



Gobierno de Reconciliación  
y Unidad Nacional

*El Pueblo, Presidente!*

**MINED**  
Un Ministerio en la Comunidad

DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN INICIAL

Aprendo pasito a pasito  
acerca de la sexualidad  
Educación Inicial

2



Cartilla Pedagógica  
ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA TRABAJAR  
EL DESARROLLO PERSONAL



## Mi desarrollo personal y social

El desarrollo personal y social contribuye a que las niñas y los niños se formen de manera integral, con la capacidad de aceptarse como son; aceptando a las demás personas y relacionándose de forma armónica.

### CONTENIDOS

#### Autoestima

##### Actividad 1

¿Quién soy yo? ¿Cómo me quiero?

2

#### Habilidades para la vida

##### Actividad 1

Descubro mis habilidades y cualidades y las comparto con las demás personas

6

#### Valores

##### Actividad 1

Reconozco mis valores y los de mis compañeras y compañeros

11



## Autoestima

### Actividad 1

#### ¿Quién soy yo? ¿Cómo me quiero?

**Objetivo:**

Contribuir al conocimiento de sí misma o sí mismo, de sus cualidades y las del resto de sus compañeras y compañeros.

**Materiales:**

Canción (Me miro en el espejo), hojas de papel, lápices de colores o crayolas, pega o masking tape, lápices, cuaderno.

#### Paso 1:

Reciba a niñas y niños con aplausos, y con una expresión de alegría. Dígales que les enseñará una canción llamada "Me miro en el espejo", póngale música y cántela con ellas y ellos dos o tres veces para que la puedan aprender (la letra la tiene en los recursos al final de la actividad).

Pregúnteles qué dice la canción, escuche sus respuestas, déjeles que expresen lo que quieran, lo importante es que ganen confianza, felicíteles y continúe con el siguiente paso.



## Paso 2:

Ahora invíteles a ver quién se anima a inventar una canción describiéndose cómo es ella o él, de dónde viene, diciendo el nombre de su barrio, mi mamá se llama... y mi papá se llama... Puede hacerlo usted primero para motivarlos, la intención es que continúen ganando confianza, seguridad y se animen a describirse a sí mismos, también pueden describir a una compañera o compañero, utilizando la canción que se aprendieron por si les cuesta crear una nueva.

En la descripción es bueno hacer énfasis que mencionen las partes de su cuerpo que más les gustan, sus cualidades (sociables, alegres, cariñosos, amables, jugar con otras niñas y niños, compartir y apoyarse), sus características físicas (altos, bajos, fuertes, ojos negros) y los juegos que les gustan (carreras, saltos, rondas).

Pídales que expresen y comuniquen sus ideas, que habilidades y cualidades han desarrollado en equipo, recuérdelos que cuando trabajamos en equipo debemos hacerlo cooperando, escuchando a los demás, demostrando confianza, respeto, tolerancia, e independencia entre otros para seguir aprendiendo a valorarse a sí mismo y a los demás.

## Paso 3:

Solicíteles que de forma libre y creativa realicen un dibujo relacionado al Lema (“Así somos y nos queremos como somos”) y que lo pinten. Al terminar, dígales que ahora construirán un mural de la autoestima donde colocarán todos sus dibujos (pida que se reúnan en pareja y comenten el dibujo de su pareja).

Converse con ellas y ellos sobre la importancia de querernos y aceptarnos como somos y aceptar también a las demás personas.

Invíteles a que compartan con sus familiares, amigas y amigos lo que han aprendido. Refuerce lo que significa autoestima con las ideas fuerza que tiene al final de la actividad.

## Paso 4:

Valore la participación de niñas y niños, invíteles una vez más a cantar lo que aprendieron al inicio de la actividad y felicíteles por el trabajo realizado.

*Ideas fuerza*

**Información básica:**



Conocer nuestra identidad personal supone reconocernos como personas únicas y diferentes a las demás, algo que puede ser difícil de comprender para las niñas y niños.

