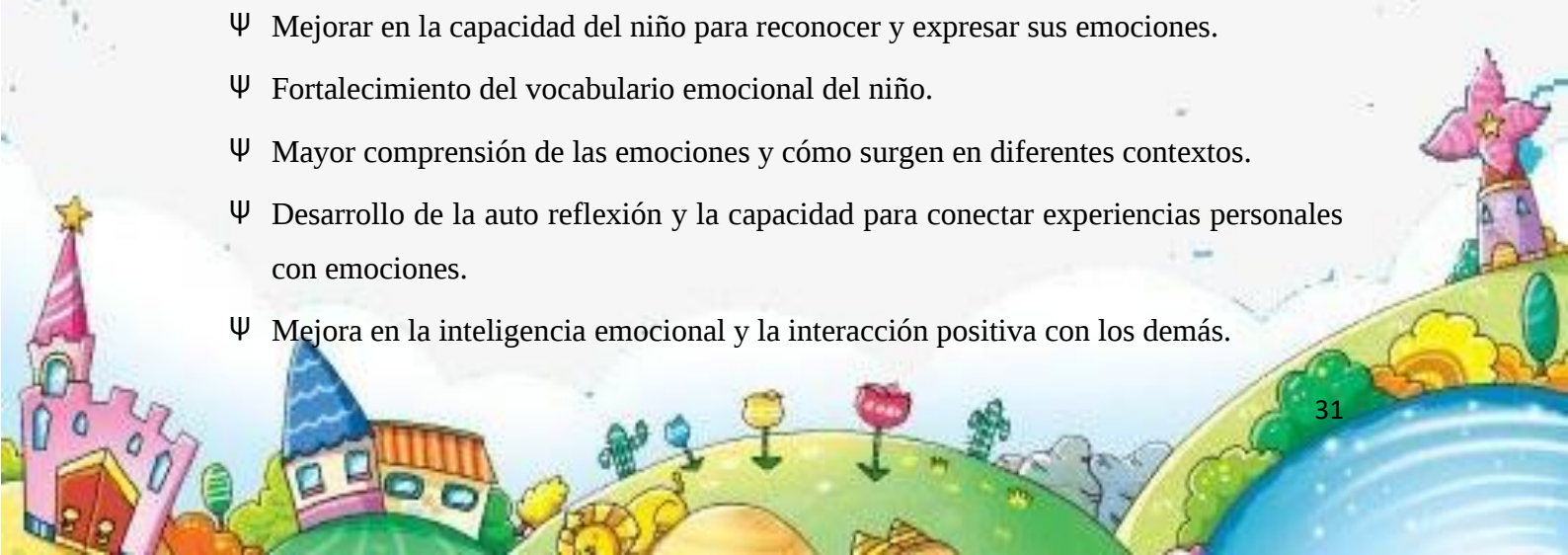
Materiales: Hojas de papel o cartulinas, lápices de colores, crayones o marcadores, Pegatinas o estrellas adhesivas, Tijeras, Pegamento, Revistas viejas para recortar imágenes (opcional)

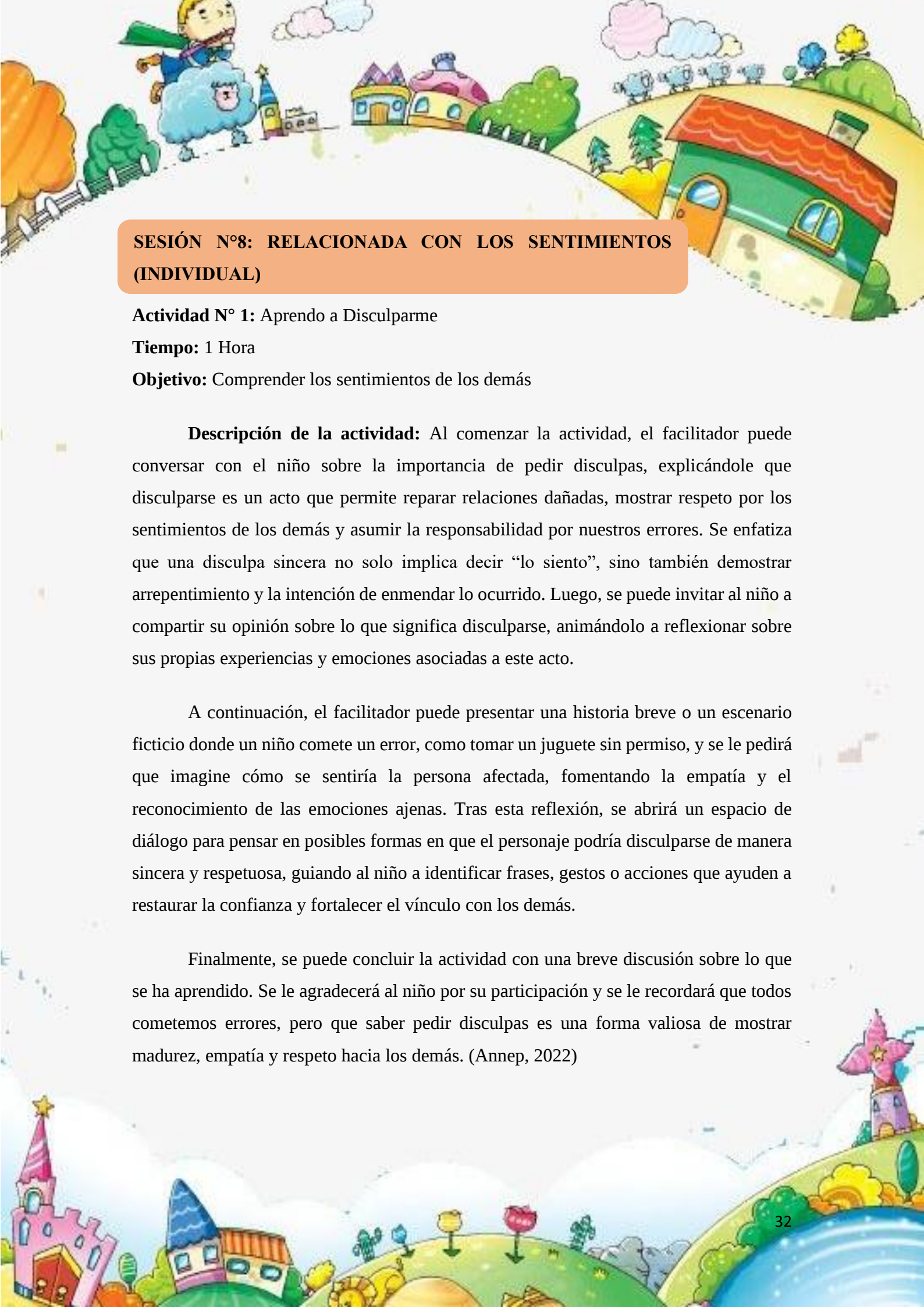
Tiempo: 30 minutos

Desarrollo de la Actividad: El facilitador puede comenzar la actividad explicando al niño, de forma sencilla, qué es una autorrecompensa y por qué es importante reconocer sus propios logros, destacando que todos merecen sentirse orgullosos cuando hacen algo bien. A continuación, se entregará al niño una hoja o cartulina en la que dibujará un logro reciente del que se sienta orgulloso y luego la decorará, transformándola en un “Certificado de Logro Personal”.

Podrá usar dibujos, colores, recortes de revistas o elementos decorativos que representen su experiencia. Después, se le invitará a pensar en una pequeña recompensa que pueda darse a sí mismo por ese logro, como jugar un rato más, leer un cuento favorito o disfrutar de una comida especial, y la escribirá o dibujará en su certificado. Finalmente, el niño podrá colocar su certificado en un lugar visible de la clase o su casa como recordatorio de su esfuerzo y capacidad. Esta actividad refuerza la autoestima, promueve la reflexión positiva, fomenta la creatividad y enseña a valorar y celebrar los logros personales de manera saludable. (especial E. , 2022)

Resultados esperados:

- Ψ Mejorar en la capacidad del niño para reconocer y expresar sus emociones.
 - Ψ Fortalecimiento del vocabulario emocional del niño.
 - Ψ Mayor comprensión de las emociones y cómo surgen en diferentes contextos.
 - Ψ Desarrollo de la auto reflexión y la capacidad para conectar experiencias personales con emociones.
 - Ψ Mejora en la inteligencia emocional y la interacción positiva con los demás.
- 



SESIÓN N°8: RELACIONADA CON LOS SENTIMIENTOS (INDIVIDUAL)

Actividad N° 1: Aprendo a Disculparme

Tiempo: 1 Hora

Objetivo: Comprender los sentimientos de los demás

Descripción de la actividad: Al comenzar la actividad, el facilitador puede conversar con el niño sobre la importancia de pedir disculpas, explicándole que disculparse es un acto que permite reparar relaciones dañadas, mostrar respeto por los sentimientos de los demás y asumir la responsabilidad por nuestros errores. Se enfatiza que una disculpa sincera no solo implica decir “lo siento”, sino también demostrar arrepentimiento y la intención de enmendar lo ocurrido. Luego, se puede invitar al niño a compartir su opinión sobre lo que significa disculparse, animándolo a reflexionar sobre sus propias experiencias y emociones asociadas a este acto.

A continuación, el facilitador puede presentar una historia breve o un escenario ficticio donde un niño comete un error, como tomar un juguete sin permiso, y se le pedirá que imagine cómo se sentiría la persona afectada, fomentando la empatía y el reconocimiento de las emociones ajenas. Tras esta reflexión, se abrirá un espacio de diálogo para pensar en posibles formas en que el personaje podría disculparse de manera sincera y respetuosa, guiando al niño a identificar frases, gestos o acciones que ayuden a restaurar la confianza y fortalecer el vínculo con los demás.

Finalmente, se puede concluir la actividad con una breve discusión sobre lo que se ha aprendido. Se le agradecerá al niño por su participación y se le recordará que todos cometemos errores, pero que saber pedir disculpas es una forma valiosa de mostrar madurez, empatía y respeto hacia los demás. (Annep, 2022)

Actividad N°2: "Enfrento el Enfado de los Demás"

Objetivo: Promover habilidades de autocontrol, empatía y resolución de conflictos.

Materiales: Hojas de papel, lápices de colores o crayones, tijeras, pegamento, tarjetas con situaciones que generen enfado, cuaderno y lápiz

Tiempo: 1 hora



Descripción de la actividad: El facilitador inicia la actividad conversando con el niño sobre el significado de estar enojado. Después, el facilitador entrega al niño una tarjeta con una situación cotidiana que podría generar enojo en alguien, como que un amigo no le preste un juguete o que alguien interrumpa su juego.

Luego, invita al niño a reflexionar sobre una experiencia personal similar y le pide que escriba en su cuaderno una breve historia, utilizando el tiempo pasado, donde narre lo que ocurrió, cómo reaccionó en ese momento y qué emociones sintió.

Esta actividad le permite identificar sus propios patrones de respuesta ante el enojo y comprender mejor su experiencia emocional. Después, el facilitador lo anima a pensar en formas alternativas de manejar esa situación, enfocándose en estrategias que podrían haber ayudado a calmar el enojo de la otra persona o a resolver el conflicto de forma más positiva. El niño puede escribir o dibujar estas alternativas como parte de su reflexión. Esta actividad no solo promueve la autorreflexión y la empatía, sino que también fortalece habilidades de regulación emocional, resolución de conflictos y pensamiento crítico, ayudando al niño a comprender que es posible elegir respuestas más constructivas ante situaciones difíciles. (Abrapalabra, 2023)



Adaptaciones por edad: Se diseñó un enfoque adaptativo y personalizado para presentar imágenes y situaciones que se ajustaran a la edad y nivel de desarrollo de los niños, con el objetivo de fomentar su crecimiento y aprendizaje. Para los niños de 7 a 9 años, se implementó un enfoque inicialmente verbal, donde se les explicó de manera clara y sencilla el concepto del perdón, repitiendo el concepto cuatro veces para asegurar su comprensión. Además, se les pidió que repitieran el concepto, utilizando imágenes impresas que facilitarían el aprendizaje visual y ayudarían a consolidar la idea en sus mentes.

Resultados esperados:

- Ψ El niño comprenderá que el enojo es una emoción normal que debe ser manejada de manera constructiva.
- Ψ El niño desarrollará habilidades para reconocer y manejar sus propias emociones y las de los demás.
- Ψ El niño aprenderá estrategias para calmar el enfado de los demás, como hablar con calma, pedir disculpas y dar espacio.
- Ψ El niño fomentará el pensamiento crítico y la empatía, considerando cómo sus acciones afectan a los demás y qué podría hacer de manera diferente en el futuro.
- Ψ El niño desarrollará una mayor conciencia sobre la importancia de reconocer los sentimientos de los demás y mostrar empatía.
- Ψ El niño adquirirá habilidades valiosas para la vida diaria, como manejar el enfado de forma constructiva e influir positivamente en las emociones de los demás.





SESIÓN N°9: HABILIDADES RELACIONADA CON LOS SENTIMIENTOS (GRUPAL)

Actividad: Expresando emociones alborotadas

Objetivo: Identificar y expresar emociones intensas de manera saludable.

Materiales: No se necesita

Tiempo: 50 minutos



Descripción de la actividad: Se reúne a los niños en un círculo y se les explica que van a explorar diferentes emociones y aprender estrategias para manejarlas cuando se sientan alborotados. Se les indica que la actividad se desarrollará en varios pasos que les permitirán compartir experiencias y expresar sus sentimientos de forma creativa.

En primer lugar, se presenta una lista de emociones básicas como alegría, tristeza, enojo y miedo y se explican en detalle con ejemplos cotidianos que faciliten su comprensión. Luego, se invita a los niños a compartir momentos en los que hayan experimentado esas emociones, fomentando la empatía y el reconocimiento emocional.

A continuación, se asigna a cada niño un papel con una situación emocionalmente desafiante, como perder un juego, recibir una crítica o sentirse ignorado por sus amigos, y se les anima a representar esa escena mediante una breve dramatización, explorando cómo se sentirían los personajes en esas circunstancias. Para complementar la actividad con una dimensión artística, se entregan materiales como papel, lápices de colores y pinturas, y se les pide que dibujen o escriban sobre una emoción que les haga sentirse alborotados. Los niños comparten sus creaciones con el grupo en un entorno de respeto y escucha activa, fortaleciendo la comprensión mutua. (Karangokids, 2023)



Finalmente, se guía a los niños en el aprendizaje de estrategias prácticas para manejar emociones intensas, como la respiración profunda, contar hasta diez, pedir ayuda o tomar un momento de calma antes de actuar.

Actividad N°2: "Enfrento y supero el Miedo"

Objetivo: Proporcionar una salida física para la energía y un espacio seguro para reflexionar sobre sus emociones.

