

**FORTALECIENDO LA AUTOESTIMA DE LOS NIÑOS POR MEDIO DE
ESTRATEGIAS LÚDICAS, SE FAVORECE EL AUTOCUIDADO**

SANDRA PATRICIA BLANDON GUTIERREZ

**ESCUELA NORMAL SUPERIOR ANTIOQUEÑA
PROGRAMA DE FORMACIÓN COMPLEMENTARIA**

MEDELLÍN

2021

|

NOTA DE ACEPTACIÓN.**Firma del presidente del jurado****Firma del jurado****Firma de jurado.**

Medellín junio del 2021

|

DEDICATORIA

Dedico este proyecto a Dios que en su infinita misericordia me ha acompañado en este proceso, a mi familia que ha estado a mi lado sosteniéndome y dándome fuerzas para no desfallecer y poder cumplir mi sueño de ser maestra y transformar futuras generaciones.

AGRADECIMIENTOS.

Mi agradecimiento va dirigido a aquellas personas que creyeron en mí y me acompañaron para lograr mis metas. A la escuela Normal superior Antioqueña por enseñarme con sus maestros y filosofía que ser maestro es más que una profesión es una vocación que se lleva con orgullo. A Doña Yolanda y Don Mauricio rector de la institución educativa Rosalía que me impulsaron a formarme para ser mejor persona para el futuro. Un agradecimiento especial para todos mis maestros formadores desde mi inicio en este proceso hasta el final porque son ellos los que me están forjando como aquella piedra preciosa que se pule a cada instante. Mis compañeros de estudio, ámbito laboral que se volvieron en mis ángeles terrenales.

Sandra Patricia Blandón Gutiérrez.

|
ÍNDICE

ÍNDICE.....	3
INTRODUCCIÓN.....	5
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	9
Formulación Del Problema.	9
Delimitación Del Problema.	10
Objetivo General:	10
Objetivos Específicos:.....	11
Justificación:.....	11
Antecedentes.....	14
Internacional:	14
Nacional:	15
Regional:	16
CAPÍTULO II: MARCO DE REFERENCIA.	17
Referentes contextuales:.....	20
El autocuidado:.....	20
La lúdica:	20
La autoestima:	21

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	22
3.1 Diseño Metodológico.....	22
3.2 Población y Muestra.....	25
3.3 Técnicas e Instrumentos De Recolección De Información.	26
Entrevista Libre.....	26
La Colcha De Retazos.....	26
Fotolenguaje:	27
Nube De Palabras:	28
3.4 Análisis De Resultado.....	28
CAPÍTULO 4: CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES, SUGERENCIAS.	34
4.1 Propuesta:	34
4.2 Análisis de Resultados.....	35
4.3 Conclusiones.....	38
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	39
ANEXOS.	41

|

INTRODUCCIÓN.

La presente investigación se refiere al tema *“fortaleciendo la autoestima de los niños por medio de estrategias lúdicas se favorece el autocuidado.”* Al inicio del proyecto se evidencia patrones de comportamiento en algunos estudiantes de 2B de la Institución Educativa Carlos Pérez Mejía, Sede Rosalía. Las conductas más alarmantes detectadas fueron: el retraimiento para el aprendizaje, pocas habilidades sociales y la manera recurrente de los niños el “no puedo”.

El proyecto es importante puesto que ayuda a los niños por medio de lúdicas a participar en el trabajo grupal, se reconocerán a ellos mismos y al compañero, sus fortalezas y debilidades, para cambiarlas en oportunidades por medio de trabajos cooperativos e individuales para el crecimiento personal y superación de su autoestima.

Aquí en este trabajo investigativo se hallaron dificultades actitudinales de los estudiantes, pero a su vez se plantean unas series de respuestas y que fueron aplicadas durante la investigación, dando solución a una parte de la problemática sobre el desinterés por la vida y para lo que nos concierne académicamente una gran probabilidad que existe para acabar con el retraimiento académico y desconcentración del niño.

Cabe agregar que el proyecto cuenta con cuatro capítulos los cuales se trabajaron especialmente en investigaciones de la problemática vivenciada en este plantel educativo y así buscar posibles soluciones a dicho tema para fortalecer la sana infancia desde su autocuidado trabajada desde la autoestima.

Para el primer capítulo de este proyecto se vio en la obligación de plantear la pregunta problematizadora teniéndole en cuenta sus objetivos.

Aquí cabe mencionar su objetivo general que dice: *Implementar estrategias lúdicas que*

|
contribuyan con el fortalecimiento de la autoestima y que posibiliten el autocuidado en los niños de 2B de la Institución Educativa Carlos Pérez Mejía, sede Rosalía Suárez. Teniendo en cuenta los antecedentes.