Para lograrlo es necesario que manejen información sobre aspectos básicos de su identidad, como su sexo, su nombre, el de los miembros de su familia, el del barrio o comarca donde viven y la dirección de su casa, entre otros aspectos. Conocer estas cosas les dará seguridad.

Explíqueles que los ejercicios que hicieron forman parte de la autoestima, que es la valoración que cada persona hace de sí misma, así como la capacidad de descubrirnos, conocernos, aceptarnos, querernos, valorarnos y respetarnos a nosotros/as mismos, solo así podremos querer, valorar y respetar a los demás y ellos también nos podrán aceptar, valorar y respetar.

Converse con ellas y ellos sobre las habilidades sociales y las expresiones faciales de emoción: alegría, enojo, miedo y tristeza y cómo debemos comportarnos cuando observamos una de esas expresiones en las caritas de nuestras/os compañeritas/os.

*Canción*

*“Me miro en el espejo”*

Me miro en el espejo,  
me quiero conocer,  
saber qué cara tengo,  
y de qué color es mi piel. [...]

Me miro en el espejo,  
me quiero como soy,  
“qué importa si soy flaco  
o hermoso”.

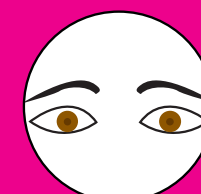
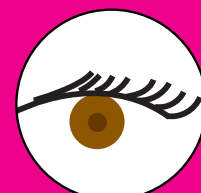
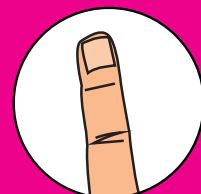
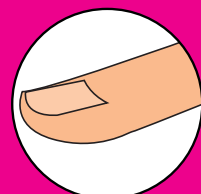
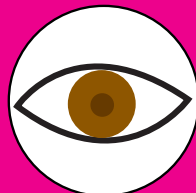
¡qué importa si soy flaca  
o hermosa;

Así soy yo; Así soy yo.

¡Mucho gusto! Yo soy Juan o Juana  
y encantado en conocerme

Porque así soy yo

Letra: Hugo Midón / Música: Carlos Gianni.



# Habilidades para la Vida

## Actividad 1

### Descubro mis habilidades, cualidades y las utilizo para llevarme bien con mis compañeras y compañeros

#### *Objetivo:*

Contribuir al conocimiento y aceptación de sus habilidades y cualidades para compartirlas con compañeras y compañeros.

#### *Materiales o recursos:*

Papelógrafos, pega y cinco piezas de la cara (un círculo para la silueta de la cara, dos ojos, una boca y una nariz). Ver imágenes al final de la actividad.

### Paso 1:

Organice tres equipos de trabajo, la actividad consiste en que entre todas las niñas y niños de cada equipo construyan una cara.

A cierta distancia, habrá una mesa con un papelógrafo y al lado, una pequeña caja para cada equipo con las diferentes partes de la cara, en total serán cinco piezas: un círculo para la silueta de la cara, dos ojos, una boca y una nariz.

A la cuenta de 1, 2, 3 la primera niña o niño de cada equipo se acercará a la mesa y colocará la primera pieza (el círculo), el segundo participante saldrá a colocar otra pieza y así sucesivamente.

Conforme vayan saliendo los integrantes de cada equipo a colocar las diferentes partes, los demás que están en la fila observando,

podrán ayudar motivándoles y diciéndoles: “ahí, más abajo o más arriba”. Finalizan cuando cada equipo haya formado la cara correctamente. Les puede preguntar cómo se sintieron y qué les ayudó a cumplir la actividad, invíteles al siguiente ejercicio.