Materiales: Hojas de papel y lápices de colores o crayones, tarjetas con situaciones que generen enfado, conos, aros, cuerdas, colchonetas, espacio abierto o sala grande para el circuito

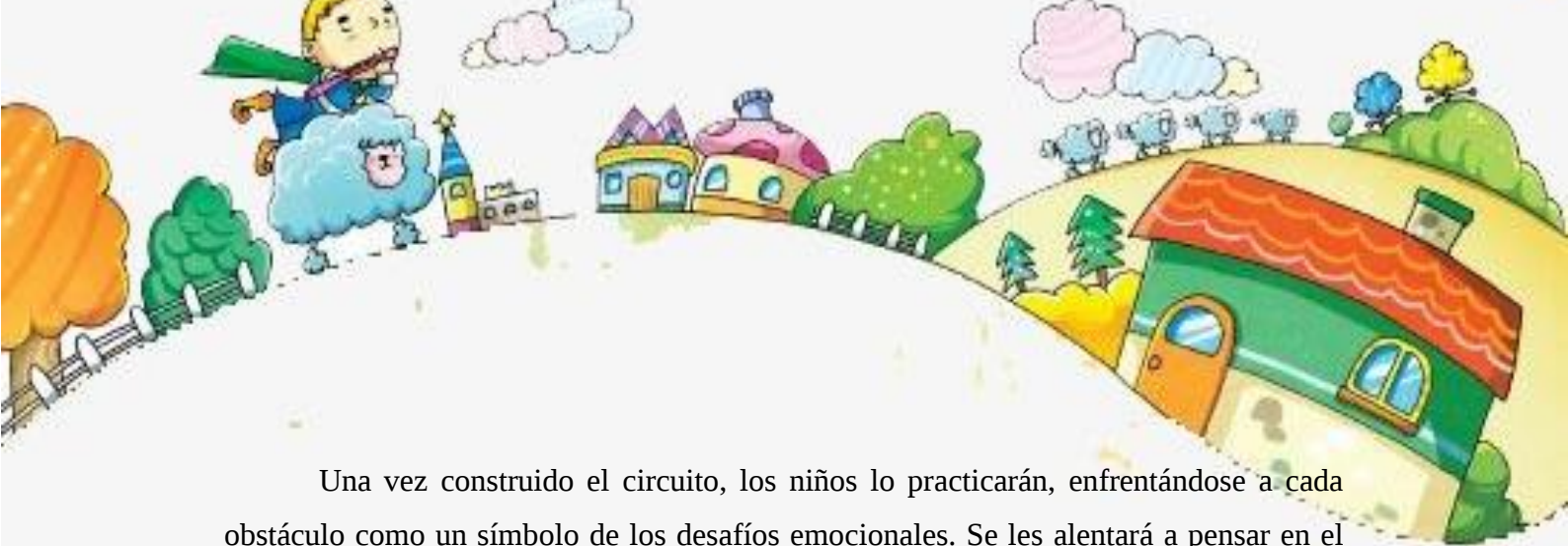
Tiempo: 50 minutos

Desarrollo de la Actividad: La actividad puede comenzar con una charla sobre cómo enfrentar el enfado de los demás y cómo puede dar miedo cuando alguien está enojado. Se les explicará a los niños que es normal sentirse asustados o incómodos en estas situaciones y se les animará a compartir sus experiencias personales.



Después de esta discusión inicial, se introduce el concepto del circuito de obstáculos como una metáfora para enfrentar momentos desafiantes. Los niños participan activamente en la construcción del circuito utilizando conos, aros, cuerdas y colchonetas.





Una vez construido el circuito, los niños lo practicarán, enfrentándose a cada obstáculo como un símbolo de los desafíos emocionales. Se les alentará a pensar en el circuito como una práctica para la vida real, donde enfrentarse a los obstáculos emocionales es tan importante como superar los físicos.

Después de completar el circuito, los niños reflexionarán sobre cómo se sintieron al superarlo y cómo esto se relaciona con enfrentar el enfado de los demás. (Karangokids, 2023)

Resultados Esperados

- Ψ Los niños comprenderán que es normal sentirse asustados o incómodos cuando alguien está enojado y aprenderán a manejar sus emociones en estas situaciones.
- Ψ Los niños desarrollarán habilidades para enfrentar y superar obstáculos emocionales, como el enfado de los demás.
- Ψ Los niños aprenderán a utilizar estrategias de respiración y autocontrol para mantener la calma y la concentración en situaciones difíciles.
- Ψ Los niños se sentirán más seguros y confiados para manejar situaciones difíciles y enfrentar el enfado de otros sin tener tanto miedo.
- Ψ Los niños desarrollarán una mayor conciencia sobre la importancia de la reflexión y el apoyo mutuo en el manejo de emociones.
- Ψ Los niños aprenderán a aplicar las habilidades aprendidas en la actividad a situaciones de la vida real.





SESIÓN N° 10: HABILIDADES ALTERNATIVAS FRENTE A LA AGRESIÓN

Actividad N°1: Aprendo a pedir permiso

Tiempo: 30 minutos

Objetivos: Desarrollar habilidades de comunicación respetuosa y asertiva.

Materiales: Ilustraciones, frases

Descripción de la actividad: El facilitador puede explicar qué significa pedir permiso y por qué es importante hacerlo. Se discutirán ejemplos cotidianos donde pedir permiso es necesario, enfatizando el respeto y la cortesía en cada situación.

El niño participará en una actividad de identificación, donde se le presentarán diferentes situaciones en las que necesitaría pedir permiso. Se le pedirá que describa cómo pediría permiso en cada situación, fomentando la reflexión sobre la importancia de esta práctica. El facilitador enseñará al niño frases adecuadas para pedir permiso de manera respetuosa y asertiva. El niño practicará estas frases a través de juegos de rol con el facilitador, donde ambos tomarán turnos para ser quien pide permiso y quien concede o niega el permiso.

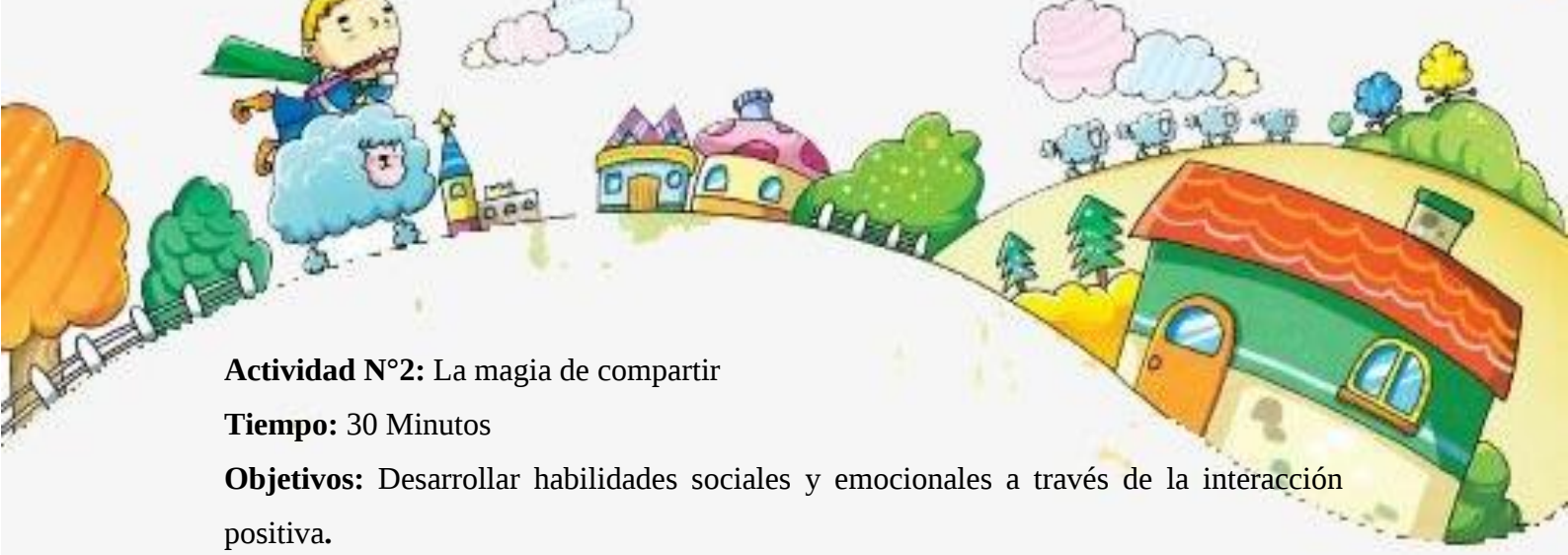


No perdamos la costumbre de **PEDIR PERMISO**. Forma parte de **SER EDUCADO** de **SABER ESTAR** y de la **ELEGANCIA** en el trato.

@patri_psiologa



El niño participará en actividades de dramatización, representando diferentes escenarios en los que necesita pedir permiso. Se le animará a usar las frases aprendidas y a mostrar comportamientos de respeto y paciencia. Finalmente, se guiará una discusión en la que el niño reflexionará sobre cómo se sintió al pedir permiso y qué aprendió de la experiencia. **Fuente especificada no válida.** (Karangokids, 2023)



Actividad N°2: La magia de compartir

Tiempo: 30 Minutos

Objetivos: Desarrollar habilidades sociales y emocionales a través de la interacción positiva.

Materiales: Una caja decorada, tarjetas con instrucciones o preguntas sobre compartir.

Descripción de la actividad:

Se le explicará al niño que participaremos en una actividad especial centrada en el concepto y la importancia de compartir. Se le presentará una "Caja Mágica" y se le preguntará qué cree que hay dentro de ella, permitiéndole expresar sus ideas libremente.



Se abrirá la caja y se revelarán los lápices de colores y las galletas saladas. Se le indicará al niño que las galletas son suyas, pero que debe ir a cada consultorio del centro para compartir una galletita con cada persona que encuentre. Se le motivará al explicarle que compartir puede hacer que los demás se sientan felices.

Se acompañará al niño durante el recorrido por el centro, observando y ofreciendo guía cuando sea necesario. En cada parada, se le alentará a ofrecer la galleta y a decir algo amable, como "Me gustaría compartir esta galleta contigo". **Fuente especificada no válida.** (Educo, 2019)

Adaptaciones por edad: Para los niños de 8 a 9 años, se les mostrarán videos audiovisuales que ilustren conceptos importantes de manera visual y atractiva. Este enfoque ayudará a captar su atención y a facilitar una mayor comprensión de las ideas que se quieren transmitir. Los videos seleccionados serán adecuados para su edad y nivel de comprensión, y se utilizarán para introducir conceptos clave de manera clara y concisa.



Para los niños de 10 a 12 años, se les proporcionarán imágenes impresas de diversas situaciones que les permitirán crear sus propias palabras y expresar cómo podrían abordar una situación relacionada con el concepto de permiso. Este método promoverá la reflexión y el desarrollo del lenguaje, alentando a los niños a formular sus pensamientos y a comunicar sus ideas de manera más clara.

Resultados Esperados

- Ψ Los niños de 8 a 9 años comprenderán mejor los conceptos importantes a través de los videos audiovisuales.
- Ψ Los niños de 10 a 12 años desarrollarán habilidades de reflexión y lenguaje a través de la creación de sus propias palabras y expresiones.
- Ψ Los niños de ambos grupos de edad podrán aplicar los conceptos aprendidos en situaciones reales.
- Ψ Se fomentará un aprendizaje más significativo y efectivo al adaptar las actividades a las necesidades y niveles de comprensión de cada grupo de edad.
- Ψ Los niños desarrollarán habilidades importantes de manera divertida e interactiva.



SESIÓN N°11: ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN (INDIVIDUAL)

Actividad: Aprendo a ayudar

Tiempo: 1 hora

Objetivo: Desarrollar empatía y solidaridad hacia los compañeros, amigos y familiares.

Materiales: Tarjetas impresas



Descripción de la Actividad: En esta actividad, el facilitador destaca la importancia de ayudar a los demás y explora ejemplos concretos de cómo hacerlo en la escuela, en casa y en la comunidad, luego presenta imágenes impresas que ilustran formas específicas de ofrecer ayuda de manera efectiva, y el niño practica estas frases y



comportamientos a través de juegos de rol dinámicos e interactivos, simulando diferentes escenarios en los que alguien necesita ayuda, después de lo cual se guía una reflexión profunda sobre las experiencias y lo aprendido, reforzando conceptos clave como empatía, solidaridad y la importancia de ofrecer ayuda sin esperar nada a cambio. **Fuente especificada no válida.**

(Educo, 2019)

Adaptaciones por edad: Para los niños de 8 a 9 años se les muestra videos audiovisuales que ilustran formas sencillas y concretas de ofrecer ayuda, y se utilizarán imágenes adaptadas a su edad y nivel de comprensión para facilitar su entendimiento y participación.



Para los niños de 10 a 12 años se les proporciona imágenes impresas de diversas situaciones que les permitirán crear sus propias palabras y expresar cómo podrían pedir ayuda de manera adecuada, fomentando su creatividad y habilidades de comunicación.

Resultados Esperados

- Ψ Mejora en la capacidad de ofrecer ayuda
- Ψ Aumento de la empatía y solidaridad
- Ψ Desarrollo de habilidades de comunicación
- Ψ Aplicación en la vida cotidiana

SESIÓN N°12: ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN (INDIVIDUAL)

Actividad 1."Aprendiendo a Negociar"

Tiempo: 1hora

Objetivo: Enseñar a los niños a negociar de manera justa y efectiva.

Materiales: Hojas de papel, lápices o bolígrafos, tarjetas con situaciones de negociación, reloj o cronómetro



Desarrollo de la Actividad: En esta actividad, el facilitador puede explicar qué significa negociar y por qué es importante, luego entrega al niño una tarjeta con una situación de negociación y explica el ejemplo, el niño tiene que pensar en una situación similar que ha enfrentado en el pasado y escribir una breve historia sobre esa experiencia, después reflexiona sobre cómo podría haber negociado de manera diferente o mejor y escribe una segunda versión de la historia aplicando nuevas estrategias de negociación.





Finalmente, pueden discutir nuevas estrategias que podrían ayudarlo en futuras negociaciones y el facilitador destacar la importancia de escuchar a los demás, ser flexible y buscar soluciones que beneficien a ambas partes. (Abrapalabra, 2023)

Adaptaciones: Se realizaron ajustes en las actividades para asegurar que todos los niños puedan seguir el ritmo y participar activamente, para los niños de 8 a 9 años, se presentan dos posibles negociaciones para cada historia, una efectiva y otra inefectiva, y deben identificar la mejor opción y explicar por qué, mientras que para los niños de 10 a 12 años, se les pide que creen sus propias negociaciones con ejemplos y orientación previa, estos ajustes incluyen la adaptación de materiales y estrategias de enseñanza individualizadas para asegurar el aprendizaje efectivo.



Resultados esperados:

- Mejora en la capacidad de negociación
- Aumento de la comprensión
- Desarrollo de habilidades de pensamiento crítico
- Aplicación de técnicas de negociación



SESIÓN N°13: ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN (INDIVIDUAL)

Actividad: El poder de autocontrol:

Objetivos: Ayudar a los niños a reconocer y manejar sus emociones.

Materiales: Un frasco, Purpurina de colores, agua, pegamento líquido transparente, tarjetas con situaciones que pueden generar emociones fuertes, galletas saladas, imagen impresa.

Tiempo: 30 minutos

Descripción de la actividad. En esta actividad, se le explica al niño que elaborarán juntos un "Frasco de la Calma", una herramienta visual y sensorial diseñada para ayudarlo a manejar sus emociones. Para facilitar la comprensión, se le muestra una hoja impresa con ilustraciones y una breve explicación sobre cómo funciona el frasco y por qué puede ser útil para autorregularse.

A continuación, se le entrega al niño un frasco de vidrio transparente con tapa, junto con los materiales necesarios: agua, purpurina de colores y pegamento líquido transparente. Se le invita a personalizar su frasco eligiendo los colores que más le gusten y mezclando los ingredientes.

Una vez finalizado el frasco, se presentan al niño distintas situaciones hipotéticas que podrían generar emociones intensas. Se le pregunta cómo podría utilizar su Frasco de la Calma en esos momentos, invitándolo a imaginar que agita el frasco y observa cómo la purpurina desciende lentamente, mientras él respira profundo y se tranquiliza.





El niño reflexiona sobre la utilidad del frasco como una herramienta de autocontrol. Se refuerzan positivamente sus respuestas, se reconocen sus ideas y se celebra su capacidad para pensar en estrategias que le ayuden a sentirse mejor.

Finalmente, se le anima a usar su Frasco de la Calma en casa, en la escuela o en cualquier otro contexto donde necesite recuperar la tranquilidad. Se le recuerda que detenerse, observar y respirar es una forma valiente y efectiva de cuidarse a sí mismo. **Fuente especificada no válida.** (Abrapalabra, 2023)

Resultados Esperados

- Ψ Mejora en la regulación emocional
- Ψ Aumento de la autoconciencia
- Ψ Desarrollo de estrategias de afrontamiento
- Ψ Mejora en la confianza y autoestima



SESIÓN N°14: ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN (GRUPAL)

Actividad N°1: Defender mis propios derechos

Objetivo: Impulsar al estudiante a que realice una serie de tareas que los maestros le proponen como mediación para el aprendizaje

Materiales: Computadora, imágenes recortadas de marcianitos, video corto de reflexión, un pliegue de cartulina

Tiempo: 1 Hora



Descripción de la actividad: La actividad comienza con la proyección de un video inspirador protagonizado por simpáticos “marcianitos”, cuyos colores vibrantes, sonidos alegres y mensajes motivadores captan de inmediato la atención de los niños.



Este recurso audiovisual no solo entretiene, sino que también transmite valores como la empatía, la perseverancia, la amistad y la autoestima de una manera cercana y lúdica.

