



TODO ES POSIBLE

P. BAJA



HERRAMIENTAS



FORTALEZA



HAGO UN
ESFUERZO EXTRA



PERSEVERANCIA



FLOJERA
O RENDIRSE

HERRAMIENTAS

A continuación verás los objetivos de las herramientas de este mes:

Nuestra **VIRTUD** es **FORTALEZA**, la cual implica la capacidad de resistir las adversidades y los desafíos de la vida. Para alcanzarla como virtud practicaremos el **VALOR: PERSEVERANCIA** que es terminar lo que empezamos.

La acción concreta o nuestro **VERBO: HAGO UN ESFUERZO EXTRA**, para que con ese extra lleguemos al final y desarrollemos mejor la fuerza de voluntad.

LOS SUPERVILLANOS O ANTIVALORES que vamos a evitar serán: **FLOJERA Y DARSE POR VENCIDO**. La idea es mantenerlos conscientes para luchar contra ellos cada vez que se presenten.





TODO ES POSIBLE

P. BAJA

HERRAMIENTAS FORTALEZA HAGO UN ESFUERZO EXTRA PERSEVERANCIA FLOJERA O RENDIRSE

SEMANA 1 | TODO ES POSIBLE

INICIO.

CÍRCULO HUP



EMOCIÓN Felicidad.
MISIÓN Lo intento una vez más.

- Vean el video sobre la emoción de la semana.
- Esta semana realizarán una gimnasia cerebral en la que respiraremos 5 veces. Es una gimnasia cerebral muy sencilla, que nos ayude a conectar con nuestro cerebro.
- Recuerda revisar los **objetivos y sugerencias** para sacarle mejor provecho al círculo.

[CÍRCULO HUP 1](#)

[LINK DE MÚSICA](#)

[CATÁLOGO DE GYM CEREBRAL](#)



DESARROLLO

- En equipos o por salón, realizarán torres con material de construcción o cualquier material apilable. El objetivo es que intenten construir, incluso si la torre se cae, y que trabajen en equipo para lograrlo.
- Antes de comenzar la actividad, platiquen sobre lo que significa darse por vencidos y cómo van a luchar contra ese supervillano. Motívelos a que se apoyen mutuamente y a que se animen con porras para mantenerse entusiasmados frente al desafío.
- Una vez que terminen, realizaremos una reflexión sobre su trabajo y su esfuerzo. Recuérdales lo importante que es no rendirse y celebrarán juntos cada logro, aplaudiendo el esfuerzo de cada uno.



RECUERDA REVISAR LAS SUGERENCIAS.

EN CLASE O EN CASA

VER EL LIBRO

- Actividad en clase o para enviar a casa.
- Marca coloreando, circulando o tachando el número que indique qué tan feliz te sientes.
- El 0 es lo menos feliz y el 5 es lo más feliz.
- Después, en clase y/o en casa, comparte con los demás qué te hace feliz.

TAREA

- La semana que entra realizarán un origami, lleva hojas blancas o de colores



OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. CÍRCULO HUP

- El objetivo es que descubran la diferencia entre la felicidad y la alegría. Aunque estén pequeños, es ir introduciendo la comodidad con emociones negativas, que no significa no ser feliz.
- Recuerda que en esta etapa se basa en el desarrollo social, la autonomía y la competencia. Al abordar la alegría esta semana, enfócate en el logro de hacer las cosas por sí solos.
- Revisa el video sobre la felicidad y el todo es posible que está en YouTube (te llegará al WhatsApp).

OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. HAGAMOS UNA TORRE.

Para mejorar la experiencia en la dinámica:

- **Dinámicas de Roles:** Asigna roles específicos dentro de los equipos, como constructor, motivador o diseñador. Esto ayudará a que todos participen activamente y se sientan parte del proceso.
- **Ejercicio de Confianza:** Antes de empezar, realiza un breve ejercicio en el que cada miembro del equipo comparta una experiencia donde no se dio por vencido, creando un ambiente de apoyo y confianza.
- **Música de Fondo:** Para desarrollar su libertad y su toma de decisiones, pide su opinión, sobre todo a los niños que son más introvertidos para darles oportunidad de generar peso a su voz.