Internacional: Mejorar la autoestima y auto concepto a través del juego en el aula infantil. Realizado por Marisa Chico Gutiérrez (2015). Nacional El Juego Simbólico Para El Fortalecimiento De La Autoestima En Niños De Transición, De La I.E.D. Marco Tulio Fernández, Sede B, Jornada Mañana, De Bogotá, cuyo autor es Julio Cesar Sáenz Parra (2015). Regional: Los niños y niñas cuentan su experiencia de participación. Por Jazmín Franco, Kelly Herrera (2013).

Encontraremos en el segundo capítulo que lleva unas variables como La autoestima, lúdica y autocuidado las cuales sostiene los teóricos Ausubel con el aprendizaje significativo, y los seis pilares básicos de la autoestima, de Nathalie Branden.

Teniendo como tercer capítulo la metodología de la investigación Logrando obtener La investigación cualitativa de la vida cotidiana. Se toma el método inductivo en el que se plantea un estudio desde lo particular a lo general, se inició con la observación actitudinal de su población los estudiantes del grado segundo de la sede Rosalía. En este tercer capítulo hace referencia a su población y muestreo. Tomamos un muestreo no probabilístico (Ochoa, 2015) para esto seleccionamos un subgrupo, qué son los estudiantes de 2B de la sede Rosalía se encuentra conformado por un total de 30 estudiantes ,7 niños y 23 niñas tiene un promedio de 7 y 8 años de edad. Aunque tenemos 30 estudiantes y se les da la misma oportunidad como dice el muestreo consecutivo sólo fueron seleccionados 20 niños que son los que evidencian la necesidad de una orientación por medio de lúdicas educativas que favorezcan el autocuidado y fortalezca su autoestima.

|

Para esto se ha creado una entrevista de primera mano con la docente Luz Diony Bedoya, maestra del grado 2B del Plantel Educativo Carlos Pérez Mejía. Que nos arrojó datos súper importantes de sus estudiantes y sus actitudes con respecto a lo académico y los aconteceres del diario vivir de sus niños. También se llevaron a cabo unas técnicas de información y recolección de información que fueron desarrolladas dentro del aula. Técnicas las cuales se trabajaron en la colcha de retazos, la foto lenguaje y nube de palabras y por medio de ellos se evidencio que los resultados fueron positivos para el proceso de investigación, si se debe y puede trabajar el autocuidado en los niños para fortalecer su autoestima por medio de estrategias lúdicas.

Cuarto capítulo conclusiones, recomendaciones, sugerencias. Se debe decir que la institución trabaja en el campo formativo, con el área de proyecto de vida. Pero se puede aportar al plantel una serie de actividades lúdicas por medio de un fichero que se organizó como herramienta clave para el proceso pedagógico y orientación al maestro de primera, y segunda infancia, teniendo en cuenta que estas edades son las bases primordiales para trabajar en el niño su descubrimiento personal que va hasta su adultez.

Teniendo todo el proceso en cuenta, se lleva unas pautas como las actividades del fichero lúdico es una herramienta de estrategias , para crear, orientar el proceso de aprendizaje donde los niños inmersos en las actividades aumentaron su autocuidado y por ende elevará su autoestima, y que el resultado es una gran satisfacción, al bienestar para avivar el gran potencial de los estudiantes, y para hacer de ellos unas personas seguras y con criterio para dar solución a cada eventualidad de su vida cotidiana, creando así niños más felices, seguros de sí mismos con buen desempeño intelectual, adultos con amor propio y personas íntegras a la sociedad.

En este proyecto se encuentra una propuesta viable para fortalecer la autoestima de los

|
niños por medio de diferentes técnicas lúdicas basadas en el autocuidado, como herramienta para el crecimiento personal y académico de los niños de 2B, claro haciéndose con un buen acompañamiento de los maestros y se puede llevar como un trabajo de aula o proyecto institucional ya que puede transversalizar a cualquier área.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Formulación Del Problema.

La pregunta de este proyecto empezó con la identificación de patrones de comportamiento en los alumnos del grado 2B, de la Institución Educativa Carlos Pérez Mejía, sede Rosalía Suárez; las conductas más alarmantes detectadas fueron: el retraimiento, las pocas habilidades sociales, la recurrente frase “no puedo” se hizo el análisis de que estos pequeños y se evidenció que no tenían motivación ni interés por sus vidas ya que constantemente ellos se hacían la pregunta ¿para qué la vida?; si todo es igual.