Después del video, se invita a los niños a elegir una frase que les haya gustado o con la que se hayan sentido identificados. Esta frase puede ser un mensaje positivo, un pensamiento que les inspire o algo que los haya hecho sentir bien. Luego, cada niño copia su frase en una hoja utilizando lápices de colores, marcadores o crayones, dándoles libertad para decorarla a su gusto. Este momento favorece la expresión creativa y permite que cada niño plasme su estilo y personalidad.



A continuación, se realiza una breve presentación grupal: cada niño comparte en voz alta su frase favorita con sus compañeros, explicando por qué la eligió. Esta instancia fortalece la comunicación oral, la escucha activa y la validación emocional en un ambiente seguro y respetuoso. Después de la presentación, cada frase es pegada en una cartulina grupal, donde los niños eligen cuidadosamente el lugar donde ubicarla, promoviendo así la organización visual y el sentido de pertenencia al trabajo colectivo.

Para finalizar, se entregan a los niños imágenes impresas de los marcianitos (basados en el video visto), que ellos recortan y pegan alrededor de las frases, decorando la cartulina de forma libre. Este momento refuerza el disfrute artístico y cierra la actividad con una producción visual colorida y significativa. **Fuente especificada no válida.** (Abrapalabra, 2023)

Actividad N° 2: Responder a las bromas

Tema: Ikonikus

Tiempo: 30 minutos

Objetivos: Controlar el estrés a través de relajación.

Materiales: Cartas.



Descripción de la Actividad: Los participantes juegan una partida del juego educativo Ikonikus, diseñado para ayudar a los niños a expresar y comprender emociones a través de símbolos, el facilitador y el niño comienzan con tres cartas cada uno con diferentes símbolos que representan emociones o sentimientos, luego se colocan las cartas boca abajo y se barajan.



La narradora interpreta las cartas y elige la que cree que representa de manera más adecuada la emoción para la situación, el niño cuya carta haya sido seleccionada recibe puntos, y al final del juego, el grupo reflexiona sobre sus experiencias y se introduce el concepto de "empatía" para entender y compartir los sentimientos de los demás.

Resultados Esperados

- Aprendizaje equitativo
- Ambiente inclusivo
- Mejora en la comprensión
- Desarrollo de habilidades



SESIÓN N°15: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

Actividad: Formular una queja (encerrados)

Objetivo: Enseñar a los niños a expresar sus sentimientos y necesidades de manera respetuosa.

Materiales: Hoja de papel, lápices de colores, tarjetas, pegatinas y galletas saladas

Tiempo: 1 Hora



Descripción de la actividad: La actividad comienza con una conversación guiada en la que se le explica al niño la importancia de expresar lo que siente cuando algo no está bien. A continuación, se le muestra al niño un ejemplo de carta de queja, escrita en un tono respetuoso, donde se describe una situación injusta, se explican los sentimientos que genera y se propone una posible solución. Este ejemplo sirve como modelo para estructurar su propia carta, brindándole un marco seguro para expresarse.



Luego, se le presentan diferentes imágenes que representan situaciones potencialmente injustas o incómodas (por ejemplo: un niño que no es escuchado, alguien que hace trampa en un juego, un compañero que no comparte, etc.). El niño elige una imagen con la que se sienta identificado o que le llame la atención.

Basándose en la imagen seleccionada, redacta una carta de queja en la que describe:

- Ψ Qué ocurrió y por qué considera que no fue justo.
- Ψ Cómo se sintió ante esa situación.
- Ψ Qué podría hacerse para resolver el problema de manera positiva.



Se alienta al niño a usar sus propias palabras y se le acompaña si necesita apoyo para organizar sus ideas o escribir. Puede decorar su carta si lo desea, integrando elementos que expresen su estilo personal.

Para cerrar la actividad, se lleva a cabo una breve reflexión conjunta. Se conversa sobre cómo la comunicación respetuosa puede ayudar a resolver conflictos, mejorar la convivencia y hacer valer nuestros derechos sin dañar a los demás. Se refuerza que expresar lo que sentimos no solo es válido, sino también una habilidad valiosa para construir relaciones sanas y justas. **Fuente especificada no válida.** (Educarueca, 2017)

Adaptaciones por edad: Se puede implementar una actividad con videos audiovisuales para facilitar la comprensión de conceptos complejos, captar su atención y promover una conexión directa con el contenido, permitiendo que los niños se involucren activamente en su aprendizaje y desarrollen una comprensión más profunda de los temas presentados. Se proporcionan imágenes impresas que representan situaciones cotidianas para que los niños creen sus propias palabras y expresiones, reflexionen sobre sus experiencias y desarrollen habilidades de comunicación asertiva, articulando sus pensamientos de manera clara y coherente, y aprendiendo a expresar sus emociones y necesidades de forma efectiva.

Resultados Esperados

- Mejora en la comprensión
- Aumento del interés
- Conexión con el contenido
- Participación activa



SESIÓN N°16: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

Tema: El poder de responder

Tiempo: 1 hora

Objetivo: Fomentar habilidades de comunicación efectiva.

Materiales: Tarjetas con situaciones hipotéticas, papel, lápiz, colores, dibujos o imágenes representativas de emociones



Descripción de la actividad: Se inicia explicando al niño la importancia de responder de manera adecuada en diferentes situaciones, destacando que esta habilidad es esencial



para mejorar su comunicación con amigos, familiares y maestros, se muestran imágenes que representan personas escuchando y respondiendo en diferentes contextos, y se entregan tarjetas con situaciones hipotéticas para que el niño reflexione sobre cómo respondería de manera respetuosa y adecuada,

luego se participa en un juego de roles donde se asumen diferentes papeles y se proporciona retroalimentación positiva y orientación adicional para fomentar una comunicación más efectiva y respetuosa, permitiendo al niño desarrollar habilidades sociales y emocionales clave para su desarrollo.

(Childrenshealth, 2020)

Resultados Esperados:

- Mejora en la Comunicación Efectiva
- Desarrollo de Habilidades Sociales
- Fortalecimiento de la Empatía





- Desarrollo de la Autorregulación Emocional
- Mejora en la Resolución de Conflictos
- Desarrollo de la Confianza

SESIÓN N°17: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

Tema: Resolver la vergüenza

Tiempo: 1 hora

Objetivo: Ayudar a los niños con TDAH a comprender y manejar sentimientos de vergüenza, promoviendo la autoaceptación y la confianza.



Materiales: Hojas de papel, lápices de colores o crayones, fichas con estrategias de manejo de la vergüenza

Descripción de la actividad: El facilitador se presenta al niño y explica que trabajarán juntos para aprender a manejar situaciones en las que se sienta avergonzado, comienza contando una historia sencilla para ilustrar la situación y hace preguntas para guiar la reflexión del niño, como:

- ¿Cómo te sentirías en esa situación?
- ¿Por qué crees que te sentirías así?
- ¿Qué podrías hacer para sentirte mejor

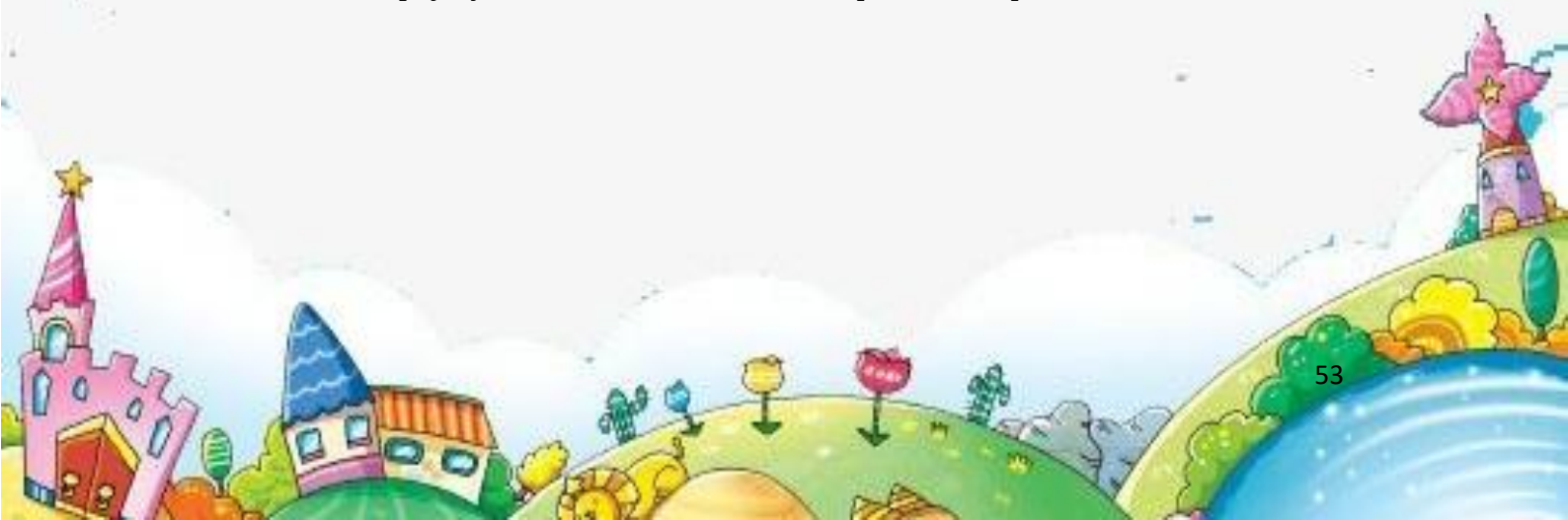




Luego pide al niño que escriba o dibuje una situación en la que se sintió avergonzado y cómo podría manejarla, enseña estrategias específicas como la respiración profunda, hablar con alguien de confianza y pensar en pensamientos positivos, y entrega fichas con estas estrategias.

Finalmente, refuerza la importancia de aceptar los errores y concluir con una afirmación positiva para fomentar la confianza y el aprendizaje, permitiendo al niño desarrollar habilidades para manejar la vergüenza de manera efectiva. **Fuente especificada no válida.** (Childrenshealth, 2020)

Adaptaciones por edad: Para los niños de 7 a 9 años, se les pide dibujar emociones en diversas situaciones e identificar aquellas en las que se sintieron avergonzados, utilizando imágenes ilustrativas para facilitar la comprensión, mientras que, para los niños de 10 a 12 años, se les pide explicar y escribir situaciones específicas de vergüenza, fomentando la reflexión, la autoconciencia y la comunicación, y creando un ambiente de apoyo y entendimiento mutuo al compartir sus experiencias.





Resultados Esperados:

- Reconocimiento y Aceptación de Emociones
- Desarrollo de Habilidades para Manejar la Vergüenza
- Mejora en la Autoexpresión
- Fortalecimiento de la Confianza
- Desarrollo de la Resiliencia
- Aprendizaje de Estrategias de Afrontamiento
- Mejora en la Relación con los Demás

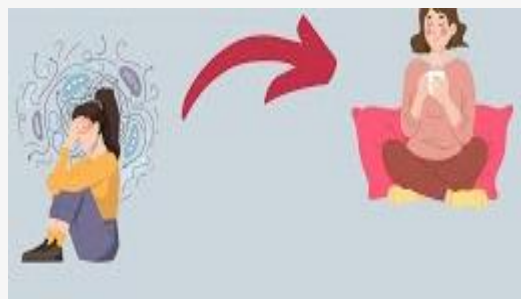
SESIÓN N°18: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

Actividad: Responder al fracaso

Objetivo: Promover la autoconfianza.

Materiales: Hojas de papel, lápices de colores, crayones, lápiz o bolígrafo, fichas con estrategias de afrontamiento al fracaso

Tiempo: 1Hora



Descripción de la actividad: El facilitador explica al niño que todos enfrentan desafíos y que es normal cometer errores, luego cuenta una historia sencilla para ilustrar una situación de fracaso y pregunta al niño lo siguiente:

- ¿Qué harías para sentirte mejor?



Seguidamente pide al niño que escriba o dibuje cómo respondería al fracaso en la situación presentada, después revisa y discute el escrito o dibujo del niño, planteando preguntas como:



- Cuéntame sobre tu dibujo/lo que escribiste
- ¿Cómo podrías manejar mejor el fracaso la próxima vez?

Finalmente ofrece una afirmación positiva para reforzar la idea de que el fracaso es una parte natural del aprendizaje y que la forma en que respondemos a él puede influir en nuestro crecimiento y éxito futuro. **Fuente especificada**

no válida. (Abrapalabra, 2023) **Fuente especificada no válida.**





Adaptaciones según la edad: Para los niños de 7 a 9 años, se les pide dibujar emociones en diversas situaciones, incluidas aquellas relacionadas con el fracaso, utilizando colores y símbolos que representen la superación, mientras que, para los niños de 10 a 12 años, se les pide explicar situaciones específicas de fracaso y escribir cómo podrían responder de manera positiva, proporcionando ejemplos de respuestas constructivas y fomentando el diálogo en grupo para compartir ideas y estrategias.



Resultados Esperados:

- Reconocimiento del Fracaso como Parte del Aprendizaje
- Desarrollo de Resiliencia
- Mejora en la Autoexpresión
- Pensamiento Reflexivo
- Fortalecimiento de la Autoestima
- Desarrollo de Habilidades para Manejar el Fracaso

SESIÓN N°19: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

Actividad: Responder a una acusación

Objetivo: Promover la honestidad, empatía y la comunicación respetuosa.

Materiales: Tarjetas con diferentes escenarios de acusaciones, papel y lápices de colores, peluche o cualquier objeto que represente el "hablador".

Tiempo: 1 Hora

Descripción de la Actividad: Se explica al niño cómo responder de manera adecuada si alguien los acusa de algo, destacando la importancia de escuchar atentamente antes de reaccionar, se presentan tarjetas con imágenes que representan situaciones de acusaciones y discusiones inadecuadas, y se guía al niño para que identifique la mejor manera de responder en cada caso.



Finalmente, se lleva a cabo una sesión de reflexión para reconocer los aspectos positivos y negativos de las respuestas discutidas y comprender la importancia de la empatía y la calma en las interacciones con los demás, lo que permite al niño desarrollar habilidades efectivas para manejar acusaciones y mejorar sus relaciones interpersonales. (Annep, 2022)

Adaptaciones según la edad: Para los niños de 7 a 9 años, se presentan videos animados que muestran situaciones de acusaciones injustas y se les pide dibujar cómo se sentirían y qué respuestas podrían dar de manera positiva, mientras que para los niños de 10 a 12 años, se proyectan cortometrajes que presentan historias de personajes que enfrentan acusaciones y responden de manera asertiva, se lleva a cabo una discusión en grupo sobre estrategias para defenderse y aclarar la situación, y se les pide escribir un breve relato sobre una situación en la que podrían ser acusados y cómo podrían responder de manera constructiva, lo que fomenta el pensamiento crítico, la empatía y el desarrollo de habilidades de comunicación y resolución de conflictos.



Resultados Esperados:

- Ψ Mejora en la Comunicación
- Ψ Resolución Pacífica de Conflictos
- Ψ Desarrollo de la Empatía
- Ψ Fortalecimiento de la Autoestima
- Ψ Habilidades de Pensamiento Crítico
- Ψ Mejora en las Relaciones Interpersonales

SESIÓN N°20: PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS (INDIVIDUAL)

Actividad: Prepararse para una conversación

Objetivo: Participar en conversaciones de manera efectiva y confiada.

Materiales: Hojas de papel, lápices, crayones, lápiz o bolígrafo, fichas con temas de conversación sugeridos

Tiempo: 1 Hora



Descripción de la actividad: La actividad comienza con la presentación del facilitador, quien establece un vínculo cercano y de confianza con el niño, explicándole de forma clara y amigable que trabajarán juntos para aprender a prepararse antes de tener una conversación importante.



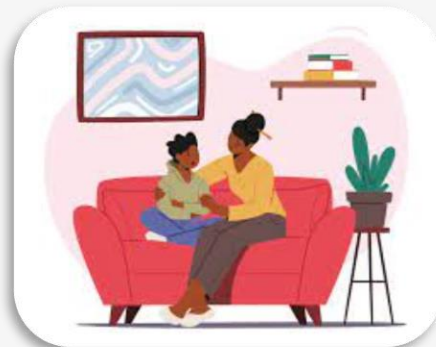
Para contextualizar la actividad, el facilitador narra una historia breve y sencilla que represente una situación cotidiana y cercana a la experiencia del niño. Se acompaña la historia con imágenes ilustrativas que facilitan la comprensión y

ayudan al niño a visualizar mejor la situación.