BENEFICIOS

P. BAJA

- **Fomento del Trabajo en Equipo**

La actividad promueve la colaboración entre los participantes, mejorando sus habilidades de comunicación y cooperación en un ambiente de trabajo conjunto.

- **Desarrollo de Habilidades de Resolución de Problemas**

Los participantes enfrentan desafíos al construir torres, lo que fomenta el pensamiento crítico y la creatividad al encontrar soluciones para problemas inesperados.

- **Promoción de la Resiliencia y la Perseverancia**

Al experimentar fracasos, como el derrumbe de sus torres, los participantes aprenden la importancia de la resiliencia y la perseverancia, habilidades clave para superar obstáculos.

- **Fomento de la Creatividad**

La actividad estimula la creatividad de los participantes, dándoles libertad para diseñar y construir sus torres de manera innovadora.

- **Refuerzo del Trabajo y Esfuerzo Individual**

La reflexión final sobre los logros individuales permite a los participantes reconocer y celebrar sus esfuerzos, aumentando su autoestima y motivación.

- **Aprendizaje de la Importancia del Apoyo Mutuo**

Fomentar el apoyo y la motivación entre compañeros fortalece las relaciones interpersonales y crea un ambiente solidario y positivo dentro del grupo.



TODO ES POSIBLE

P. BAJA



HERRAMIENTAS



FORTALEZA



HAGO UN
ESFUERZO EXTRA



PERSEVERANCIA



FLOJERA
O RENDIRSE

SEMANA 2

TODO ES
POSIBLE



GIMNASIA CEREBRAL



EMOCIÓN



MISIÓN

Entusiasmo / Alegría.

Festejo el logro de otros.

- Ve el video y sigue la gimnasia cerebral.
- Menciona al supervillano de la flojera para que lo recuerden y presenta ahora al supervillano de darse por vencido. Puedes proyectarlo en la pantalla o mostrarlo en el libro.
- Presenta la emoción de la semana con el video correspondiente.

* Recuerda revisar las sugerencias y objetivos.

[CÍRCULO HUP 2](#)

[LINK DE MÚSICA](#)

[CATÁLOGO DE GYM CEREBRAL](#)



DESARROLLO

VER EL LIBRO

- En esta actividad, realizarán origami. En el video está una sugerencia y aquí te dejo algunas opciones de videos para que elijas según la dificultad:

○ SENCILLOS

- Ratón: <https://www.youtube.com/watch?v=xLQAApuySqA>
- Perrito: https://www.youtube.com/watch?v=10KurnMH_6o

PERSEVERANCIA SENCILLO

○ MÁS COMPLICADOS.

- Pikachu: <https://www.youtube.com/watch?v=5Qt-PbsglWc>
- Rana saltarina: https://www.youtube.com/watch?v=khr_Yjz5AKs

PERSEVERANCIA COMPLICADO

- Paciencia.
- Pide con calma si necesitas que vayan más despacio.
- Pide ayuda y ayúdense entre todos.
- Recuerda los supervillanos contra los que estás luchando y tu verbo para esta actividad.



RECUEDE REVISAR LAS SUGERENCIAS.



EN CLASE O EN CASA

- Escribe o dibuja en el tarro de cosas positivas, situaciones que te han sido emocionantes y que hacen ilusión. Y en el bote de basura escribe o dibuja aquellos pensamientos que te hagan sentir mal y que desees dejar afuera para evitar darte por vencido(a).



VER EL LIBRO

TAREA

- Para la semana que entra necesitarán los siguientes materiales. (Recuerda que puedes elegir reto distintos a los que encuentras en esta guía).
 - 21 vasos
 - 3 globos por persona.
 - 1 botella de agua de 500 ml. por equipo (3 o 4 equipos).
 - 1 popote por persona.
- **MAESTRO(A):** Revisa el video para que prepares todo.

TERMÓMETRO

- Recuerda que puedes usar el termómetro cada día.



OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. CÍRCULO HUP

○ **LA GIMNASIA CEREBRAL**

- Es un reto y pueden ir haciéndolo a nuevos ritmos.
- Si piensas que va muy rápido el video, ponle pausa y tú dicta los números que gustes a la velocidad que desees.
- Aprovecha la gimnasia cerebral para generar entusiasmo en ellos con el reto.
- Ten presente que cada día el maestro o uno de los alumnos indicará números diferentes a velocidades variadas. Recuerda que puedes incluir otras actividades de gimnasia del catálogo.