## Paso 2:

Solicite que cada equipo pegue el papelógrafo en la pared o en un lugar visible, converse con ellas y ellos sobre las diferentes caras construidas. ¿Qué emociones o sentimientos están expresando? ¿Qué creen que les puede estar pasando? Pida que todas y todos imiten las expresiones de las caras que construyeron (cara triste, alegre, enojada), pregúnteles cuál les costó representar y si, en algún momento, han reconocido esa expresión en una persona muy querida.

Felicítele por su participación y expréseles que hoy han demostrado que tienen muchas habilidades y cualidades como trabajar en equipo al construir entre todas y todos las caras, motivarse unos a otros, comprender las expresiones de las emociones, darse cuenta que también pueden comunicarse sin hablar y que es importante conocer estas habilidades y cualidades para seguir poniéndolas en práctica.

## Paso 3:

Continúe con este otro ejercicio para que niñas y niños sigan practicando sus habilidades.

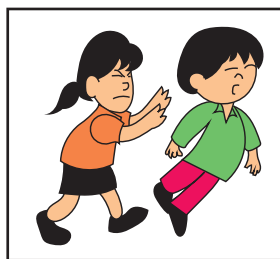
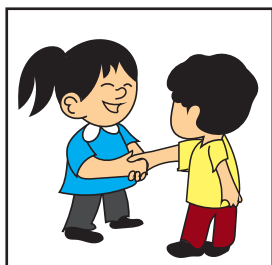
Juntarse en pareja A y B. La pareja A imita la expresión de una de las caras que construyeron y la pareja B le dice una frase, le da un beso, un abrazo, o un regalo simbólico para animarle a que cambie la expresión de la cara si está triste o enojada. Luego se intercambian los roles.

Converse con las niñas y los niños sobre la importancia de conocer nuestras habilidades, valores y cualidades. Y el hecho de compartirlos con las y los demás nos hará sentirnos bien con nosotras y nosotros mismos.

Indíqueles que compartan con sus familiares, amigas y amigos, lo que han aprendido.

### Paso 4:

Presénteles imágenes o láminas con un repertorio de acciones correctas e incorrectas para que las niñas y los niños las observen y puedan clasificarlas.



Seguidamente, propóngales hacer un círculo donde todas y todos abrazados, digan en un solo golpe de voz “nos queremos mucho y por eso nos respetamos”. Repítalo dos veces, valore la participación de niñas y niños.

Felicítele por el trabajo realizado, pregúnteles cómo se sintieron y qué fue lo que más les gustó.

Valore la participación de niñas y niños, identifique si las acciones que realizaron en toda la actividad demuestran que entendieron el tema.

*Ideas fuerza*

**Información básica:**



Las habilidades son destrezas que ayudan a las personas a relacionarse, comunicarse, convivir, realizar diferentes acciones y lo más importante, que las pueden compartir con las y los demás.

Las habilidades para la vida en las niñas y niños se manifiestan en la comunicación, al trabajar en equipo, al participar y compartir en los juegos y actividades que realizan en común, al identificar sus emociones, al conocerse a sí mismo y a las demás personas, al practicar valores como el respeto, la solidaridad, la amistad, la responsabilidad y sobre todo cuando aprenden a mostrar afecto y a quererse para vivir en armonía.

Cuando se trabaja y reflexiona sobre las habilidades y cualidades, se contribuye al fortalecimiento de la autoestima en niñas y niños. Como docentes y educadores comunitarios de Educación Inicial, podemos propiciar el desarrollo de las habilidades realizando actividades o juegos que les ayuden a interactuar con las y los demás.

Las habilidades sociales incluyen acciones como: pedir permiso, compartir, ayudar a los demás, el autocontrol, decir cómo se siente, qué no le gusta o le molesta, responder las bromas adecuadamente, evitar problemas con los demás, defender sus derechos, negociar, no entrar en peleas, sentir y pensar antes de actuar.

Las *cualidades* y *habilidades* son los aspectos positivos del comportamiento, modo y destreza de una persona, describamos algunas de ellas:

*La confianza en sí mismo:* Niñas y niños deben sentirse bien, seguros y capaces de hacer lo que les gusta.