Cabe mencionar que la institución incluye dentro de su proceso formativo, el área de proyecto de vida, donde se propende por el mejoramiento de la autoestima, sin embargo, no hay una línea guía que los maestros puedan seguir en este tema, es de manejo personal e individual.

Por lo que, se parte de un interés profundo en dicho grado por aprender y fomentar la autoestima por medio de estrategias pedagógicas interesantes y acordes a la edad de los niños, para generar en ellos aprendizajes significativos; y por ende, propiciar mejores procesos formativos en ellos, que posibiliten que sean individuos con la capacidad de reconocerse como seres con cualidades y defectos, pero con grandes potencialidades; con amor por sí mismos que los lleve a cuidar de sí y del otro como medio para ser sujetos que se desenvuelven asertivamente en el entorno; respetuosos y valiosos para la sociedad.

Además, tener una autoestima fortalecida es indispensable en la vida de cualquier niño porque mejora su percepción emocional de sí mismo lo que favorece la manera en que se relaciona con su entorno, y también propicia un ambiente sano para su formación cognitiva. Es importante resaltar también que aquellos niños que tienen una autoestima bien cimentada están en la capacidad de afrontar nuevos retos y con ello, desarrolla habilidades nuevas para mejorar su

|
desempeño en aquellas áreas en las que necesitan mayor trabajo, para lograr esto es fundamental que el docente evite hacer comparaciones entre estudiantes, sin dejar de resaltar el esfuerzo o los resultados de sus alumnos.

El desarrollo de la autoestima depende principalmente de la forma en que el niño es tratado en diferentes entornos (social y familia), por ello, es necesario que los maestros aprendan a involucrarse de una manera sana para enseñarle a los niños a manejar las situaciones de dificultad que puedan enfrentar en diversos aspectos, para eso deben tener claro que no es correcto, bajo ninguna circunstancia, utilizar un lenguaje ofensivo o que desvalorice al pequeño ya que esto será interiorizado y los dejará marcados durante toda su vida.

Las recomendaciones básicas que debe tener en cuenta el maestro durante su estancia con los estudiantes son: Corregirlo si es necesario, pero no usar lenguaje ofensivo, Ponerle metas objetivas y acordes a su edad, para que sean capaces de cumplirlas, Expresarle orgullo cuando logre sus objetivos.

Delimitación Del Problema.

¿Cómo implementar en el aula de clases estrategias lúdicas que ayuden con la autoestima y que conlleven al autocuidado en los niños de 2B de la Institución Educativa Carlos Pérez Mejía, sede Rosalía Suárez?

Objetivos.

Objetivo General:

Implementar estrategias lúdicas que contribuyan con el fortalecimiento de la autoestima y que posibiliten el autocuidado en los niños de 2B de la Institución Educativa Carlos Pérez Mejía, sede Rosalía Suárez.

Objetivos Específicos:

Identificar los factores que generan baja autoestima y que no permiten a los niños superarse y tener tolerancia a la frustración.

Reconocer el esfuerzo y no solo el resultado que cada niño manifiesta en su proceso formativo para el reconocimiento de sus fortalezas y debilidades.

Proponer diversas actividades lúdicas en el salón de clase que conlleven al reconocimiento de las propias potencialidades y al cuidado de sí entre los niños.

Justificación:

Es importante afianzar la autoestima en los niños desde una edad temprana, esto mejora su estado emocional, le da seguridad a la hora de relacionarse con diferentes personas, el entorno y ayuda a fortalecer sus habilidades cognitivas. La autoestima ayuda a los niños a ser resilientes, autosuficientes y a tener una actitud positiva frente a los retos que deban afrontar en su vida.

Teniendo en cuenta que la autoestima se fortalece o debilita a través de las experiencias de vida, es necesario robustecer en ellos dicho valor durante la etapa de la niñez, para que desde pequeños aprendan a amarse, valorarse y aceptarse, traducándose en la capacidad de lograr los objetivos que se propongan, contemplando para ello actividades lúdicas como mecanismos que favorecen el acercamiento al otro y a la construcción del reconocimiento de sí (autoestima y autocuidado).

Por ello, este trabajo se realiza bajo la motivación de fortalecer la autoestima de los niños del colegio Rosalía del curso 2B, debido a que se identificaron patrones de comportamiento en

|
los alumnos tales como: el retraimiento, las pocas habilidades sociales, la recurrente frase “no puedo” por medio de análisis se evidenció que no tenían motivación ni interés por sus vida, por esta razón se busca reconocer los factores que generan baja autoestima que iban acorde con sus actitudes en el aula de clase. Dentro de la investigación se trabajará en favorecer las concepciones que los niños tienen sobre sí mismos, dejando de lado esas ideas restrictivas que impiden a los niños impulsar diversas áreas de su vida e inculcar la idea de que el esfuerzo es tan valioso como el resultado, con el fin de que ellos entiendan que cuando no pueden superar un obstáculo en el primer intento lo podrán lograr paso a paso.