○ **EL VIDEO:**

- Estas semanas están enfocadas en dimensionar la alegría y ayudar a los alumnos a conectar con aquello que les causa dicha alegría. En este video, aprenderán sobre el entusiasmo y verán ejemplos que les mostrarán cómo practicar esta actitud. Por eso, menciona constantemente la emoción del entusiasmo y conéctalos con la actitud corporal; por ejemplo, cuando estén realizando cualquier actividad, tú grita “¡entusiasmo!” y ellos deben sacudir los hombros o gritar frases como “¡Yo puedo!” o “¡Soy feliz!”. Juega con ellos y que exploren movimientos corporales.
- Esto será muy bueno para que puedan conectar su cuerpo con su mente y cuando necesiten recurrir al entusiasmo tengan un camino físico trazado.
- En el video, recalca lo emocionado que estás por descubrir sus regalos y expresa tu agradecimiento hacia ellos.

○ **LAS HERRAMIENTAS:**

- La misión es “Festejar el logro de otros”, esto es fundamental para desarrollar la mentalidad en crecimiento. Trabaja mucho esto y revisa las sugerencias del video sugerido. Te llegará a Whatsapp.



OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. ORIGAMI

P. BAJA

- Con esta actividad los alumnos desarrollan:
 - a) Hacer las cosas con cuidado y bien hechas de principio a fin.
 - B) Esperar a los demás.
 - c) Creer en su capacidad.
 - d) Seguir órdenes.
 - e) Preguntar cuando tengan duda o a solicitar lo que necesitan.
 - f) Creatividad.
 - g) Atención.
 - h) Motricidad fina.
 - i) Auto control del cuerpo.
- Propicia que se den cuenta de esto al mencionarles el esfuerzo que hacen, mencionando cuando los ves activar cualquiera de las acciones de los incisos anteriores.
- Propicia el buen humor.
- Interrumpe si ves que alguien pierde la paciencia para que todos respiren y regulen sus emociones.
- Cuando alguien se queje o diga algo negativo pide que diga al menos dos cosas positivas.



OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. EN CASA O EN CLASE.

1. MENTALIDAD DE CRECIMIENTO

- **Identificación de logros y emociones positivas:** Al escribir o dibujar en el "tarro de cosas positivas", los alumnos se enfocan en sus logros, experiencias emocionantes y aquello que les genera ilusión. Este reconocimiento de sus avances y esfuerzos refuerza la idea de que, con dedicación y empeño, pueden seguir mejorando y alcanzando nuevas metas.
- **Enfrentar desafíos de forma positiva:** El ejercicio les enseña que los pensamientos negativos o los momentos difíciles no son definitivos. Al "desechar" esos pensamientos en el "bote de basura", refuerzan la idea de que pueden aprender de los errores y superar las dificultades, lo cual es un pilar de la mentalidad de crecimiento.
- **Reencuadre de situaciones difíciles:** Al reflexionar sobre los pensamientos o situaciones que los han afectado, pueden encontrar maneras de replantearlas, buscando oportunidades de aprendizaje en lugar de rendirse, lo que estimula el desarrollo de habilidades como la resiliencia.
- Puedes usar esta actividad a diario, en la que los alumnos tiran sus pensamientos negativos. Si los ves con mala actitud o diciendo algo negativo, pídeles simbólicamente que lo "tiren a la basura" e incluso que se levanten a hacerlo físicamente. Esto les permite aprovechar al máximo la actividad y modificar su pensamiento, saliendo del ciclo negativo.

OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. EN CASA O EN CLASE.

2. AUTOESTIMA

- **Autoevaluación positiva:** Al poner en el "tarro de cosas positivas" situaciones que les generan ilusión y orgullo, los estudiantes refuerzan una imagen positiva de sí mismos. Reconocer sus logros, emociones y experiencias agradables ayuda a construir una autoimagen más fuerte y segura.
- **Liberación de pensamientos autocríticos:** Al identificar y "descartar" los pensamientos que les hacen sentir mal, se promueve la autorregulación emocional y el autocuidado. Esto les enseña a ser más amables consigo mismos, reduciendo la autocrítica destructiva.
- **Sensación de control:** La capacidad de seleccionar qué pensamientos y emociones se quedan y cuáles se van les otorga una sensación de control sobre su vida emocional, fortaleciendo su sentido de autoconfianza.



