



# TODO ES POSIBLE

KÍNDER



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

KÍNDER



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.

## 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 harán una búsqueda del tesoro. Elige juguetes o materiales (stickers, dulces, colores, sellitos, juguetes) que vas a esconder en el salón o en el patio, harán una búsqueda del tesoro.



## OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. CÍRCULO HUP

- El objetivo es que descubran la diferencia entre la felicidad y la alegría. Aunque estén tan pequeños, es ir introduciendo la comodidad con emociones negativas, que no significa no ser feliz.
- Recuerda que en esta etapa preescolar se enfoca en el desarrollo social y la autonomía. 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 en la que no se dio por vencido, creando así un ambiente de apoyo y confianza.
- **Música de Fondo:** Para fomentar su libertad y toma de decisiones, pide su opinión, especialmente a los niños más introvertidos, dándoles la oportunidad de hacer valer su voz.



## BENEFICIOS

KÍNDER

- **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

KÍNDER



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

- Elige juguetes o materiales que vas a esconder en el salón o en el patio.
- Elige a uno o varios alumnos para que vayan a buscarlos, mientras los compañeros observan la búsqueda.
- Cuando encuentren el objeto escondido invita a los niños a festejar el logro de sus compañeros y compañeras para desarrollar mentalidad en crecimiento.
- Repite el ejercicio hasta que hayan todos participado.
- Al finalizar haz una reflexión sobre trabajar en equipo y ser feliz cuando otros hacen cosas buenas o logran cosas.

- Prepara a tus alumnos mentalmente para la actividad. Platicarles lo que harán y preguntales qué dificultades pueden aparecer en el camino y qué actitudes sirven para vencerlas.

## VER EL LIBRO

- Ve los objetivos y las sugerencias de esta actividad.





## EN CLASE O EN CASA

- Traza la línea punteada del número que indique tu nivel de alegría y entusiasmo que sentiste con la actividad del día de hoy, en donde **5** es el máximo de entusiasmo.
- Dibuja en el espacio el número de cosas según tu nivel de alegría y entusiasmo.
- Recuerda enviar la actividad para papás porque se está enviando el bloque de Mentalidad en crecimiento del libro “¿Cómo desarrollar hijos fuertes y seguros?”.

## VER EL LIBRO



## TAREA

- La semana que entra realizarán UNA CARRERA DE LOGROS, revisa las ideas para que te prepares con los materiales.

## 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. DESCUBRIENDO EL TESORO

- **Visualización:** Antes de comenzar, pide a los estudiantes que cierren los ojos y se imaginen buscando y encontrando los objetos. Esto puede ayudar a crear un sentido de emoción y anticipación.
- **Anticipación de Dificultades:** Fomenta la discusión sobre posibles dificultades, como no encontrar un objeto de inmediato. Anima a los estudiantes a compartir actitudes que pueden ayudar a superar esos momentos, como la paciencia y el apoyo a sus compañeros.
- **Temática de la Búsqueda:** Dale un tema a la búsqueda, como "exploradores" o "detectives". Esto puede hacer que la actividad sea más emocionante y atractiva para los alumnos.
- **Pistas:** Proporciona pistas o acertijos que los estudiantes deben resolver para encontrar los objetos escondidos, fomentando el pensamiento crítico y el trabajo en equipo.
- **Discusión de Estrategias:** Después de cada ronda de búsqueda, invita a los estudiantes a discutir qué estrategias funcionaron mejor y cómo se sintieron al apoyar a sus compañeros.
- **Conexión con la Mentalidad de Crecimiento:** Reitera cómo celebrar los logros de otros también es parte de tener una mentalidad de crecimiento. Pregúntales cómo se sintieron al celebrar los éxitos de sus compañeros.
- **Al finalizar:** Organiza una breve ceremonia donde cada alumno pueda compartir algo positivo sobre la búsqueda y el esfuerzo de sus compañeros. Esto fortalece el sentido de comunidad y refuerza la importancia de celebrar los logros de los demás.



## TODO ES POSIBLE



HERRAMIENTAS



FORTALEZA



HAGO UN  
ESFUERZO EXTRA



PERSEVERANCIA



FLOJERA  
O RENDIRSE

SEMANA 3

TODO ES  
POSIBLE

INICIO.

CÍRCULO HUP



EMOCIÓN

Desagrado.