Luego, se invita al niño a pensar en una situación propia o similar y se le propone la siguiente tarea: Escribir o dibujar cómo se prepararía él antes de tener una conversación importante.

A continuación, se le da la libertad de elegir entre escribir o dibujar, respetando su estilo de expresión preferido. Durante la actividad, el facilitador ofrece apoyo, hace preguntas que orientan y refuerzan positivamente sus esfuerzos. (Educarueca, 2017)



Adaptaciones según la edad: En este programa de habilidades sociales para niños con TDAH, se les proporciona preguntas que les ayudan a reflexionar sobre cómo prepararse para una conversación, incluyendo qué quieren decir, cómo se sienten y qué palabras usar, y se les pide que hagan un dibujo que represente la situación y las palabras elegidas para los niños de 7 a 9 años, mientras que para los niños de 10 a 12 años, se les pide que escriban un breve resumen sobre una situación en la que necesitarían tener una conversación difícil y describan sus sentimientos y un plan de cómo abordar la conversación, incluyendo frases útiles, y luego practiquen su diálogo en voz alta para fomentar la autoconfianza y la claridad en la comunicación.

Resultados Esperados:

- Mejora en la Preparación para Conversaciones
- Desarrollo de la Autoconfianza
- Mejora en la Claridad en la Comunicación
- Desarrollo de Habilidades de Planificación
- Fomento de la Práctica y la Reflexión

SESIÓN N°21: PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS (INDIVIDUAL)

Actividad: Enfrentarse a mensajes contradictorios

Objetivo: Desarrollar habilidades para pedir aclaraciones y resolver la confusión.

Materiales: Tarjetas de sentimientos con imágenes y palabras, Hojas de papel y lápices de colores para la actividad de dibujo.

Tiempo: 1 Hora



Descripción de la actividad: Durante la sesión, el facilitador puede explicar primero qué son los mensajes contradictorios proporcionando ejemplos simples que el niño pueda comprender con facilidad. Luego, el niño participa en una actividad de identificación, en la cual se le presentan distintas situaciones que contienen mensajes contradictorios. Se le pide que señale qué parte del mensaje resulta contradictoria y cómo se sentiría al recibirlo.



Posteriormente, se utilizan tarjetas de sentimientos para ayudar al niño a identificar y expresar cómo se siente al recibir este tipo de mensajes. Luego, los niños realizan una actividad de dibujo en la que representan una situación en la que se sintieron confundidos y cómo la manejan.

Finalmente, el facilitador enseña al niño estrategias para gestionar la confusión, como tomarse un momento para pensar, hablar con un adulto de confianza o usar las frases de aclaración aprendidas.

Se les anima a compartir sus experiencias y a reflexionar sobre cómo pueden aplicar estas estrategias en su vida diaria para enfrentar con mayor seguridad y efectividad las situaciones con mensajes contradictorios. (Annep, 2022)Fuente especificada no válida.

Resultados Esperados:

- Mejora en la Identificación de Mensajes Contradictorios
- Desarrollo de Habilidades de Comunicación
- Mejora en la Gestión de la Confusión
- Fortalecimiento de la Confianza
- Desarrollo de Habilidades de Pensamiento Crítico



SESIÓN N°22: PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS (INDIVIDUAL)

Actividad: Hacer frente a las presiones de grupo

Objetivos: Desarrollar habilidades para decir "no" de manera asertiva.

Materiales: Tarjetas con ejemplos de situaciones de presión de grupo, hojas de papel y lápices

Tiempo: 40 minutos

Descripción de la actividad: Como inicio de la actividad, el facilitador puede explicar qué es la presión de grupo y proporciona ejemplos adecuados a la edad de los niños.





Se dialoga sobre cómo la presión de grupo puede influir en las decisiones y comportamientos, y por qué es importante saber cómo manejarla. Seguidamente, el niño participa en una actividad de identificación, en la que se le presentan diferentes situaciones en las que podría enfrentar presión de grupo.

A continuación, el facilitador enseña al niño frases y técnicas para decir "no" de manera asertiva, como "No, gracias" o "No quiero hacerlo". El niño practica estas frases a través de juegos de rol, en los que el facilitador representa a un compañero que intenta



ejercer presión. Luego, se realiza una actividad de toma de decisiones, en la que el niño analiza distintos escenarios y decide qué haría en cada uno, manteniéndose fiel a su opinión. Se le refuerza la importancia de confiar en sus propios valores y criterios al tomar decisiones.

Finalmente, el facilitador presenta estrategias adicionales, como buscar apoyo en amigos que compartan sus valores, alejarse de situaciones incómodas y hablar con un adulto de confianza. El niño reflexiona y discute cómo puede aplicar estas estrategias en situaciones reales que enfrenta en su vida diaria. (creativo, 2023)

Resultados Esperados:

- Ψ Comprende qué es la presión de grupo
- Ψ Identifica situaciones comunes
- Ψ Aprende y utiliza frases asertivas
- Ψ Participa activamente en juegos de rol,
- Ψ Desarrolla habilidades de toma de decisiones,
- Ψ Reconoce la importancia de contar con redes de apoyo



SESIÓN N°23: PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS (GRUPAL)

Actividad N°1: Defender a un compañero

Tiempo: 1 Hora

Objetivo: Desarrollar empatía y solidaridad entre los compañeros de clase.

Materiales: Tarjetas con situaciones injustas, cartulinas y marcadores para escribir y decorar los pactos.

Descripción de la actividad: El facilitador puede iniciar la actividad explicando la importancia de defender a un compañero en situaciones de injusticia o acoso. Para ilustrar este concepto, proporciona ejemplos concretos. A continuación, los niños participan en una actividad de identificación de situaciones. Se les presentan diferentes escenarios en los que un compañero necesita ser defendido. Los niños reflexionan y discuten qué harían en cada caso y cómo podrían intervenir de forma adecuada. Luego, el facilitador tiene que enseñar frases y técnicas para intervenir de manera asertiva y respetuosa

En el último paso, los niños trabajan en grupos para crear un “Pacto de Amistad”, en el que escriben compromisos sobre cómo se apoyarán y respetarán entre sí. Cada grupo presenta su pacto al resto de la clase, y todos los pactos se exhiben en el aula como un recordatorio visible del compromiso colectivo con un ambiente de respeto y cuidado mutuo.

Para cerrar la actividad, el facilitador repasa las habilidades aprendidas y refuerza la importancia de intervenir de forma asertiva y respetuosa. Finalmente, anima a los niños a aplicar estas habilidades en su vida diaria y a seguir promoviendo una comunidad escolar basada en la empatía, la valentía y la solidaridad. **Fuente especificada no válida.** (especial C. , 2023)

Resultados Esperados:

- Ψ Desarrollo de Habilidades de Defensa
- Ψ Mejora en la Empatía
- Ψ Fortalecimiento de la Amistad
- Ψ Creación de un Ambiente Positivo
- Ψ Desarrollo de Habilidades de Comunicación
- Ψ Fomento de la Valentía y la Solidaridad
- Ψ Aplicación de Habilidades en la Vida Diaria



Actividad N °2: Juego de la Conversación

Objetivos: Promover la expresión de pensamientos y sentimientos de manera clara y respetuosa.

Materiales: Tarjetas con ejemplos de situaciones injustas, hojas de papel, lápices, cartulinas y marcadores

Tiempo: 1 Hora

Descripción de la actividad: El facilitador inicia la actividad explicando la importancia de defender a un compañero en situaciones de injusticia o acoso, utilizando ejemplos claros como casos de acoso escolar o exclusión social. Luego, se abre un espacio de discusión en el que los niños reflexionan sobre los sentimientos, destacando la

necesidad de actuar con empatía y valentía.

A continuación, participan en una actividad donde identifican y analizan diferentes escenarios en los que un compañero necesita ser defendido, lo que fomenta el diálogo, la reflexión y el pensamiento crítico.





Después, el facilitador enseña frases y técnicas para intervenir de manera asertiva y respetuosa, y los niños practican estas habilidades en juegos de rol, tomando turnos para representar los roles de defensor, víctima y observador. Esta dinámica les permite desarrollar habilidades de comunicación y respuesta efectiva ante situaciones reales.

Finalmente, trabajan en grupos para crear un "Pacto de Amistad", en el que redactan compromisos sobre cómo se apoyarán y respetarán mutuamente.

Luego, presentan sus pactos al resto de la clase, y estos se exhiben en el aula como un recordatorio visible de su compromiso con la convivencia respetuosa.

Para concluir, el facilitador repasa las habilidades aprendidas y anima a los niños a aplicarlas en su vida diaria, con el objetivo de fomentar un entorno escolar basado en el apoyo mutuo, el respeto y la empatía. (Lingokids, 2022)

Actividad N °3: Repaso de lo avanzado

Tiempo: 1 Hora

Materiales: Hojas de papel y lápices de colores para dibujar, tarjetas de emociones con imágenes y palabras.

Objetivos: Fortalecer su capacidad de manejar situaciones estresantes en el futuro.

Descripción de la actividad: El facilitador puede iniciar la actividad explicando que se trata de un repaso de todo lo trabajado en el área de habilidades sociales frente al estrés.

Luego, preguntar qué recuerdan sobre los ejemplos anteriores de situaciones estresantes que podrían enfrentar en su vida diaria. A continuación, les presenta un cuadro de repaso con imágenes que representan distintas situaciones que pueden generar estrés. Posteriormente, cada niño realiza una actividad de dibujo, en la que representa situaciones personales que le han causado estrés durante la semana.





Tras completar los dibujos, los niños comparten y discuten sus experiencias con el facilitador, identificando las emociones que experimentaron en cada caso



Durante esta conversación, el facilitador repasa con ellos las técnicas aprendidas previamente, como la respiración profunda y la relajación muscular progresiva. Los niños practican estas técnicas a través de ejercicios guiados, reforzando su uso como herramientas para el manejo emocional. Al concluir la dinámica, los niños profundizan su comprensión sobre cómo manejar el

estrés y se sienten más preparados para enfrentar situaciones estresantes con mayor confianza y eficacia.

Resultados Esperados:

- Ψ Mejora en la Comprensión del Estrés
- Ψ Desarrollo de Habilidades de Manejo del Estrés
- Ψ Aumento de la Confianza
- Ψ Mejora en la Expresión Emocional
- Ψ Desarrollo de la Resiliencia
- Ψ Aplicación de Habilidades en la Vida Diaria



SESIÓN N°24: PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS (GRUPAL)

Actividad: Cómo defender a un amigo

Objetivo: Enseñar a defender de manera asertiva y respetuosa.

Materiales: Cartulinas, marcadores de colores, tarjetas con ejemplos de situaciones de acoso o exclusión, carteles con frases para defender a un amigo

Tiempo: 1 hora

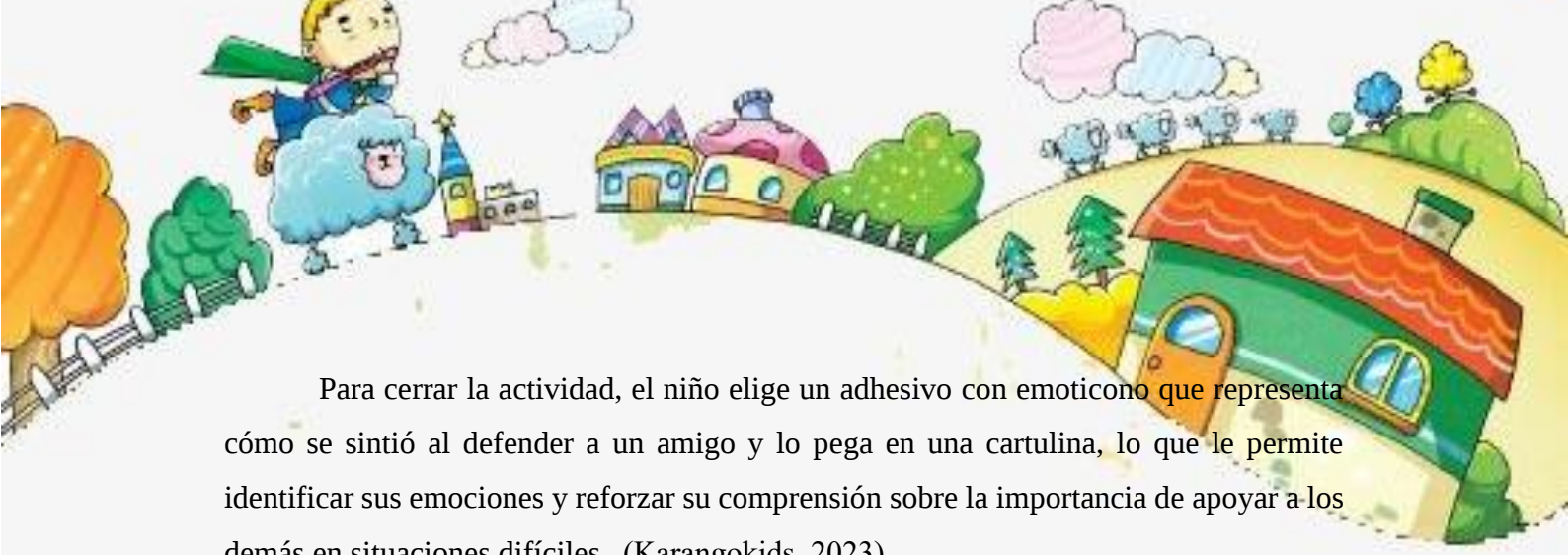
Descripción de la actividad: El facilitador inicia la actividad explicándole al niño qué significa defender a un amigo y por qué es importante hacerlo, utilizando ejemplos sencillos y apropiados para su edad, como un compañero que es burlado por su forma de vestir o alguien a quien no invitan a jugar, lo que capta su atención y facilita la comprensión.



Luego, le entrega una tarjeta con una situación de acoso o exclusión y le pide que reflexione sobre cómo se sentiría en ese contexto y cómo le gustaría que sus amigos reaccionaran, promoviendo así el desarrollo de la empatía.



A continuación, le muestra carteles con frases para defender a un amigo, las cuales el niño practica en voz alta con seguridad, recibiendo retroalimentación y apoyo para fortalecer su confianza. Posteriormente, participa en un juego de roles en el que interpreta el papel de quien defiende a un amigo, mientras el facilitador asume los demás personajes, permitiendo al niño aplicar las frases asertivas aprendidas y reflexionar sobre sus emociones durante la experiencia.



Para cerrar la actividad, el niño elige un adhesivo con emoticono que representa cómo se sintió al defender a un amigo y lo pega en una cartulina, lo que le permite identificar sus emociones y reforzar su comprensión sobre la importancia de apoyar a los demás en situaciones difíciles.. (Karangokids, 2023)

Adaptaciones según la edad: Para los niños de 7 a 9 años, se realiza una actividad llamada "Cuento Ilustrado", en la que cada uno crea una pequeña historia sobre un amigo que enfrenta un problema y cómo lo defendería, acompañando su relato con dibujos que representen sus acciones y palabras de apoyo, lo que fomenta la empatía y la expresión creativa. En el caso de los niños de 10 a 12 años, se les propone un "Diario de Reflexión", donde anotan situaciones en las que podrían defender a un amigo, expresan sus sentimientos al respecto, elaboran un plan de acción y redactan un diálogo que podrían utilizar en esa situación, permitiéndoles explorar sus emociones y desarrollar habilidades de comunicación y empatía de forma individual y más profunda.

SESIÓN N°25: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (INDIVIDUAL)

Actividad: ¿Cuál es la causa del problema?

Objetivo: Promover el pensamiento crítico y la reflexión.

Materiales: Dibujos, ilustraciones, tarjetas con posibles causas de problemas, papel y lápices de colores, hoja con un diagrama de causa y efecto

Tiempo: 1 hora



Descripción de la actividad: El facilitador puede iniciar la actividad explicándole al niño la importancia de comprender por qué ocurren los problemas, destacando que, para resolverlos adecuadamente, primero es necesario identificar su causa, lo cual permite encontrar soluciones más efectivas para todos los involucrados.

Luego, le muestra varias ilustraciones que representan situaciones problemáticas, como dos niños peleando por un juguete, un niño llorando porque se sintió excluido o alguien que parece estar molesto. A continuación, se le presenta tarjetas con posibles causas, como "Se sintió excluido", y le solicita que relacione cada tarjeta con la ilustración correspondiente, promoviendo el análisis y el razonamiento al justificar sus elecciones.