EN CLASE O EN CASA.

- Escribe o dibuja en el tarro de cosas positivas, situaciones que te han sido emocionantes y que hacen ilusión. Y en el bote de basura escribe o dibuja aquellos pensamientos que te hagan sentir mal y que desees dejar afuera para evitar darte por vencido(a).





TODO ES POSIBLE

P. BAJA

HERRAMIENTAS FORTALEZA HAGO UN ESFUERZO EXTRA PERSEVERANCIA FLOJERA O RENDIRSE

SEMANA 3

TODO ES
POSIBLE

INICIO.

CÍRCULO HUP



EMOCIÓN

MISIÓN

Desagrado.
Termino lo que empiezo.

- Ve el video y sigue la gimnasia cerebral en la que explorarán la lateralidad jugando en dos filas.
- Revisa las sugerencias para esta gimnasia cerebral y usarla toda la semana.

[CÍRCULO HUP 3](#)

[LINK DE MÚSICA](#)

[CATÁLOGO DE GYM CEREBRAL](#)



DESARROLLO

CARRERA DE LOGROS.

VIDEO DE RETOS

P. BAJA

SIGAN LAS INSTRUCCIONES:

- Arma equipos de 4 a 5 personas. Este juego se puede hacer también en familia.
- Elijan un nombre para el equipo.
- Tienen un minuto para cada desafío y deben pasar en cada desafío el total de los miembros del equipo.
- El equipo que haga menos tiempo en completar el desafío gana 50 puntos. El segundo 20 puntos y el tercero 10. Si hay más de 3 equipos los demás equipos no ganan puntos. Gana el que más puntos tenga sumando todos los desafíos.
- **Nota:** Cada equipo deberá tener la misma cantidad de participantes, si no es posible, deberán elegir quiénes participarán en cada desafío para asegurar que siempre haya el mismo número de participantes en cada desafío.

RECUERDA REVISAR LAS SUGERENCIAS.

EN CLASE O EN CASA

VER EL LIBRO

- ¿Cómo vas con tu esfuerzo en tu batalla contra el supervillano y por cumplir tu misión?
- Marca a un lado del supervillano el nivel de tu esfuerzo en donde 10 es lo máximo. Y del lado derecho escribe las emociones que has sentido y dimensiona su intensidad del 1 al 5 en donde 5 es lo más fuerte. Ve a la rueda de las emociones para que te guíes.

A vertical thermometer on the left is numbered from 1 to 10. To its right is a superhero character with a 'VA' on his chest and 'NO MAS' on his shirt. To the right of the character are four emotion icons: a smiling face (green), an angry face (red), a sad face (blue), and a worried face (orange). Each icon is followed by a horizontal scale with five numbered boxes (1-5) for recording intensity.

DARSE POR VENCIDO.

POSTER: RUEDA DE LAS EMOCIONES

POSTER: WHEEL OF EMOTIONS

TERMÓMETRO

- Recuerda que puedes usar el termómetro cada día.





OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. GIMNASIA CEREBRAL.

- Fomenta la coordinación motora y la agilidad mental, ya que los niños deben responder rápidamente a las instrucciones mientras realizan movimientos específicos, como saltar o cambiar de fila.
- También mejora la atención y la concentración, porque necesitan estar atentos a las señales visuales para reaccionar adecuadamente.
- Al cambiar de líder cada día, se trabaja la confianza en sí mismos y el liderazgo, además de promover la colaboración en equipo.
- Aumentar la velocidad progresivamente refuerza la rapidez de reacción y la capacidad de adaptación a nuevas circunstancias.

SUGERENCIAS POR DÍA.