*Independencia:* Niñas y niños deben aprender a hacer las cosas por sí mismos.

*Motivación:* Niñas y niños deben mostrar interés en aprender.

*Curiosidad:* Niñas y niños tienen una curiosidad natural, la cual debemos estimular para que aprendan a descubrir su entorno.

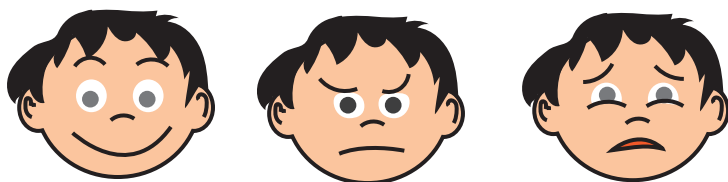
*Perseverancia:* Niñas y niños deben aprender a terminar lo que han comenzado.

*Cooperación:* Niñas y niños deben saber cómo llevarse bien, aprender a compartir y colaborar con los demás.

*Otros recursos*

Caras con expresiones (alegre, enojada y triste).

### Emociones



## Mis valores

### Actividad 1

#### Reconozco mis valores, los de mis compañeras y compañeros

*Objetivo:*

Reconocer los valores personales a fin de ponerlos en práctica en la casa, la escuela y la comunidad.

*Materiales:*

Imágenes, televisor de caja de cartón, cuento “El León y el Ratoncillo”.

#### Paso 1:

Reciba a niñas y niños con amabilidad y dígales que estén atentos a escuchar el cuento “El León y el ratoncillo”, prepare con anticipación una caja de cartón mediana, le abre un cuadro en el centro simulando un televisor y desde ahí les cuenta el cuento. Esto con el fin de motivarles más, al finalizar pida que alguien de forma voluntaria diga de qué se trataba el cuento y pase al siguiente ejercicio.



## Paso 2:

Converse con ellas y ellos sobre el cuento, ¿quiénes eran los personajes?, ¿qué valores identificaron?, ¿en qué parte del cuento el ratón mostró su agradecimiento y solidaridad con el león?, ¿cuándo se volvieron amigos?

A partir de sus respuestas, dé una breve explicación de lo que son los valores, haga una reflexión sobre la importancia de reconocer los valores, lo que significa cada uno y cómo podemos ponerlos en práctica en el hogar, escuela y comunidad.

## Paso 3:

Presénteles las imágenes o láminas que tiene en los materiales al final de la actividad u otras que usted tenga, para que las observen, compartan lo que ven y, si en ellas pueden distinguir algunos valores, que los mencionen. Pida que escojan a una o un compañero para formar pareja y muéstreles de nuevo una a una las imágenes para que ellas y ellos imiten lo que ven (lámina abrazándose, besándose, siendo generosos, atentos, amables y respetuosos). Motíveles a realizar o imitar cada gesto de afecto, dígales que no tengan pena de hacerlo.

Felicítele y mencione los valores que están presentes en las imágenes, explicando la importancia de reconocerlos y ponerlos en práctica todos los días con las personas con quienes nos relacionamos en la casa, la escuela y la comunidad.

Pídales que al llegar a casa, compartan con sus familiares los valores aprendidos y algunas de las muestras de afecto que observaron en las imágenes, como dar un abrazo a su mamá, papá, hermanas y hermanos. Invítelos a ponerlos en práctica.

Facilítele más información con las ideas fuerza que tiene al final de la actividad.

## Paso 4:

Motive la participación de las niñas y los niños preguntando si recuerdan lo que hicieron en esta actividad, que mencionen algún valor que más les haya llamado la atención. Felicítesles por sus aportes y participación.

### *Ideas fuerza*



### **Información básica:**

Los valores guían nuestra vida y nos ayudan a llevarnos bien con las personas para vivir en paz y armonía.