Después, el niño completa junto al facilitador un diagrama de causa y efecto, escribiendo o dibujando la causa en un lado y el efecto en el otro, lo que le permite visualizar cómo una acción o emoción puede generar un problema, favoreciendo la comprensión de la relación entre ambas. Para concluir, el niño reflexiona sobre lo aprendido y conversa con el facilitador sobre cómo prevenir los problemas identificando sus causas desde el principio;



Finalmente, escribe o dibuja una solución para uno de los conflictos trabajados, explicando cómo podría haberse evitado o resuelto si se hubiera comprendido mejor su origen. (kids, 2023)

Adaptaciones según la edad: Para los niños de 7 a 9 años, se utilizan más imágenes e ilustraciones para facilitar la comprensión de las situaciones problemáticas, y luego cada niño comparte su dibujo con sus compañeros, quienes lo ayudan a pensar en posibles soluciones, promoviendo así la colaboración, la empatía y el intercambio de ideas.



En el caso de los niños de 10 a 12 años, se implementa la dinámica "Carta a un Amigo", en la que deben redactar una carta describiendo un problema personal y cómo se sienten al respecto, seguida de una sección en la que proponen posibles soluciones, lo que les permite explorar sus emociones y reflexionar sobre estrategias constructivas para resolver conflictos.

Resultados esperados

- Ψ Identifica visualmente situaciones problemáticas simples a través de ilustraciones.
- Ψ Describe con sus propias palabras lo que observa y propone posibles causas de los conflictos.
- Ψ Colabora con sus compañeros para pensar en soluciones, desarrollando habilidades de comunicación y resolución de problemas.
- Ψ Representa gráficamente una causa y un efecto, comprendiendo la relación entre ambos.
- Ψ Reflexiona sobre cómo prevenir un conflicto reconociendo su causa desde el inicio.

SESIÓN N°26: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (INDIVIDUAL)

Actividad: Estableciendo mis objetivos

Objetivo: Enseñar al niño a establecer objetivos claros y alcanzables, fomentando habilidades de planificación y autorreflexión.

Materiales: Tarjetas de objetivos con ejemplos, papel y lápices de colores, tablero o pizarra
Pegatinas en forma de estrella

Tiempo: 1 hora

Descripción de la actividad: El facilitador inicia la actividad explicándole al niño qué es un objetivo y por qué es importante tener metas en la vida, utilizando ejemplos sencillos y cercanos a su experiencia, como aprender a montar en bicicleta o hacer nuevos amigos, para mostrar cómo los objetivos nos guían y nos motivan.

Luego, el facilitador entrega al niño una hoja de trabajo con la actividad titulada “Los objetivos de Vilma”. Durante esta tarea, lo acompaña y guía en la comprensión y resolución de la actividad. A continuación, el niño selecciona un objetivo personal y, con el apoyo del facilitador, lo desglosa en pasos pequeños y alcanzables. Esta estrategia le permite organizar su camino hacia la meta de forma realista, estructurada y motivadora.

Después, el niño representa gráficamente su objetivo y los pasos necesarios mediante un dibujo a color, utilizando lápices de colores. Esta representación visual le ayuda a comprender mejor el proceso, refuerza su compromiso con la meta y convierte la planificación en una experiencia creativa y significativa. (Morin, 2023)

EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE N° 7
Indagamos sobre los nutrientes de los alimentos que consumimos.
Vilma, 10 de noviembre de 2021

TUTORÍA
Nuestro Propósito
ACTIVIDAD: Mis sueños y metas son importantes.
"Hoy, identificaré cuáles son nuestros sueños o metas y que haremos para lograrlos"

1. Presta atención a las imágenes y descubre lo que Vilma desea alcanzar:

Los sueños de Vilma

- Aprender a tocar la tarola.
- Aprender a calmarme cuando estoy molesto.
- Ser reportero.
- Aprender a jugar básquet.

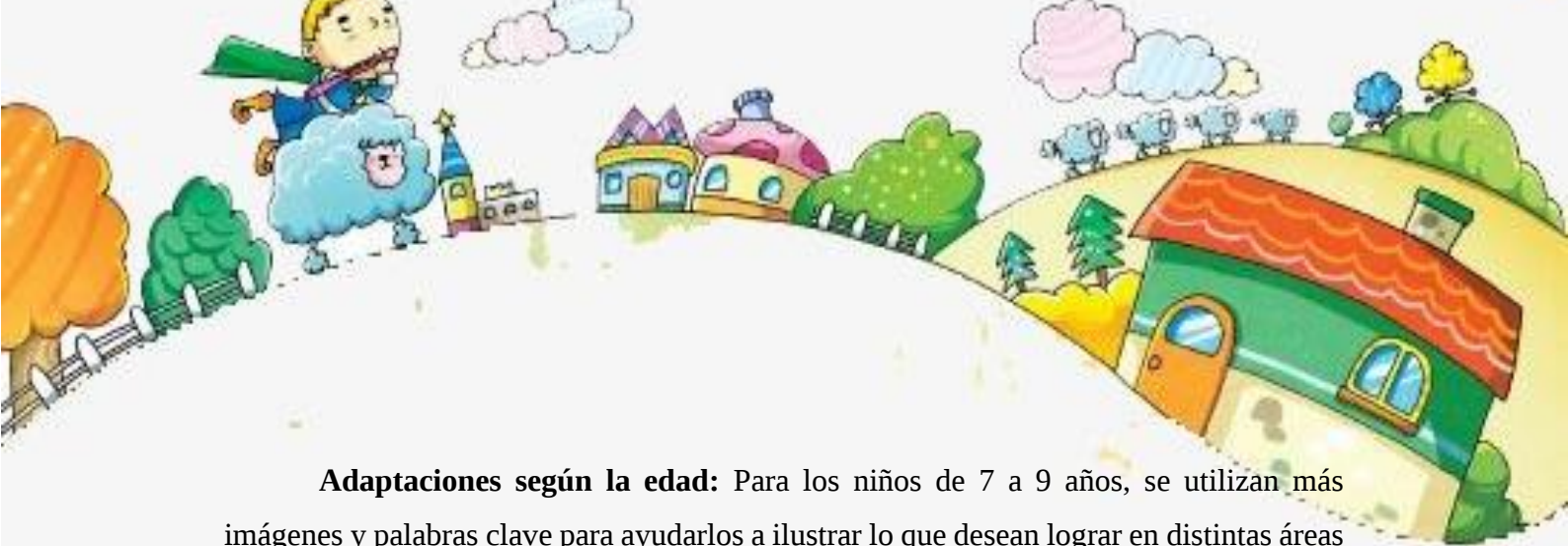
2. Converse con un familiar a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son los sueños de Vilma?
- ¿Crees que Vilma puede cumplir sus sueños? Sí _____ No _____ Explica por qué lo crees _____

Todas las personas tenemos nuestros propios sueños o metas. Eres libre de soñar todo aquello que quieras lograr.

Recuerda: Los sueños o metas se cumplen cuando nos esforzamos por lograrlos.

Vilma ya identificó cuáles son sus metas o sueños; ahora, ella se ha propuesto a cumplir uno de ellos. Para ello, le ha pedido ayuda a su hermano y, juntos, han elaborado un plan con los pasos que va a realizar para hacer realidad su sueño.



Adaptaciones según la edad: Para los niños de 7 a 9 años, se utilizan más imágenes y palabras clave para ayudarlos a ilustrar lo que desean lograr en distintas áreas de su vida, como la escuela, el deporte o las amistades, facilitando así la expresión de sus metas de manera visual y concreta. En el caso de los niños de 10 a 12 años, se implementa un ejercicio basado en el modelo "Objetivos de Vilma", en el que aprenden a formular metas específicas, medibles, alcanzables, relevantes y con un tiempo definido; posteriormente, redactan sus propios objetivos en un formato estructurado y los comparten en grupos pequeños, lo que les permite reflexionar con mayor profundidad sobre sus aspiraciones y recibir retroalimentación constructiva por parte de sus compañeros, fortaleciendo sus habilidades de planificación, comunicación y autoevaluación.



Resultados esperados

- Ψ Comprende qué es un objetivo y por qué es importante tener metas personales.
- Ψ Identifica objetivos simples relacionados con su vida cotidiana (escuela, juegos, amistades).
- Ψ Representa visualmente un objetivo y los pasos para alcanzarlo mediante dibujos y palabras clave.
- Ψ Divide un objetivo en pasos pequeños y concretos con ayuda del facilitador.
- Ψ Se motiva a trabajar hacia su objetivo utilizando apoyos visuales (dibujos, pegatinas).



SESIÓN N°27: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (INDIVIDUAL)

Actividad: Aprendiendo a recoger información (Escondiendo Letras)

Tiempo: 1 hora

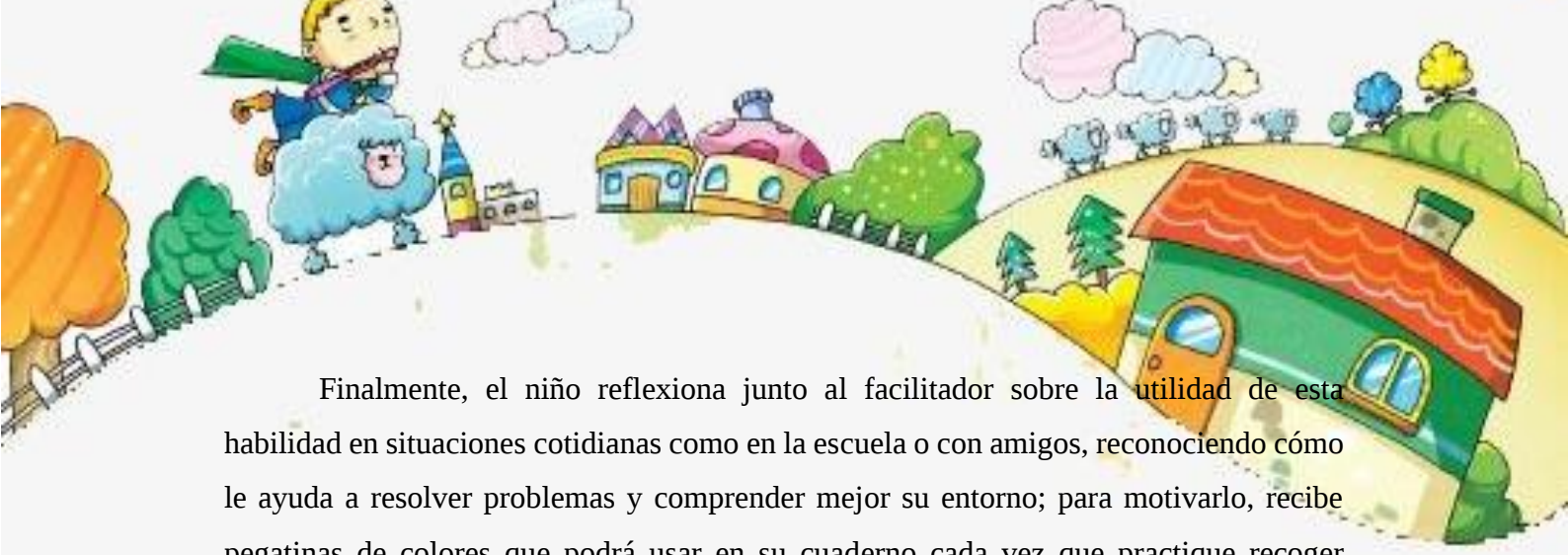
Objetivo: Enseñar al niño a recopilar información de manera efectiva, mejorando sus habilidades de observación y análisis.

Materiales: Imágenes o fotos de escenas cotidianas, papel, lápices, tarjetas de preguntas.

Descripción de la actividad: El facilitador puede iniciar la actividad explicándole al niño qué significa recoger información y por qué es importante, destacando que, al aprender a observar con atención y a hacer preguntas, se puede entender mejor lo que sucede a nuestro alrededor y tomar decisiones más informadas; para ilustrarlo, es conveniente utilizar ejemplos sencillos. Luego, le muestra varias imágenes de escenas cotidianas y le pide que describa en voz alta lo que observa, guiándolo para que note detalles específicos como la cantidad de personas, sus acciones y emociones. A continuación, el niño resuelve una sopa de letras relacionada con las imágenes, lo que le permite practicar el uso de información visual para hacer inferencias y desarrollar pensamiento analítico.



Después, con papel y lápices, escribe o dibuja información basada en una de las imágenes, incluyendo tantos detalles como recuerde, como colores, expresiones faciales o elementos del fondo, lo que refuerza su habilidad para recolectar y registrar información de forma organizada.



Finalmente, el niño reflexiona junto al facilitador sobre la utilidad de esta habilidad en situaciones cotidianas como en la escuela o con amigos, reconociendo cómo le ayuda a resolver problemas y comprender mejor su entorno; para motivarlo, recibe pegatinas de colores que podrá usar en su cuaderno cada vez que practique recoger información, promoviendo así la continuidad de este aprendizaje en su vida diaria. (Morin, 2023)

Adaptaciones según la edad. Para los niños de 7 a 9 años, se implementa una lista de preguntas simples sobre un tema específico, como animales o plantas, y se les invita a buscar las respuestas en libros ilustrados, registrando sus hallazgos mediante dibujos y palabras clave, lo que les permite practicar la búsqueda guiada de información y la expresión visual de lo aprendido. En el caso de los niños de 10 a 12 años, se desarrolla un ejercicio de "Investigación", en el que deben utilizar diversas fuentes, como libros y revistas proporcionados por el facilitador, para indagar sobre un tema, y luego presentar sus resultados a la clase, enfatizando la importancia de evaluar la credibilidad de las fuentes, organizar la información de manera clara y comunicarla efectivamente a otros.

Resultados esperados

- ψ Comprende la importancia de hacer preguntas para obtener información.
- ψ Utiliza libros ilustrados para buscar respuestas a preguntas específicas.
- ψ Registra sus hallazgos mediante dibujos y palabras, desarrollando habilidades de expresión y organización.
- ψ Mejora su capacidad de observación y atención a detalles relevantes.
- ψ Demuestra curiosidad y motivación para aprender sobre temas de su interés.

SESIÓN N°28: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (INDIVIDUAL)

Actividad: Resolviendo problemas según su importancia

Objetivo: Ayudar al niño a desarrollar habilidades para identificar y priorizar problemas, resolviendo primero los más importantes y aprendiendo a manejar situaciones de manera eficiente.

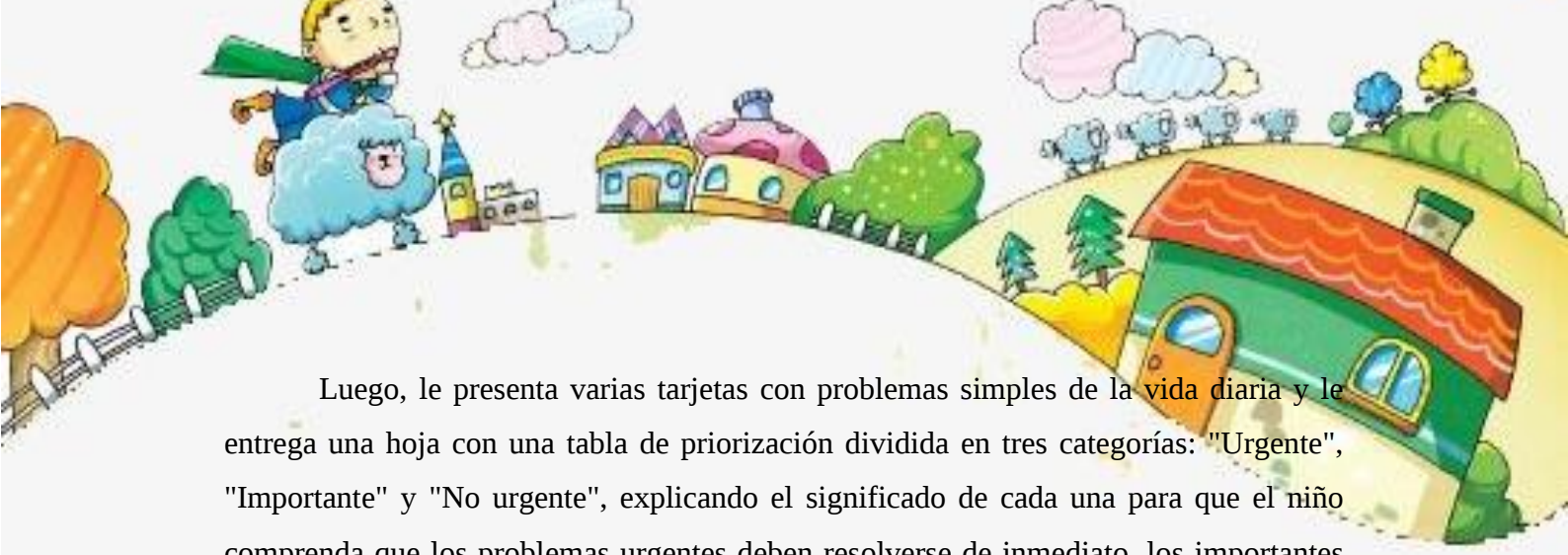
Materiales: Tarjetas de problemas con ejemplos sencillos, papel y lápices de colores, pegatinas de colores para marcar prioridades

Tiempo: 1 hora



Descripción de la actividad: El facilitador puede iniciar la actividad explicándole al niño qué significa priorizar problemas y por qué es importante hacerlo, destacando que no todos los problemas tienen la misma urgencia y que algunas situaciones requieren atención inmediata mientras otras pueden esperar; para ilustrar este concepto, utiliza ejemplos cotidianos como decidir entre

buscar un lápiz perdido o acudir al enfermero si se siente mal.