Al respecto, la institución educativa Rosalía está ubicada en el municipio de Bello – Antioquia, atiende, en su gran mayoría, a niños y jóvenes de estratos socioeconómicos 1, 2 y 3 que corresponden a familias de escasos recursos, donde ambos padres deben trabajar y ello genera un ausentismo en la vida de los hijos. La institución se apoya en el método educacional - constructivista, ya que, los educandos juegan un papel protagónico en la tríada profesor - estudiante – contenido, se busca que los niños potencien al máximo sus capacidades, por esta razón, el control se les va concediendo a medida que ellos se vayan apropiando de los temas, esto se hace mediante exposiciones donde los alumnos expliquen determinados temas, claro está, siempre acompañados por el docente para apoyarlos en las dudas que puedan tener y de esta manera ellos construyen su propio aprendizaje.

Un contexto de especial relevancia en el desarrollo del auto concepto y la autoestima, lo constituye el ámbito escolar. La imagen que de sí mismo ha comenzado a crear el niño en el seno familiar continuará desarrollándose en la escuela a través de la interacción con el profesor, el clima de las relaciones con iguales y las experiencias de éxito y fracaso académico (Machango, 1991). Lo más impactante de este trabajo es el factor escucha, la lúdica y el fomento del

|
reconocimiento de sí y del otro mediante acciones que los lleven al cuidado de sí y de los demás; ya que el papel protagónico lo tienen los niños, pues es al maestro que le corresponde observar a todos y cada uno de sus estudiantes para ver si tienen la autoestima alta o baja de acuerdo al trato recibido en sus casas; así que los alumnos mencionaron el cómo se sienten y escucharán a sus compañeros hablar de la percepción que tienen de ellos, sus cualidades, aptitudes y capacidades y todo esto se realizará en un ambiente de lúdica y juego.

Por último, es importante, desde lo planteado en la legislación colombiana. En la Constitución

Política de 1991 en el artículo 44 se habla de los derechos fundamentales de los niños y entre ellos es importante destacar, para el presente trabajo, el de la educación, la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. En el artículo 52 menciona que las actividades recreativas tienen como función la formación integral de las personas.

Se cuenta también con la Ley general de educación 115 de 1994, manifiesta que la educación es un proceso permanente de carácter personal en donde se ven involucrados los aspectos sociales y culturales, allí se cimientan las bases para una persona íntegra que conoce sus derechos y deberes. En el artículo 14 de esta ley, apartado b se dictamina que es de enseñanza obligatoria el aprovechamiento del tiempo libre, la recreación y el deporte. También se constituye, en el artículo 21, apartado i que uno de los objetivos de la educación básica primaria es el conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

También se encuentra la ley 181 de 1995, la cual dictamina disposiciones para el fomento del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, menciona en el artículo 18 que

|
los establecimientos educativos deben contar con infraestructura apta para que los alumnos puedan recrearse en un ambiente apropiado.

Por último, también es importante mencionar el Decreto 1075 de 2015 que tiene por objeto dotar al sector educativo de un servicio de calidad y sin deserciones. Es importante el artículo 1.1.1 que menciona la importancia de generar un ambiente de calidad para que los niños participen de actividades culturales que permitan una recreación sana. El artículo 2.3.3.2.2.1 reconoce el juego como dinamizador de la vida que constituye conocimientos y permite que los niños se encuentren con ellos mismos.

Antecedentes.

En este capítulo se encuentran algunos antecedentes que nos enseñan diferentes ámbitos y nos demuestran la importancia, que, a su vez, cómo se desarrollan sus espacios.