Algunos de los valores que debemos promover son: el amor, la tolerancia, la solidaridad, el respeto, la honestidad, la amistad y la responsabilidad.

*Amor:* Es mostrar afecto y cariño a las personas que nos rodean.

*Tolerancia:* Es respetar las diferentes opiniones, aunque no estemos de acuerdo.

*Solidaridad:* Es ayudar a las demás personas, sobre todo en momentos difíciles.

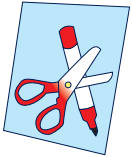
*Respeto:* Es reconocer el valor que tienen las demás personas sin importar el sexo, discapacidad, edad y color de piel. Se debe fomentar el respeto hacia sí mismo, hacia los demás y a la naturaleza.

*Honestidad:* Es decir la verdad siempre, aunque a veces nos cueste reconocer que hemos cometido un error.

*Amistad:* Es la relación desinteresada, de confianza y respeto que existe entre dos o más personas.

*Responsabilidad:* Es aprender a comportarse de forma adecuada, y a cumplir con las obligaciones de cada día, como hacer los deberes, lavarse los dientes, ordenar lo que se ha utilizado, entre otros.

### Recursos



## Cuento "El león y el ratoncillo"

En una selva muy lejana habitan algunos leones muy grandes, de afilados dientes y cazadores de pequeños animales, entre ellos los ratoncillos. Ellos son pequeños y juguetones, se la pasan todo el día jugando y jugando por toda la selva. Un día descansaba un león muy grande y los ratoncillos, quienes estaban jugando a esconderse y encontrarse, jugueteaban alrededor del león que descansaba después de un largo día de caza. A uno de ellos se le ocurrió esconderse en la melena grande del león y allí se quedó un rato, tan inquieto el ratoncillo, que el león de muy mal humor y con mucha rabia encontró al pequeño que se había ocultado en su melena, ya

acorralado, cansado de huir del feroz y molesto león, se rinde y le dice:

¡León!, ¡León...! por favor no me coma, déjeme vivir y seguro yo podré ayudarle en lo que desee o necesite! De una sola vez, el león lo observa y le dice: ¿En qué podrá ayudarme, un pequeño e insignificante ratoncillo como vos? El ratoncillo asustado le dice: ¡aún no lo sé!... Pero seguramente encontraré un día algo que hacer por usted, sólo le suplico me deje vivir y no va a arrepentirse.

El león ya no estaba de mal humor y le dio por reír, al final dejó ir al ratoncillo, porque le había parecido muy gracioso.

Una tarde, unos cazadores colocaron redes y trampas por toda la jungla. El león, mientras corría cazando en su larga carrera, cayó sin querer en una red que lo elevó muy alto y no podía salir. Al encontrarse casi vencido, rugió muy fuerte y se oyó en toda la jungla.

Todos los animalitos escucharon el rugido. Incluso, aquel pequeño ratoncillo que hacía unos pocos días el león había permitido vivir. Corrió y corrió, antes de oscurecer en la jungla y al fin halló al león en la red atrapado, indefenso y resignado a que los cazadores lo mataran muy pronto.



El ratoncillo al encontrar al león, le dice: ¡Usted me dejó un día vivir, yo permitiré que viva muchos años más, seré agradecido, nunca olvidaré eso!

Enseguida muestra sus afilados dientes, de varios cortes y muy rápidamente, cortó varias cuerdas de la red hasta que el león pudo salir tranquilo, aunque apurado.

Desde ese día el león y el ratoncillo son buenos amigos y ya ningún león intentó comer un ratón. El león vivió agradecido con el ratoncillo toda su vida.



# EN Victorias! Educativas Por Gracia de Dios!



/MinedNicaragua



@MinedNicaragua



@MinedNicaragua



www.mined.gob.ni

Con la cooperación técnica y financiera de



Fondo de Población  
de las Naciones Unidas  
Nicaragua