Luego, le presenta varias tarjetas con problemas simples de la vida diaria y le entrega una hoja con una tabla de priorización dividida en tres categorías: "Urgente", "Importante" y "No urgente", explicando el significado de cada una para que el niño comprenda que los problemas urgentes deben resolverse de inmediato, los importantes necesitan atención, pero no inmediata, y los no urgentes pueden esperar o no requerir acción.

El niño clasifica las tarjetas según su criterio en la tabla y, una vez completada, discute con el facilitador las razones de sus decisiones, reflexionando sobre por qué ciertos problemas tienen mayor prioridad y cómo llegó a esas conclusiones; esta reflexión promueve el pensamiento crítico y fortalece su capacidad para manejar situaciones de manera lógica y racional. (Morin, 2023)

Adaptaciones según la edad: Para los niños de 7 a 9 años, se implementa una actividad en la que dibujan tres problemas que enfrentan en su vida cotidiana y luego los clasifican individualmente según su importancia, reflexionando sobre las razones por las que consideran que algunos problemas son más significativos que otros, promoviendo la autoexploración y el reconocimiento de prioridades personales. Para los niños de 10 a 12 años, se lleva a cabo un ejercicio en el que cada estudiante escribe sobre un problema personal, evalúa su urgencia e impacto, y desarrolla un plan de acción individual para resolverlo, fomentando así la autoevaluación, la planificación estratégica y la toma de decisiones responsables.

Actividad: Tomando decisiones en equipo

Tiempo: 1 hora

Objetivo: Enseñar a los niños a tomar decisiones en grupo, fomentando habilidades de comunicación, colaboración y resolución de problemas.

Materiales: Tarjetas con diferentes escenarios, papel, lápices, pegatinas en forma de estrella



Descripción de la actividad: El facilitador comienza la actividad explicando la importancia de tomar decisiones en grupo, resaltando cómo este proceso ayuda a que todos se sientan incluidos y escuchados, y permite considerar diferentes puntos de vista para encontrar soluciones beneficiosas para todos; además, enfatiza la relevancia de escuchar activamente, respetar opiniones y colaborar para alcanzar un consenso.



Luego, divide a los niños en pequeños grupos y les entrega una tarjeta con un escenario que requiere tomar una decisión, como elegir un juego para el recreo o resolver un conflicto entre amigos, invitándolos a leer y discutir las opciones disponibles para resolver la situación. Durante la discusión, cada niño comparte sus ideas y argumentos, mientras el facilitador los anima a escuchar y considerar los sentimientos de todos los involucrados.



A continuación, los grupos trabajan para llegar a un consenso, asegurándose de que todos participen y se sientan respetados; si no logran ponerse de acuerdo, se les propone combinar ideas o votar por la opción más popular, fomentando así la colaboración y el compromiso. Finalmente, cada grupo presenta su escenario y la decisión tomada, explicando cómo llegaron al consenso, y se reflexiona colectivamente sobre la importancia de la comunicación, la empatía y el trabajo en equipo para tomar decisiones grupales efectivas.. (Morin, 2023)

Actividad N°2: Concentrarse en una tarea

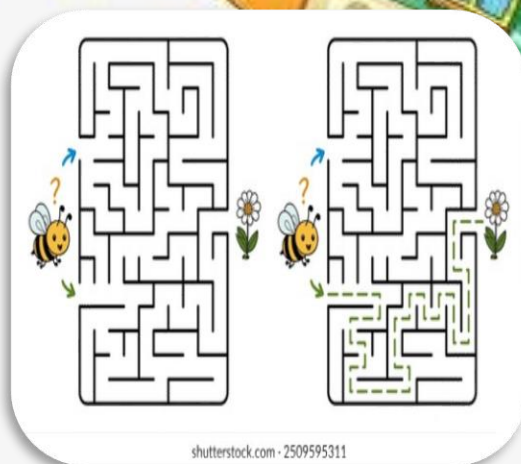
Tiempo: 1 Hora

Objetivo: Ayudar a los niños a desarrollar habilidades de concentración y a mantenerse enfocados en una tarea específica, mejorando su atención y persistencia.

Materiales: Cronómetro o reloj, hoja con un laberinto sencillo, papel en blanco y lápices de colores, pegatinas en forma de estrella.



Descripción de la actividad: El facilitador inicia la actividad explicando a los niños qué significa concentrarse en una tarea y por qué es importante, utilizando ejemplos como leer un libro o jugar un juego de mesa para ilustrar la necesidad de mantener la atención; luego le entrega a cada niño una hoja con un laberinto sencillo, mientras usa un cronómetro para motivarlos a avanzar lo más posible en un tiempo determinado.



Tras finalizar esta primera tarea, reúne a los



niños para discutir estrategias que les ayuden a mejorar su concentración, donde ellos comparten experiencias y el facilitador añade consejos como respirar profundamente, tomar descansos cortos y mantener una postura cómoda, fomentando la reflexión sobre lo que mejor funciona para cada uno. A continuación, les entrega una tarjeta con una segunda tarea que deben completar en diez minutos, animándolos a aplicar las estrategias discutidas mientras supervisa y ofrece palabras de apoyo. Finalmente, en una discusión grupal, los niños comparten cómo se sintieron al concentrarse, qué estrategias les fueron útiles y reflexionan sobre los desafíos encontrados, mientras el facilitador destaca la importancia de la práctica constante para mejorar la concentración y los anima a utilizar estas herramientas en su vida diaria, tanto en la escuela como en casa.

Resultados esperados:

- Ψ Los niños comprenden el concepto de concentración y su importancia en diferentes actividades diarias.
- Ψ Mantienen la atención en tareas específicas durante un tiempo determinado, mejorando su capacidad de enfoque.
- Ψ Identifican y aplican estrategias efectivas para mejorar la concentración, como respirar profundamente, tomar descansos cortos y mantener una postura cómoda.
- Ψ Desarrollan autoconciencia sobre las técnicas que mejor funcionan para ellos y reflexionan sobre los desafíos que enfrentan al concentrarse.
- Ψ Mejoran su resistencia a las distracciones externas durante la realización de tareas.
- Ψ Incrementan su motivación y confianza para aplicar estas estrategias de concentración en la escuela y en otras situaciones cotidianas.
- Ψ Reconocen la importancia de la práctica constante para fortalecer su habilidad de concentración y están dispuestos a seguir utilizándola.



SESIÓN N°30: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (INDIVIDUAL)

Actividad: Aprendiendo a pedir ayuda (Imágenes revueltas)

Tiempo: 1 Hora

Objetivo: Enseñar al niño a identificar cuándo necesita ayuda y cómo pedirla de manera efectiva, mejorando sus habilidades de comunicación y autonomía.

Materiales: Tarjetas con diferentes escenarios que podrían requerir ayuda, papel, lápices de colores, pegatinas en forma de corazón.

Descripción de la actividad: El facilitador comienza la actividad explicando al niño la importancia de pedir ayuda cuando enfrenta un problema o situación que no puede resolver solo, señalando que todos necesitamos ayuda en algún momento y que esta es una habilidad esencial para aprender y crecer, utilizando ejemplos sencillos como pedir ayuda para encontrar algo perdido o preguntar a un profesor cuando no se entiende una lección.



A continuación, le muestra varias tarjetas con diferentes escenarios y le pide que analice si necesitaría ayuda en cada situación y por qué, lo que le permite identificar momentos en los que pedir ayuda es útil y reflexionar sobre sus propias experiencias; luego, el facilitador explica cada paso del proceso para pedir ayuda con ejemplos prácticos y discute con el niño cómo aplicarlos en distintas circunstancias, ayudándole a sentirse más cómodo con esta práctica.



Finalmente, ambos conversan sobre cómo se siente el niño al practicar pedir ayuda y exploran otras situaciones en las que podría necesitarlo, reflexionando sobre la importancia de esta habilidad para manejar mejor las dificultades,

mientras el facilitador enfatiza que pedir ayuda es una señal de fortaleza y resalta la relevancia de saber cuándo y cómo hacerlo.

Adaptaciones según la edad: Para los niños de 7 a 9 años, se implementan ilustraciones atractivas y un video audiovisual diseñadas específicamente para facilitar la comprensión del concepto de pedir ayuda, asegurando que los pequeños pudieran identificar situaciones en las que es necesario solicitar apoyo. Por otro lado, para los niños de 10 a 12 años, se llevó a cabo un ejercicio dinámico en el que cada niño tuvo la oportunidad de reflexionar y escribir una forma de pedir ayuda, promoviendo así la autoexpresión y la empatía. (Morin, 2023)



Resultados esperados:

- ψ Los niños de 7 a 9 años reconocen y comprenden, mediante ilustraciones y videos, situaciones en las que es necesario pedir ayuda, mejorando su capacidad para identificar momentos en que deben buscar apoyo.
- ψ Los niños de 10 a 12 años reflexionan y expresan por escrito sus propias formas de pedir ayuda, promoviendo la autoexpresión, la empatía y la comunicación efectiva.
- ψ Ambos grupos desarrollan una mayor conciencia sobre la importancia de pedir ayuda oportunamente y adquieren estrategias claras para hacerlo.
- ψ Se fortalece la habilidad de los niños para reconocer cuándo y cómo solicitar apoyo en diferentes contextos, facilitando su desarrollo social y emocional.

SESIÓN N°31: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (INDIVIDUAL)

Actividad: Aprendiendo a participar activamente

Tiempo: 1 hora

Objetivo: Ayudar al niño a comprender la importancia de participar activamente en actividades grupales y desarrollar confianza en su capacidad para contribuir de manera significativa.

Materiales: Tarjetas con diferentes situaciones de participación, papel y lápices de colores, pegatinas en forma de estrella

Descripción de la actividad: El facilitador puede iniciar la actividad explicando al niño el significado de participar activamente y la importancia de hacerlo en diversos contextos, como en la escuela o en actividades extracurriculares.

Se le aclara que participar no implica únicamente hablar, sino también escuchar a los demás, compartir ideas y formular preguntas.



Para facilitar la comprensión, se utilizan ejemplos cotidianos que ilustran cómo la participación contribuye al aprendizaje y fomenta un mayor sentido de implicación.



A continuación, el facilitador presenta al niño varias tarjetas con distintas situaciones relacionadas con la participación. Se invita al niño a reflexionar sobre cómo se sentiría en cada una de esas situaciones y si alguna vez ha participado de manera similar.

Este ejercicio le permite identificar las diversas formas en que puede involucrarse activamente y reconocer sus propias experiencias previas. Posteriormente, se le presenta al niño un escenario específico extraído de una de las tarjetas, como por ejemplo “Compartir una idea en un grupo”, y se le solicita que practique los pasos necesarios para participar. **Fuente especificada no válida.** (Debate, 2023)

Resultados esperados

- Ψ El niño comprende el significado de la participación activa y reconoce su importancia en distintos contextos (escolares, familiares o sociales).
- Ψ El niño diferencia entre participar activamente y estar presente pasivamente, entendiendo que implica también escuchar, compartir ideas y hacer preguntas.
- Ψ El niño identifica diversas formas de participación a partir de ejemplos cotidianos y reflexiona sobre sus propias experiencias previas.
- Ψ El niño reconoce cómo se siente en diferentes situaciones relacionadas con la participación y expresa sus emociones y pensamientos en torno a ellas.
- Ψ El niño practica habilidades concretas para participar, como tomar la palabra, respetar turnos, expresar ideas con claridad y mostrar disposición para escuchar a los demás.
- Ψ El niño se muestra más dispuesto a participar activamente en situaciones futuras, demostrando mayor seguridad, iniciativa y sentido de pertenencia.

SESIÓN N°32: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (INDIVIDUAL)

Actividad: Estableciendo instrucciones claras

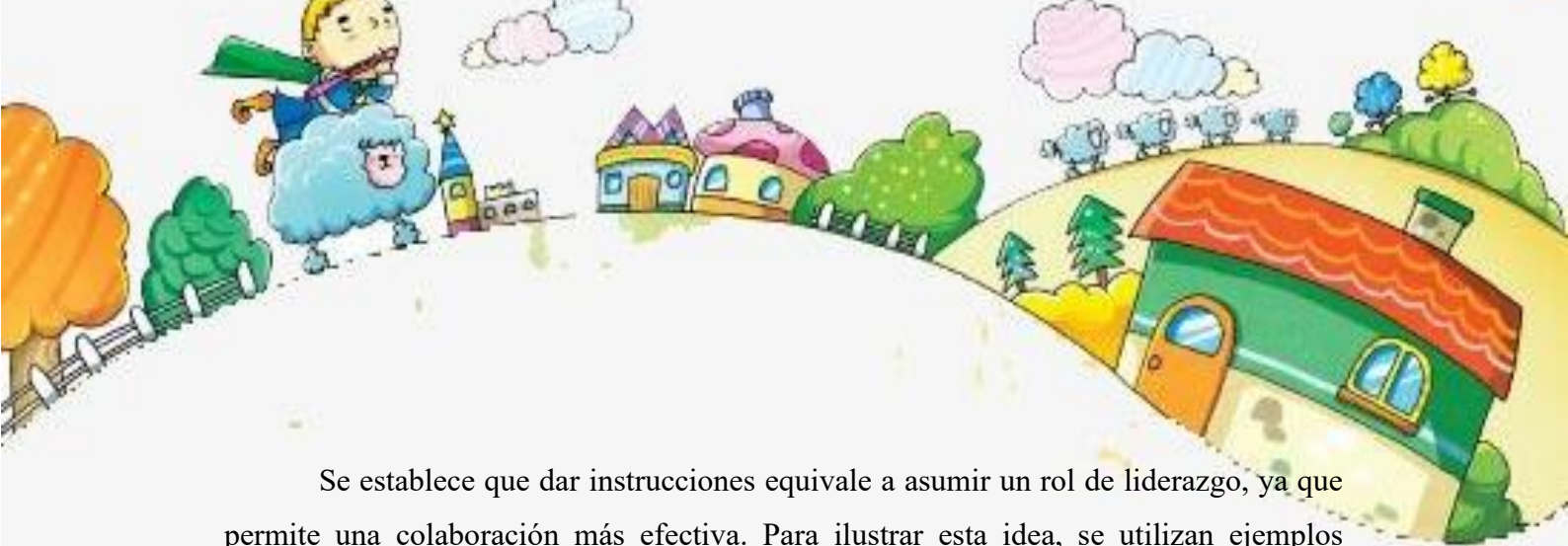
Tiempo: 1 hora

Objetivo: Ayudar al niño a desarrollar la habilidad de dar instrucciones claras y precisas, mejorando su comunicación y capacidad para liderar y colaborar con otros.

Materiales: Tarjetas con tareas simples, hojas en blanco, lápices, pegatinas en forma de pulgar arriba

Descripción de la actividad: El facilitador puede iniciar la actividad explicando al niño la importancia de dar instrucciones claras y cómo esta habilidad facilita que los demás comprendan lo que deben hacer.