- **Lunes:** Comienza despacio, explicando las reglas y los movimientos básicos (brincar y cambiar de fila). Permite que los niños practiquen varias veces para que se familiaricen con las instrucciones.
- **Martes:** Repite la actividad, pero esta vez varía el ritmo de las señales para que los niños aprendan a prestar más atención y a ajustar su respuesta. Introduce movimientos inesperados, como una pausa larga entre instrucciones.
- **Miércoles:** Aumenta un poco la velocidad de las instrucciones para que los niños trabajen en su coordinación y capacidad de respuesta rápida. Invita a uno o dos niños a dirigir las instrucciones para desarrollar su liderazgo. Elogia a los niños por estar atentos y por su rapidez en la reacción.
- **Jueves:** Cambia el enfoque a trabajar en equipo. Divide a los niños en pequeños grupos para que colaboren, ayudándose entre sí a recordar las instrucciones o animándose cuando realicen los movimientos correctamente. Promueve el espíritu de apoyo mutuo y el compañerismo.
- **Viernes:** Haz un repaso de la semana, variando la actividad con más velocidad o complejidad en los movimientos. Celebra el esfuerzo de los niños, permitiendo que todos tengan la oportunidad de liderar.



OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. CARRERA DE LOGROS.

Con estas actividades, para que puedas sacarle el mejor provecho toma en cuenta lo siguiente:

- **Trabajo en equipo:** Recuérdales que es un trabajo en equipo. Cuando observes individualismos o reclamos entre ellos, menciona actitudes positivas que necesitan adoptar, en lugar de llamarles la atención por su actitud negativa.
- **Mentalidad de crecimiento:** Ayúdales a generar pensamientos positivos, a apoyarse mutuamente y a festejar el logro del otro equipo. Enséñales a disfrutar el juego, mostrándoles su capacidad de celebrar el éxito ajeno y la importancia de dar lo mejor de sí mismos.
- **Perseverancia:** A medida que enfrenten fracasos, su supervillano de “darse por vencido aparecerá”, y será una oportunidad para fortalecer su entusiasmo y perseverancia.
- **Autoestima:** La misión de la semana es celebrar sus logros. Procura que lo hagan, o que mencionen frases positivas, incluso si perdieron el reto. Pídeles que reconozcan lo que hicieron bien.
- **Manejo emocional:** Los retos permiten que los niños enfrenten la frustración, la perseverancia y el manejo de la presión. Aprender a gestionar sus emociones cuando ganan o pierden es fundamental.
- **Inclusión y equidad:** Todos los niños deben sentirse incluidos y capaces de participar, independientemente de sus habilidades o nivel de confianza.

OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. EN CASA O EN CLASE

- Esta actividad traaja la autoregulación de la conducta y de las emociones. Es practicar el dimensionarlas y reconocerlas, así como el reconocimiento del esfuerzo.
- Es un reto de honestidad y objetividad, por lo que alienta a tus alumnos a responderla conscientemente, aunque la realicen en casa.
- Pueden agregar emociones y se enviará este archivo a familia, para que lo usen diario.

DARSE POR VENCIDO.



TODO ES POSIBLE

P. BAJA

HERRAMIENTAS FORTALEZA HAGO UN ESFUERZO EXTRA PERSEVERANCIA FLOJERA O RENDIRSE

SEMANA 4 | TODO ES POSIBLE

INICIO.

EMOCIÓN Desánimo.
MISIÓN Festejo mis logros.



- Ve el video y sigue la gimnasia cerebral en la que vamos a respirar usando los dos brazos.
- Revisa las sugerencias para esta gimnasia cerebral y usarla toda la semana.

[CÍRCULO HUP 4](#)

[LINK DE MÚSICA](#)

[CATÁLOGO DE GYM CEREBRAL](#)



DESARROLLO

VER EL LIBRO

- Esta semana harán un ejercicio de creatividad.
- Pueden trabajar en equipo o de manera individual.
- Inventa una historia o un cuento con los elementos de la lista.
- Escribe y dibuja la historia. Puede ser en formato de cómic. Los más pequeños pueden dibujarla solamente. Escribe la historia en el recuadro y haz tu dibujo en una hoja.
- Dependiendo del tiempo de clase, pueden pasar al frente a contar su cuento.

- ▶ Uno de los personajes tiene un problema y piensa en darse por vencido.
- ▶ ¿Qué piensa y qué siente?
- ▶ ¿Cómo resuelve su reto?
- ▶ Hay personajes que le apoyan.
- ▶ Hay personajes que no le apoyan.


RECUERDA REVISAR LAS SUGERENCIAS.


EN CLASE O EN CASA

- Según las siguientes situaciones, identifica en cuáles aparece el desánimo que podría impedirle terminar las cosas hasta el final, y marque la intensidad con la que piensas que lo siente.