MISIÓN

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](#)

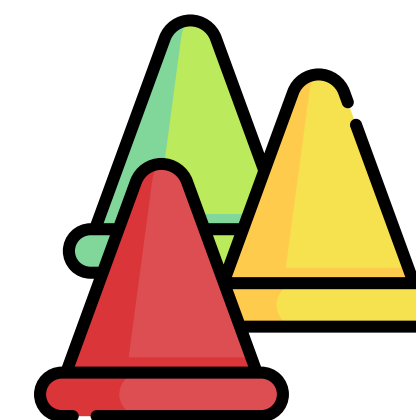
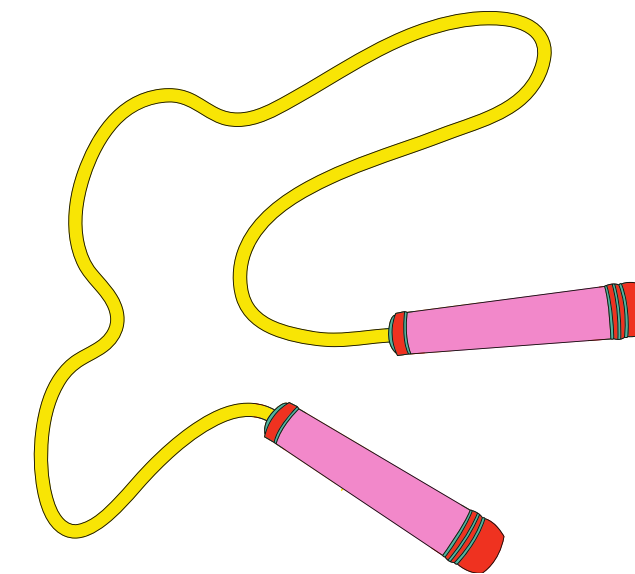


## DESARROLLO

### CARRERA DE LOGROS.

- Diseña un circuito de obstáculos adecuado para la edad y habilidades de los niños. Puedes usar objetos como sillas, aros, conos, cuerdas para saltar, etc.
- Se van a dividir en equipos pequeños o en parejas. Cada equipo debe completar el circuito de obstáculos lo más rápido posible.
- Durante la carrera, ve inventando situaciones como ir en un cohete o que están en arena movediza, que salten como conejos, ranas o lento. etc., para despertar la imaginación de los niños y niñas.
- Al finalizar, reflexiona con los niños sobre cómo se sintieron al enfrentar los obstáculos y cómo la perseverancia les ayudó a superarlos.

**RECUERDA REVISAR LAS SUGERENCIAS.**



## EN CLASE O EN CASA

- Colorea la expresión de desagrado y platicuen sobre las cosas que no les gusta comer o tocar.
- Recuerda leer la página 28 de tu libro y enviarlo también a casa

## VER EL LIBRO



## TAREA

- La semana que entra realizarán **UNA CARRERA DE LOGROS** basada en retos, revisa las ideas para que te prepares con los materiales.

## 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. DESAGRADO.

- Invita a los niños a colorear una cara que exprese desagrado mientras discuten sobre las cosas que no disfrutan comer o tocar. Pueden dibujar o escribir estas cosas en la hoja junto a la cara.
- Guía una conversación donde los niños compartan por qué esas cosas específicas no les gustan. Ayúdalos a identificar las razones detrás de sus preferencias y aversiones.
- Fomenta un ambiente donde los niños aprendan a respetar las preferencias de los demás. Puedes plantear situaciones hipotéticas donde alguien prefiera algo que a ellos no les gusta, y discutir cómo podrían entender y respetar esa diferencia.
- Concluye la actividad resaltando la importancia de expresar cómo nos sentimos frente a las cosas que no nos gustan, así como aprender a respetar las preferencias de los demás. Anima a los niños a aplicar este conocimiento en situaciones cotidianas para fomentar la empatía y el entendimiento mutuo.
- Esta actividad no solo ayuda a los niños a identificar y gestionar sus emociones relacionadas con las preferencias alimenticias y táctiles, sino que también promueve habilidades de empatía y respeto hacia las diferencias individuales.



## OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. CARRERA DE LOGROS.

- Si alguien se atasca en algún obstáculo, bríndales palabras de aliento y motívalos a seguir intentándolo. Pregunta ¿nos damos por vencidos? ¿Qué le decimos al supervillano de darse por vencido? “Yo puedo”. Ayúdalos a dar un esfuerzo extra.
- Una vez que todos los equipos hayan completado el circuito, celebra el esfuerzo de cada equipo, destacando la importancia de dar un esfuerzo extra.
- Al finalizar, reflexiona con los niños sobre cómo se sintieron al enfrentar los obstáculos y cómo la perseverancia les ayudó a superarlos.
- Al explicar la actividad, recuerda ayudar a tus alumnos a prevenir sus dificultades y decidir qué actitud quieren poner. ¿Qué harán si es difícil? ¿Cómo pueden apoyarse unos a otros? Y menciona lo que es trabajar en equipo.
- Antes de comenzar, enfatiza que es normal enfrentar desafíos y que es importante perseverar y no rendirse.
- Inicia la carrera y anima a los niños a superar cada obstáculo con determinación y perseverancia.





## OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. EN CASA O EN CLASE

### ○ **INICIO:**

- Anímales a expresar sus sentimientos y emociones de manera abierta.

### ○ **DESARROLLO:**

- Invita a los niños a colorear la cara que expresa desagrado mientras discuten sobre las cosas que no disfrutan comer o tocar.
- Guía una conversación donde los niños compartan por qué esas cosas específicas no les gustan. Ayúdales a identificar las razones detrás de sus preferencias y aversiones.
- Fomenta un ambiente donde los niños aprendan a respetar las preferencias de los demás. Puedes plantear situaciones hipotéticas donde alguien prefiera algo que a ellos no les gusta, y discutir cómo podrían entender y respetar esa diferencia.

### ○ **CONCLUSIÓN:**

- Concluye la actividad resaltando la importancia de expresar cómo nos sentimos cuando estamos frente a las cosas que no nos gustan, así como aprender a respetar las preferencias de los demás. Anima a los niños a aplicar este conocimiento en situaciones cotidianas para fomentar la empatía y el entendimiento mutuo.
- Esta actividad no solo ayuda a los niños a identificar y gestionar sus emociones relacionadas con las preferencias alimenticias y táctiles, sino que también promueve habilidades de empatía y respeto hacia las diferencias individuales.



# TODO ES POSIBLE

KÍNDER



HERRAMIENTAS



FORTALEZA



HAGO UN  
ESFUERZO EXTRA



PERSEVERANCIA



FLOJERA  
O RENDIRSE

SEMANA 4

TODO ES  
POSIBLE

INICIO.



EMOCIÓN

Desánimo.



MISIÓN

Festejo mis logros.

CÍRCULO HUP



- 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 el juego será de retos.
- Escoge el área donde realizarás los retos (puede ser dentro del aula, en el patio o en el gimnasio).
- Asegúrate de tener los materiales necesarios: pelotas, un bote de basura, globos, y suficiente espacio para correr y brincar.
  - Reto 1: Encestar una Pelota
  - Reto 2: Brincar Lejos o Alto: Marca una línea en el suelo desde donde los niños deberán brincar.
  - Reto 3: No Dejar Caer el Globo: El reto es mantener el globo en el aire el mayor tiempo posible sin que toque el suelo.
  - Reto 4: Correr Rápido: Marca un área para correr, asegurándote de que sea segura.
- Reúne a los niños en círculo y pregúntales cómo se sintieron durante los retos.
- Invítalos a compartir lo que disfrutaron, las dificultades que enfrentaron, y cómo se sintieron al ver a sus compañeros participar.
- Refuerza la idea de que lo importante no es ganar, sino intentarlo y disfrutar del proceso.



## EN CLASE O EN CASA

## VER EL LIBRO

- Lee el cuento y después observando las imágenes, cuáles son las diferencias.

Esta es la historia de Raúl, un niño que tiene el gran sueño de ser un escalador. Le encanta ir al parque porque hay una resbaladilla con una pared de escalada muy alta. Sin embargo, ayer fue y no logró subir la pared; se cayó. Raúl se desanimó y le pidió a su mamá que lo llevara a casa, porque pensó que no tenía sentido intentarlo de nuevo.



## TAREA

- Para la semana que entra, llevarán comida para compartir. Pregunta al maestro(a) qué día le tocará.

## 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. CARRERA DE LOGROS /RETOS

- Divide a los niños en equipos pequeños para que trabajen juntos en cada reto. Esto fomenta el trabajo en equipo, el apoyo mutuo y la cooperación. Puedes hacer que se turnen para animar y apoyar a sus compañeros.
  - **Agrega Variantes Creativas a los Retos:**
- **Reto 1: Encestar una Pelota.** Cambia la distancia o el ángulo desde el cual deben lanzar la pelota para hacerlo más desafiante a medida que avanzan.
- **Reto 2: Brincar Lejos o Alto.** Además de marcar una línea, coloca objetos en el suelo para que los niños traten de brincarlos, aumentando la dificultad gradualmente.
- **Reto 3: No Dejar Caer el Globo.** Haz que el reto sea en parejas o equipos, donde los niños deben pasarse el globo entre ellos sin que caiga al suelo, lo cual potencia el trabajo colaborativo.
- **Reto 4: Correr Rápido.** Transforma la carrera en una pequeña competencia de relevos, donde los niños deben pasar un objeto entre ellos mientras corren.
- Para mantener el interés, cambia la naturaleza de los retos o los materiales. Por ejemplo, para el reto de “No dejar caer el globo”, podrías usar otros objetos ligeros como pañuelos de papel.
- Mientras los niños realizan los retos, elogia su esfuerzo y anímalos a mejorar. Puedes ofrecer retroalimentación constructiva, señalando cómo pueden mejorar sin desmotivarlos.
- Añade música durante los retos para aumentar la energía y el entusiasmo. Cambia la música para marcar el ritmo de los retos, lo que les ayudará a mantener la atención y estar motivados.



## OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. CARRERA DE LOGROS /RETOS

- **Fomento del trabajo en equipo:** Los niños aprenden a colaborar, celebrar los logros de sus compañeros y valorar el esfuerzo de todos en lugar de los resultados individuales.
- **Desarrollo de habilidades motrices:** Los retos como encestar, brincar y correr mejoran su coordinación, equilibrio y control corporal, fortaleciendo su motricidad gruesa.
- **Estimulación de la creatividad y resolución de problemas:** Cada reto presenta desafíos que los niños deben resolver de manera creativa, lo que potencia sus habilidades para solucionar problemas.
- **Promoción de la perseverancia:** A medida que los niños enfrentan dificultades durante los retos, aprenden a persistir, a no rendirse ante los errores y a seguir intentándolo hasta completar la actividad, reforzando su capacidad para superar obstáculos.
- **Mejora de la autoconfianza:** Completar los retos, incluso después de varios intentos, refuerza su confianza en sí mismos y les muestra que pueden lograr sus metas con esfuerzo.
- **Fortalecimiento de habilidades sociales:** Reflexionar sobre los retos y compartir las experiencias fortalece la empatía, la comunicación y el apoyo mutuo entre compañeros.
- **Desarrollo de la resiliencia:** Al centrarse en el proceso más que en los resultados, los niños desarrollan la habilidad de enfrentar frustraciones y aprender de los desafíos, lo que aumenta su resiliencia emocional.



## OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. EN CASA O EN CLASE.

- Para reforzar el valor de la perseverancia en familia utilizando la historia de Raúl como ejemplo, los padres pueden seguir estas ideas:
- Después de observar las imágenes, inicia una conversación en familia con preguntas como:
  - ¿Qué diferencias notaron en las imágenes?
  - ¿Cómo se sintió Raúl después de caerse?
  - ¿Qué creen que podrían haber hecho Raúl y su mamá para no rendirse?
- Pregunta qué cosas les cuesta trabajo terminar. Tú conoces sus dificultades, ayúdales a mencionarlas.

## HÁBITOS QUE PUEDES INTEGRAR A SU DESARROLLO DE PERSEVERANCIA.

- a) Tender su cama.
- b) Ponerse los zapatos.
- c) Vestirse solos.
- d) Dormir en su recámara.
- e) Recoger su recámara.
- f) Acomodar algo.
- g) Hacer tarea.

**TU BUEN HUMOR ES  
INDISPENSABLE PARA  
FORTALECER EL VALOR DE PERSEVERANCIA Y  
REDUCIR EL DESÁNIMO.**





## OBJETIVOS Y SUGERENCIAS. EN CASA O EN CLASE.

- Compartan historias personales o ejemplos de figuras que hayan enfrentado la flojera o que se hayan dado por vencidos, para empatizar con su proceso y que vean que equivocarse es parte del aprendizaje.
- Para desarrollar **perseverancia** es importante evitar presionar a los niños; tu buen humor es indispensable. Reconoce y elogia sus esfuerzos cuando enfrenten dificultades, ayuda a fortalecer su confianza y motivación para seguir intentando, incluso cuando las cosas son difíciles.
- Ayúdales a visualizar el escenario después de ese esfuerzo extra, por ser pequeños, no visualizan a futuro como tú.
- La emoción que aparece cuando no se logra algo es el desánimo, que ellos la sienten como tristeza. La emoción del desánimo no es flojera o darse por vencido. Es una emoción que aparece cuando sentimos que no lo vamos a lograr. Para ayudarles a convivir con esta emoción, evita censurarla, mejor valida su emoción, menciónala y sé compasivo con esa emoción, para luego invitarles nuevamente a dar ese esfuerzo extra.
- Es posible que experimentes la emoción de la frustración o la desesperación. Observa sin juzgarte; es parte del proceso, también estás desarrollando hábitos.
- **Usa la regla de los 10 segundos, que significa empezar la actividad antes de terminar de contar hasta 10. Cuando nos accionamos antes de los 10 segundos, el dolor del esfuerzo se reduce y es más probable el logro. Úsalo como reto, más que como amenaza.**



## RECURSOS ÚTILES PARA ESTE MES:

**TERMÓMETRO.**

**TERMÓMETRO DE LAS EMOCIONES**

**LIBRO**

**TODOS 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



# KÍNDER

 **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**

 <b>INICIO DEL DÍA.</b>	<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>
 <b>MITAD DEL DÍA,</b>	<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>
 <b>FINAL DEL DÍA.</b>	<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>