Se establece que dar instrucciones equivale a asumir un rol de liderazgo, ya que permite una colaboración más efectiva. Para ilustrar esta idea, se utilizan ejemplos simples como explicar cómo realizar una tarea escolar o cómo jugar un juego nuevo.

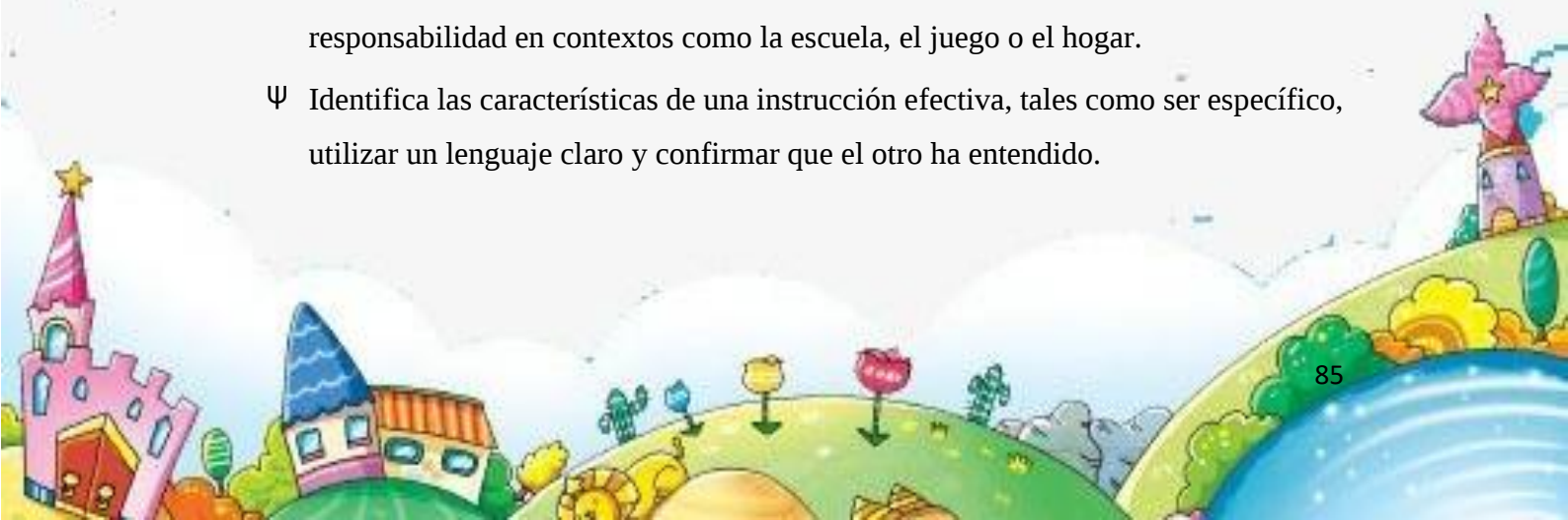


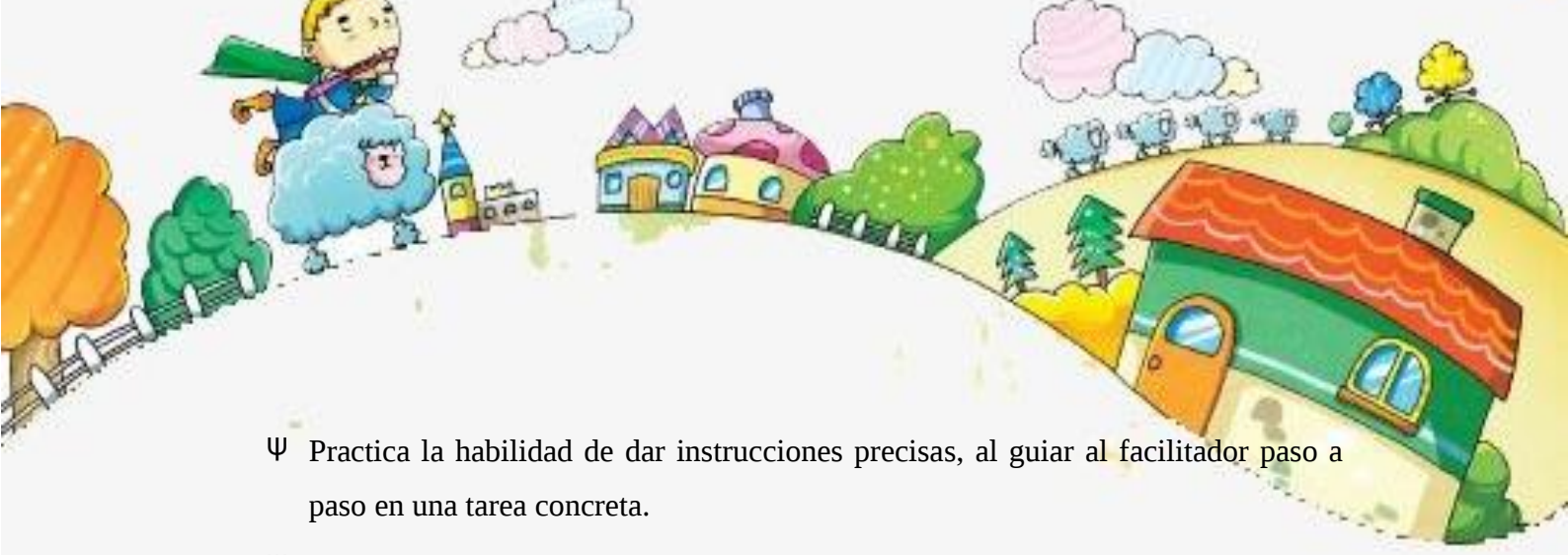
Posteriormente, el facilitador presenta una tarjeta con una tarea concreta, se dialoga sobre los elementos que hacen que una instrucción sea comprensible, destacando la necesidad de ser específico, usar un lenguaje claro y confirmar que el mensaje ha sido entendido. Luego, el niño practica dando instrucciones al facilitador sobre cómo dibujar una casa, mientras este actúa como si no supiera hacerlo, siguiendo literalmente cada indicación para resaltar la importancia de la precisión.

Finalmente, se conversa con el niño sobre la experiencia de dar instrucciones y se refuerza el valor de esta habilidad en distintos contextos de la vida cotidiana, como en la escuela, en el juego o en el hogar. (Debate, 2023)

Resultados esperados:

- Ψ Comprende la importancia de dar instrucciones claras para facilitar la comprensión y la colaboración con los demás.
- Ψ Reconoce que dar instrucciones implica asumir un rol de liderazgo y responsabilidad en contextos como la escuela, el juego o el hogar.
- Ψ Identifica las características de una instrucción efectiva, tales como ser específico, utilizar un lenguaje claro y confirmar que el otro ha entendido.





Ψ Practica la habilidad de dar instrucciones precisas, al guiar al facilitador paso a paso en una tarea concreta.

Ψ Reflexiona sobre la experiencia de dar instrucciones, identificando las dificultades

SESIÓN N°33: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (INDIVIDUAL)

Actividad: Aprendiendo a seguir instrucciones

Tiempo: 1 hora

Objetivo: Ayudar al niño a desarrollar la habilidad de seguir instrucciones detalladas y precisas, mejorando su capacidad de atención y cumplimiento de tareas.

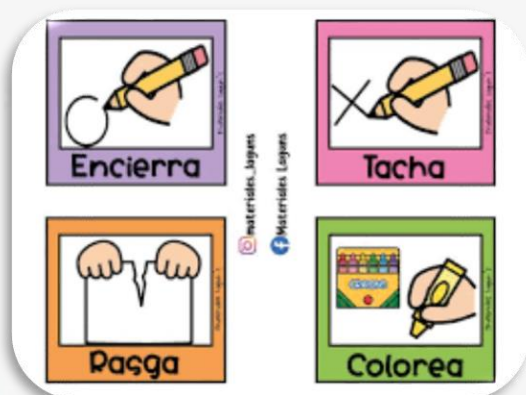
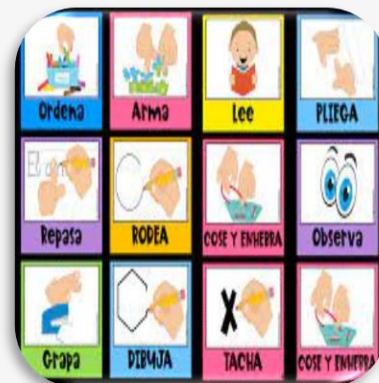
Materiales: Tarjetas con instrucciones simples, papel, lápices de colores, pegatinas en forma de estrella

Descripción de la actividad: El facilitador inicia la actividad explicando al niño la importancia de seguir instrucciones y cómo esta habilidad contribuye a completar tareas de manera correcta y eficiente.

A continuación, el facilitador dialoga con el niño sobre el significado de seguir adecuadamente las

instrucciones y la relevancia de

prestar atención a los detalles. Se le solicita que recuerde una situación en la que tuvo que seguir instrucciones y que describa cómo lo hizo. Luego, el facilitador entrega una tarjeta con una consigna específica.





El niño lee la tarjeta y ejecuta la tarea siguiendo las indicaciones, mientras el facilitador observa su desempeño y proporciona retroalimentación en caso de omisiones o dudas. Este ejercicio permite al niño practicar la comprensión y ejecución de instrucciones en un entorno seguro, con orientación directa y apoyo continuo.

Para finalizar, se establece una conversación sobre la experiencia de seguir instrucciones y se refuerza el valor de esta habilidad en distintos contextos de la vida diaria. (Debate, 2023)

Resultados esperados:

- Ψ Comprende el propósito y la importancia de seguir instrucciones en diferentes contextos (escolar, familiar y social).
- Ψ Reconoce que seguir instrucciones requiere atención, escucha activa y concentración en los detalles.
- Ψ Recuerda y relata una experiencia personal relacionada con el seguimiento de instrucciones, demostrando capacidad de autoobservación y reflexión.
- Ψ Lee, interpreta y ejecuta consignas específicas de forma precisa, demostrando comprensión del lenguaje escrito y habilidades de organización.
- Ψ Identifica posibles errores u omisiones al seguir instrucciones y recibe retroalimentación de forma positiva, mostrando disposición a mejorar.



SESIÓN N°34: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (INDIVIDUAL)

Actividad: disculparse de manera efectiva

Tiempo: 1 Hora

Objetivo: Enseñar al niño la importancia de disculparse sinceramente y cómo hacerlo de manera efectiva para reparar relaciones y resolver conflictos.

Materiales: Tarjetas con diferentes situaciones que podrían requerir una disculpa, papel en blanco, lápices, pegatinas en forma de corazón.



Descripción de la actividad: El facilitador puede iniciar la actividad explicando al niño la importancia de ofrecer disculpas cuando se ha causado daño o molestia a otra persona. A continuación, el facilitador presenta varias tarjetas con situaciones que podrían requerir una disculpa. Posteriormente, se entrega una tarjeta con un caso específico y se guía al niño para que practique una disculpa siguiendo una estructura: reconocimiento del error, expresión de arrepentimiento y ofrecimiento de una forma de compensación. El facilitador proporciona retroalimentación y acompaña al niño en el ajuste de su discurso para que la disculpa resulte más clara y significativa. Este ejercicio se desarrolla en un entorno estructurado, lo que permite al niño ensayar la habilidad de disculparse con acompañamiento directo.





Para finalizar, se dialoga sobre la experiencia de practicar una disculpa y se refuerza el valor de esta conducta como una herramienta esencial para la resolución de conflictos y la construcción de relaciones positivas.

SESIÓN N°35: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (INDIVIDUAL)

Actividad: Convencer a los demás

Tiempo: 1 hora

Objetivo: Enseñar al niño cómo presentar sus ideas de manera persuasiva y efectiva, desarrollando habilidades de comunicación y negociación.

Materiales: Tarjetas con diferentes situaciones, papel en blanco y lápices, pegatinas en forma de estrella

Descripción de la actividad: El facilitador inicia la actividad explicando al niño la importancia de saber convencer a los demás de manera respetuosa y efectiva. Se aclara que convencer no implica obligar, sino presentar ideas de forma clara y razonada para facilitar que otros comprendan y acepten un punto de vista.

Para ilustrar este concepto, se utilizan ejemplos simples como persuadir a un amigo para probar un nuevo juego o proponer cambiar la hora de una actividad.





A continuación, el facilitador presenta al niño diversas tarjetas con situaciones en las que podría ser necesario convencer a otros. Se invita al niño a pensar en cómo podría presentar sus ideas en cada caso y qué razones utilizaría para apoyar su propuesta. Este ejercicio fomenta la reflexión sobre la importancia de expresar ideas con claridad y sustento.

Para concluir, se establece una conversación con el niño sobre su experiencia al practicar la persuasión, y se refuerza el valor de esta habilidad como una herramienta de comunicación que puede desarrollarse con la práctica y debe ejercerse de manera respetuosa y considerada. (Abrapalabra, 2023)

SESIÓN N°36: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS (GRUPAL)

Actividad N°1: “Juego de las estatuas”

Objetivo: Identificar y expresar las emociones

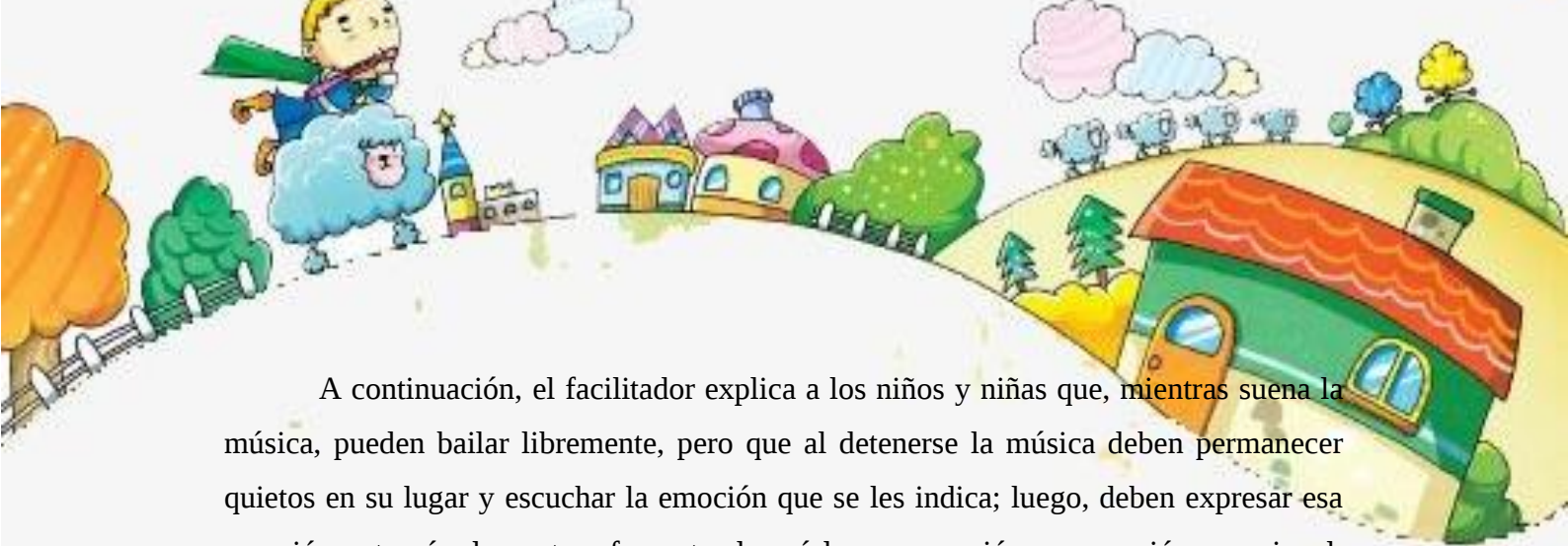
Materiales: Computadora

Tiempo: 40 minutos

Descripción de la actividad:

Como inicio de la actividad, el facilitador divide la clase en dos grupos: los integrantes de un grupo se encargan de representar la emoción escogida, mientras que los del otro grupo deben adivinar de qué emoción se trata.