VER EL LIBRO

Cuando siento que es muy difícil.  1 2 3 4 5

Cuando no me sale lo que quiero hacer.  1 2 3 4 5

Cuando alguien lo hace más rápido que yo.  1 2 3 4 5

Cuando se burlan de mí.  1 2 3 4 5

Cuando me da pena y no me atrevo.  1 2 3 4 5

Cuando ya me cansé.  1 2 3 4 5

TAREA



La semana que entra haremos unos dragones de la respiración y los vamos a decorar. Necesitarás:

- 2 tubos de cartón de papel de baño.
- Pintura para pintar el dragón. Puede ser de cualquier color. (Si no quieren usar pintura puede ser hoja de color).
- Ojos locos.
- Pompones de cualquier color. (2)
- Pegamento.
- Tiras de papel china de uno o varios colores.



TERMÓMETRO

- Recuerda que puedes usar el termómetro cada día.



OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. CÍRCULO HUP

- **Mejora la concentración:** Ayuda a los niños a enfocarse mejor en tareas específicas, promoviendo la atención y la concentración.
- **Desarrollo de la consciencia corporal:** Fomenta la coordinación motriz y la percepción espacial, ayudando a los niños a controlar sus movimientos con mayor precisión.
- **Reducción del estrés y ansiedad:** La respiración profunda calma el sistema nervioso, permitiendo que los niños manejen mejor el estrés y las emociones.
- **Fomento de la autorregulación emocional:** Ayuda a los niños a regular sus emociones, enseñándoles a manejar la frustración y a mantener la calma.
- **Mejora de la coordinación y equilibrio:** Los movimientos controlados mejoran la coordinación entre el cuerpo y la mente, fortaleciendo el equilibrio físico.
- **Desarrollo de la resiliencia:** Los niños aprenden a persistir ante los desafíos, reforzando su capacidad de superar obstáculos.
- **Fortalecimiento de la conexión cuerpo-mente:** Ayuda a los niños a identificar cómo se sienten física y emocionalmente, mejorando la autoconciencia emocional.



OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. INVENTA UNA HISTORIA

- **Esta actividad desarrolla:**

- Creatividad.
- Solución de conflictos.
- Toma de perspectiva.
- Trabajo en equipo.
- Seguridad en sí mismos.
- Agilidad emocional.
- Pensamiento crítico.

- **Anima a los estudiantes a pensar sin limitaciones.** Dales confianza para que utilicen su imaginación libremente, sin temor a ser juzgados por sus ideas. No hay "historias incorrectas", y cada una refleja su creatividad.
- **Permite la diversidad de géneros.** Algunos niños querrán crear una historia de aventuras, otros de misterio, comedia o fantasía. Deja que exploren el género que más les interese.
- **Céntrate en el personaje que enfrenta un reto.** Pregúntales cómo piensan que su personaje se siente ante el problema, qué emociones experimenta (frustración, miedo, tristeza) y cómo podrían mostrar eso en su historia.
- **Estimula el pensamiento crítico.** Guía a los estudiantes para que reflexionen sobre cómo su personaje puede resolver el reto. Anímalos a proponer varias soluciones y a decidir cuál sería la más adecuada para su personaje.
- **Si se trabaja en grupos, asegúrate de que todos participen.** A veces, algunos estudiantes pueden tomar el control, mientras otros se quedan al margen. Designa roles (escritor, dibujante, narrador) para garantizar que todos contribuyan.
- **Fomentar la colaboración.** Resalta la importancia de trabajar juntos, de escuchar las ideas de todos y de combinar ideas para crear una historia más rica y variada.