A continuación, el facilitador explica a los niños y niñas que, mientras suena la música, pueden bailar libremente, pero que al detenerse la música deben permanecer quietos en su lugar y escuchar la emoción que se les indica; luego, deben expresar esa emoción a través de gestos, fomentando así la comprensión y expresión emocional. (grupo, 2023)

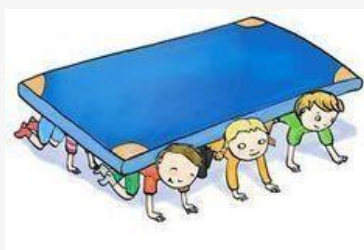
Actividad N°2: La gran tortuga

Objetivos: Enriquecer las relaciones sociales

Materiales: Colchoneta.

Tiempo: 40 minutos

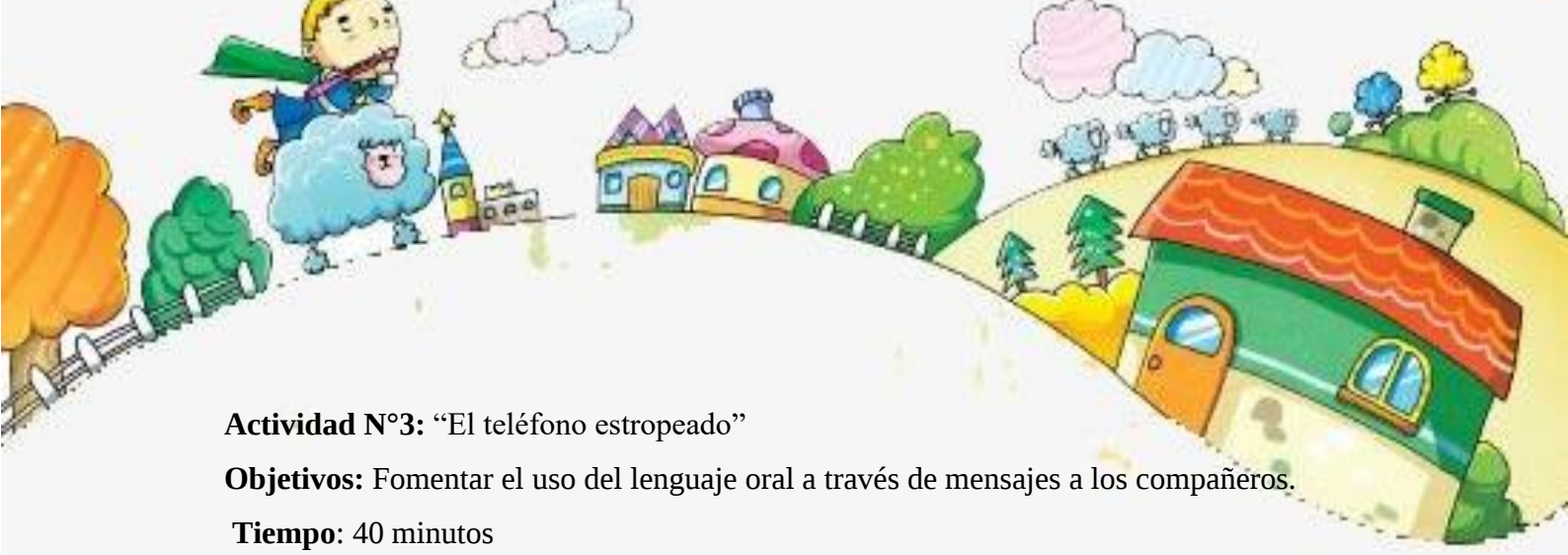
Descripción de la actividad: El juego se realiza en una sala amplia utilizando una gran colchoneta de gimnasio que representa el “caparazón” de la tortuga. Según el tamaño de la colchoneta, los niños se organizan en grupos de cuatro. Cada niño se coloca a cuatro patas debajo de la colchoneta, que simula la “concha de tortuga”, sin sujetarla con las manos. El desafío consiste en mover la colchoneta en una dirección específica o seguir un recorrido determinado.



Inicialmente, cuando los niños actúan sin coordinación, la “tortuga” se cae al suelo; sin embargo, pronto comprenden la necesidad de cooperar y sincronizar sus movimientos para desplazar la colchoneta con mayor facilidad y completar con éxito la actividad. **Fuente especificada no**

válida. (grupo, 2023)





Actividad N°3: “El teléfono estropeado”

Objetivos: Fomentar el uso del lenguaje oral a través de mensajes a los compañeros.

Tiempo: 40 minutos

Descripción de la actividad:

Al inicio de la actividad, el facilitador indica a los niños y niñas que se sienten en círculo y les explica en qué consiste el juego: cada participante, de manera sucesiva, debe seguir instrucciones específicas relacionadas con los 35 juegos cotidianos del aula. Se realizan



varias rondas utilizando distintos términos con el objetivo de evaluar la mejora en la comprensión del mensaje y la capacidad de escucha. Además, conforme los alumnos adquieren mayor agilidad, se introducen elementos adicionales para aumentar la dificultad y mantener el nivel de desafío. (grupo, 2023)

Resultados esperados

- Ψ Mejora su capacidad de atención y escucha activa, prestando mayor cuidado al mensaje recibido.
- Ψ Reconoce la importancia de comunicarse con claridad, comprendiendo cómo los mensajes pueden distorsionarse si no se transmiten correctamente.
- Ψ Desarrolla habilidades para transmitir información precisa, usando un lenguaje adecuado y estructurado.
- Ψ Identifica los efectos de la distracción o la falta de atención en la comunicación grupal.

CIERRE

Actividad N°1: Mapa de Aprendizaje Personal

Tiempo: 1 Hora

Objetivo: Facilitar al niño la reflexión sobre lo aprendido durante las sesiones, ayudarlo a identificar sus logros y desafíos, y planificar cómo aplicar las nuevas habilidades en el futuro.

Materiales: Papel grande, lápices de colores, marcadores, bolígrafos, dibujos.



Descripción de la actividad: El facilitador explica al niño que la actividad de cierre consiste en crear un “Mapa de Aprendizaje Personal”, diseñado para visualizar los conocimientos adquiridos durante las sesiones y fomentar la reflexión sobre su progreso.



Se indica que este mapa permitirá identificar los logros alcanzados, los desafíos superados y la aplicación futura de las habilidades desarrolladas.

A continuación, el facilitador entrega una hoja grande y materiales para dibujar y escribir, solicitando al niño que trace un círculo grande en el centro y lo etiquete con su nombre, representando así su persona en el mapa. Posteriormente, el niño dibuja o escribe alrededor del círculo central los temas y habilidades aprendidas, como “Cómo disculparse”, “Seguir instrucciones” o “Convencer a otros”, utilizando colores, pegatinas y dibujos para personalizar y hacer visualmente atractivo el mapa.



Finalmente, se anima al niño a mantener el Mapa de Aprendizaje Personal en un lugar visible como recordatorio constante de su progreso y motivación para continuar aplicando las habilidades desarrolladas. **Fuente especificada no válida.** (Annep, 2022).

Actividad N°2: Cierre

Tiempo: 1 Hora

Objetivo: Evaluar su progreso personal y establecer metas para continuar desarrollando sus habilidades.

Materiales: Hojas de evaluación de post-test, lápices, borradores, adhesivos en forma de hojas, marcadores de colores, un cuadro de "Reflexión Personal" con preguntas guiadas

Descripción de la actividad: El facilitador inicia la actividad explicando al niño que el objetivo del cierre, es reflexionar sobre lo aprendido durante el programa y evaluar su progreso. Se indica que esta es una oportunidad para considerar las habilidades adquiridas, cómo se han utilizado y cómo pueden seguir mejorándose en el futuro, animando al niño a ser honesto y compartir sus pensamientos y sentimientos.

El facilitador fomenta la reflexión y el diálogo para que el niño articule sus pensamientos y planes de aplicación. Luego, se presenta el “Árbol de Logros”, un tablero donde el niño coloca adhesivos en forma de hojas que representan cada logro o habilidad desarrollada durante el programa.

Juntos discuten los logros, celebran el progreso y visualizan los éxitos alcanzados.



Para concluir, el facilitador felicita al niño por su esfuerzo y progreso, y conversa brevemente sobre metas futuras, motivándolo a continuar practicando las habilidades adquiridas, ofreciendo apoyo para cualquier reto que pueda enfrentar.



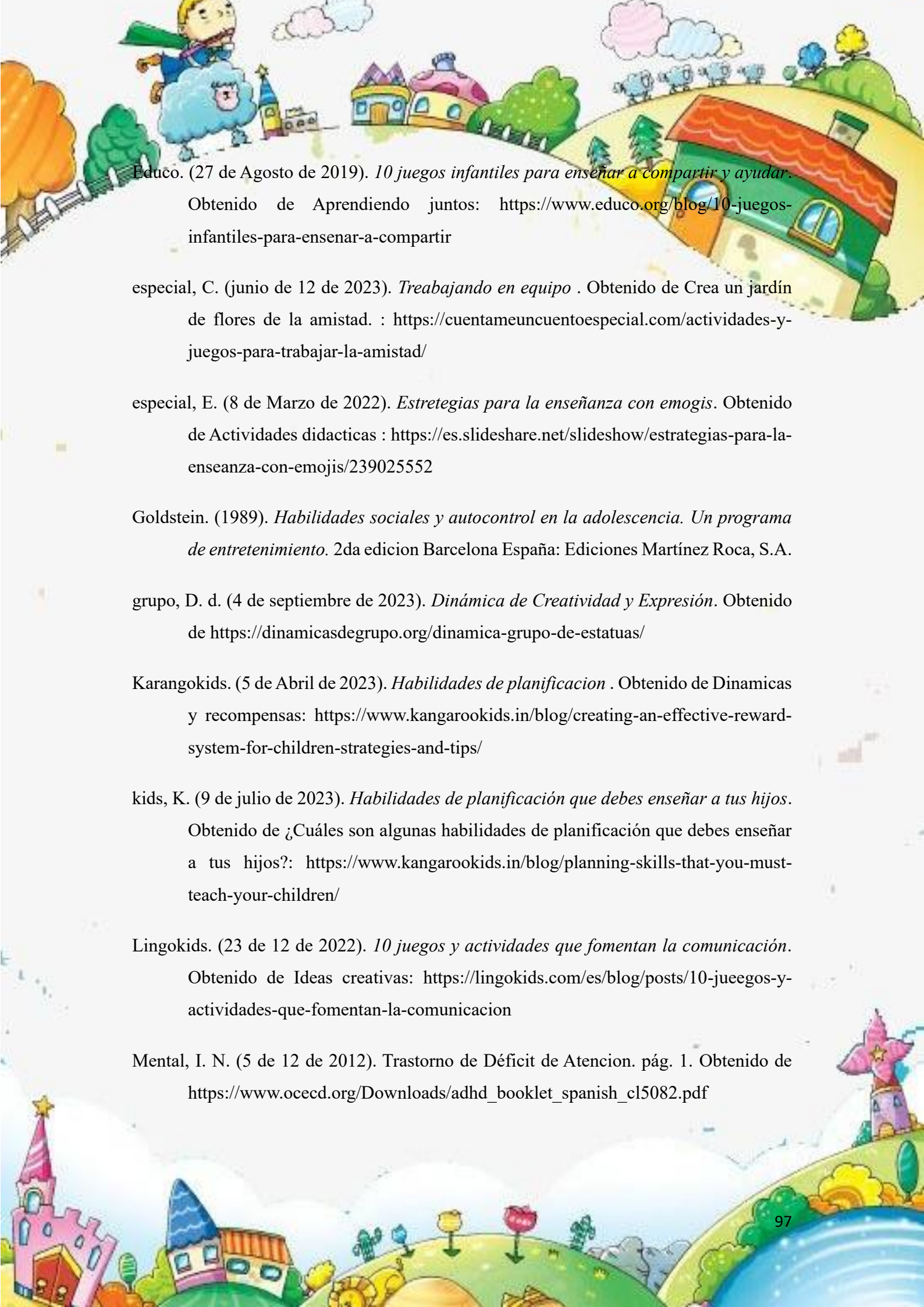
Resultados esperados:

- Ψ Identifica y reconoce los aprendizajes y habilidades adquiridas a lo largo del programa, reforzando su autoconciencia.
- Ψ Expresa con orgullo sus logros personales, fortaleciendo su autoestima y sentido de competencia.
- Ψ Reflexiona sobre las actividades realizadas, reconociendo cuáles le resultaron más útiles, significativas o desafiantes.
- Ψ Participa activamente en la construcción del “Árbol de los logros”, seleccionando logros personales para representar mediante dibujos o frases, y compartiéndolos con el grupo o el facilitador.
- Ψ Desarrolla habilidades de metacognición, al analizar su propio progreso y valorar el esfuerzo realizado durante el programa.
- Ψ Recibe retroalimentación positiva y personalizada por parte del facilitador, lo que refuerza la confianza en sí mismo.





Educarueca. (21 de Febrero de 2017). *Juego de Rol: Quejas*. Obtenido de Fomentando la educacion : <https://www.educarueca.org/spip.php?article467>



Educo. (27 de Agosto de 2019). *10 juegos infantiles para enseñar a compartir y ayudar*.
Obtenido de Aprendiendo juntos: <https://www.educo.org/blog/10-juegos-infantiles-para-ensenar-a-compartir>

especial, C. (junio de 12 de 2023). *Treabajando en equipo* . Obtenido de Crea un jardín de flores de la amistad. : <https://cuentameuncuento.especial.com/actividades-y-juegos-para-trabajar-la-amistad/>

especial, E. (8 de Marzo de 2022). *Estrategias para la enseñanza con emogis*. Obtenido de Actividades didacticas : <https://es.slideshare.net/slideshow/estrategias-para-la-enseanza-con-emojis/239025552>

Goldstein. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de entretenimiento*. 2da edicion Barcelona España: Ediciones Martínez Roca, S.A.

grupo, D. d. (4 de septiembre de 2023). *Dinámica de Creatividad y Expresión*. Obtenido de <https://dinamicasdegrupo.org/dinamica-grupo-de-estatuas/>

Karangokids. (5 de Abril de 2023). *Habilidades de planificacion* . Obtenido de Dinamicas y recompensas: <https://www.kangarookids.in/blog/creating-an-effective-reward-system-for-children-strategies-and-tips/>

kids, K. (9 de julio de 2023). *Habilidades de planificación que debes enseñar a tus hijos*. Obtenido de ¿Cuáles son algunas habilidades de planificación que debes enseñar a tus hijos?: <https://www.kangarookids.in/blog/planning-skills-that-you-must-teach-your-children/>

Lingokids. (23 de 12 de 2022). *10 juegos y actividades que fomentan la comunicación*. Obtenido de Ideas creativas: <https://lingokids.com/es/blog/posts/10-juegos-y-actividades-que-fomentan-la-comunicacion>

Mental, I. N. (5 de 12 de 2012). Trastorno de Déficit de Atencion. pág. 1. Obtenido de https://www.oecd.org/Downloads/adhd_booklet_spanish_cl5082.pdf



Moreno, M. F. (2016). *El rol del amigo imaginario en la ansiedad por separación en niños de 3 a 6 años en Ecuador*. Quito-Ecuador.

Morin, A. (6 de diciembre de 2023). *Actividades para ayudar a su hijo a identificar sus fortalezas e intereses*. Obtenido de <https://www.understood.org/es-mx/articles/kids-activities-strengths>

National Institutes of Health, N. (2012). *Departamento De Salud y Servicios Humanos De los Estados Unidos*. Estados Unidos : publicación de NIH núm. Sp 12-3572.

Nguyen, S. (5 de 1 de 2024). *10 juegos de repaso en clase de baja preparación que seguro encantarán a tus alumnos*. Obtenido de <https://www.classpoint.io/blog/es/10-juegos-de-repaso-de-baja-preparacion-que-encantaran-a-sus-alumnos-y-con-los-que-aprenderan>

Nowak, D. A. (2016). *Las habilidades sociales de los niños con déficit de atención e hiperactividad*. España: Universidad alacant.

Numa, N. (10 de 3 de 2022). *Manual de pinturas*. Obtenido de Manos creativas : <https://faroeducativo.iberomex.mx/wp-content/uploads/2022/06/Bp-14-4.pdf>

Pública, S. d. (2018). *Orientaciones para la prevención, detección y actuación en casos de abusos sexual infantil en las escuelas de educación básica*. Programa Nacional: Secretaría educacional.