- **Explora las relaciones entre los personajes.** Discute con los estudiantes sobre el papel de los personajes que apoyan y los que no lo hacen. Pregúntales cómo se sentiría el personaje principal ante el apoyo o la falta de este, y qué aprendería de esas interacciones.
- Utiliza el cuento para hablar sobre cómo pedir ayuda y por qué es importante rodearse de personas que nos apoyen en momentos difíciles.
- **Para los más pequeños:** En lugar de centrarse tanto en escribir, permite que los más pequeños se enfoquen en dibujar y describir oralmente lo que sucede en su historia. El dibujo es una forma poderosa de expresión para ellos.
- **Para los mayores:** Anímalos a profundizar en los diálogos y en las emociones de los personajes. Esto les ayudará a desarrollar habilidades narrativas más complejas.
- **Alienta la participación de todos:** A la hora de compartir las historias, da espacio para que cada grupo o estudiante pase al frente sin presión. Valora más el esfuerzo y la creatividad que los detalles técnicos. Aplica el verbo (hago un esfuerzo extra) y el valor del mes (perseverancia).
- **Brinda retroalimentación positiva:** Haz comentarios sobre lo que te gusta de cada historia, resalta la creatividad, el uso de la lista de elementos y cómo resolvieron los conflictos en su historia. Si es posible, pide a sus compañeros que también destaquen aspectos positivos de los cuentos.
- **Reflexiona sobre los temas tratados:** Al final del ejercicio, haz una pequeña discusión sobre los problemas que enfrentaron los personajes y cómo los resolvieron. Relaciona esto con situaciones reales que los niños puedan enfrentar, ayudándoles a ver cómo pueden aplicar esas soluciones en su vida diaria.



OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. EN CASA O EN CLASE.

- Esta actividad, ya sea que la realicen en casa o en clase, está enfocada en trabajar la perseverancia.
- Recuerda que la fortaleza es la virtud de mantenerse en el esfuerzo. Hacer conciencia sobre lo que les cuesta trabajo les permitirá desarrollar un plan para futuras ocasiones.
- Además, se busca que desarrollen la capacidad de autoevaluarse y que tengan más objetividad sobre sus propias intenciones.
- Te invito a ver el video sobre el desánimo en Instagram: @tamararoblesp

Cuando siento que es muy difícil. 😞 1 2 3 4 5

Cuando no me sale lo que quiero hacer. 😞 1 2 3 4 5

Cuando alguien lo hace más rápido que yo. 😞 1 2 3 4 5

Cuando se burlan de mí. 😞 1 2 3 4 5

Cuando me da pena y no me atrevo. 😞 1 2 3 4 5

Cuando ya me cansé. 😞 1 2 3 4 5



RECURSOS ÚTILES PARA ESTE MES:

TERMÓMETRO.

[TERMÓMETRO DE LAS EMOCIONES](#)

LIBRO

[TODO ES POSIBLE](#)

ACTOS DE BONDAD

[ACTOS DE BONDAD](#)

[ACTS OF KINDNESS](#)

OPCIONES DE LA CALMA

[OPCIONES DE LA CALMA](#)

[WAYS TO CALM DOWN](#)

INSPECTORES

[GAFETES](#)



TODO ES POSIBLE

P. BAJA



 **HERRAMIENTAS**
 **FORTALEZA**
 **HAGO UN ESFUERZO EXTRA**
 **PERSEVERANCIA**
 **FLOJERA O RENDIRSE**




SEMANA 1 | TODO ES POSIBLE

SEMANA 2 | TODO ES POSIBLE

SEMANA 3 | TODO ES POSIBLE

SEMANA 4 | TODO ES POSIBLE

MÁS OPCIONES

 INICIO DEL DÍA.	<u>MIS OREJAS</u>	<u>DIBUJA LO QUE DIGO</u>	<u>BAILA Y SUELTA EL CUERPO</u>	<u>SIGO INSTRUCCIONES 2</u>	<u>CATÁLOGO DE RECURSOS</u>
 MITAD DEL DÍA,	<u>RECONOZCO MIS ESFUERZOS Y AGRADEZCO</u>	<u>ME DIGO GRACIAS.</u>	<u>HABLO BIEN DE LOS DEMÁS.</u>	<u>VENCIENDO MIS TENTACIONES E IDENTIFICANDO MIS EMOCIONES.</u>	<u>CATÁLOGO DE RECURSOS</u>
 FINAL DEL DÍA.	<u>ME ESTIRO Y AGRADEZCO EL DÍA.</u>	<u>AUTOESTIMA: QUÉ AGRADEZCO, QUÉ ME GUSTA DE MI, CONFÍO EN MI.</u>	<u>¿CÓMO ME SIENTO?</u>	<u>¿QUÉ SALIÓ BIEN HOY? AFIRMACIONES POSITIVAS</u>	<u>CATÁLOGO DE RECURSOS</u>