Internacional:

Mejorar la autoestima y auto concepto a través del juego en el aula infantil. Realizado por Marisa Chico Gutiérrez (2015). Cuyo objetivo fue mejorar la autoestima y el autoconcepto a través del juego en el aula infantil. Realiza su proyecto de grado mediante una propuesta de intervención educativa sobre la baja autoestima y el autoconcepto, denominada “Mejorar autoestima y autoconcepto a través del juego en el aula infantil”. Hace referencia a cómo los docentes pueden trabajar la autoestima en los niños desde edades tempranas (5 y 6 años), aprovechando el tiempo de aprendizaje en el aula de clase a través del juego. La autora concluye que los niños enfrentan un fracaso académico debido a la baja autoestima y la mejor manera de trabajar en estos problemas es evitando que aparezcan desde una edad temprana.

|
También cree que las instituciones educativas deben trabajar de la mano con los padres de familia en la formación integral del niño, propone que el maestro no solo debe ocuparse del crecimiento académico, sino también de la salud emocional de sus alumnos, ya que, esto aumenta las probabilidades de tener niños más felices y por tanto más seguros de sí mismos a la hora de aprender diversos temas en el aula de clase. Este trabajo de grado es un gran apoyo debido a que la autora investigó cómo mejorar la autoestima mediante el juego y las edades en las que se enfocó concuerdan con las edades que se trabajarán, ella propone una serie de juegos y actividades que pueden ayudar a dar solución al problema inicial.

Nacional:

El Juego Simbólico Para El Fortalecimiento De La Autoestima En Niños De Transición, De La I.E.D. Marco Tulio Fernández, Sede B, Jornada Mañana, De Bogotá, cuyo autor es Julio Cesar Sáenz Parra (2015). El objetivo fue establecer qué modificaciones se obtienen al aplicar una propuesta didáctica orientada a fortalecer la autoestima, en un grupo de niños de transición, de la Institución Educativa Distrital Marco Tulio Fernández, sede B, jornada mañana, de Bogotá. En resumen, muestra la importancia del juego en los niños en edad escolar. Dándole gran importancia al trabajo individual, ya que fomenta la superación de obstáculos que se les puedan presentar a lo largo de la vida, esto genera autoconfianza que posteriormente se ve reflejada en los trabajos grupales. Se llega a la conclusión de que el fortalecimiento de las habilidades individuales potencia las destrezas grupales de los alumnos y enfatiza en la importancia que hay en hacer este proceso a una temprana edad.

|

Regional:

Los niños y niñas cuentan su experiencia de participación. Por Jazmín Franco, Kelly Herrera (2013). El objetivo fue reconocer y comprender los relatos de 4 niños de 5 años, las experiencias de participación que ellos mismos identifican en las interacciones con algunas personas significativas en la familia y escuela. En resumen, se investiga la participación infantil en los primeros años de vida para entender el rol que los niños y niñas cumplen en sus familias y escuelas, esto se lleva a cabo en la institución educativa Josefa Campos del municipio de Bello. Se concluye que, los niños que tienen mayor participación en sus familias y escuelas tienden a tener la autoestima más fortalecida, también encuentran que el juego potencia las habilidades de participación e interacción. Este trabajo es de gran **soporte**, ya que, afirma que la autoestima está ligada con la participación que los niños tengan en su entorno y esa las habilidades de interacción se desarrollan mediante el juego.

CAPÍTULO II: MARCO DE REFERENCIA.

EL marco teórico estará basado en el autor (Ausubel, 2019) fue un psicólogo estadounidense que contribuyó en el método constructivista – *“la labor educativa no parte de cero, puesto que los alumnos tienen una serie de experiencias y conocimientos que afectan su aprendizaje y pueden ser aprovechados para su beneficio”* elabora un mejor proceso formativo en los niños, le facilita a la capacidad de reconocerse como personas con muchas cualidades, y también con defectos, acrecentado en sus potencialidades; cultivando su amor propio que los lleve a cuidar de sí y del otro, aprenden a aceptar y trabajar en su entorno superando los obstáculos que se le dan en su contexto, se relaciona y desenvuelve en la sociedad con mayor fluidez.

Además, tener una buena autoestima es importante para la vida de cualquier niño porque mejora su percepción emocional de sí mismo, y también propicia un ambiente sano para su formación cognitiva y obtener buenos aprendizajes significativos para llevar a cualquier situación de su vida.

También se hace referencia al autor (Branden, 1995) Autor de los 6 pilares de la autoestima, donde nos afirma que *“ Vivir de manera consciente. Uno de los pilares básicos de la autoestima se asienta sobre la práctica de aumentar el grado de consciencia sobre el presente”*, él fue un psicoterapeuta de origen canadiense, escribió múltiples libros de autoayuda y ética, pero su enfoque principal fue el estudio de la psicología de la autoestima. Enseña cómo trabajar en el mejoramiento de la autoestima, el autocuidado y nos plantea diferentes pilares para fortalecer la autoestima.

|

Asegura que la autoestima es un estado en el que la persona no está en guerra consigo misma, ni con los demás significa autoestima sana y el autocuidado es de gran vitalidad para las personas porque cada uno es responsable de tener su cuerpo y su mente sana, pues nadie cuidará otro cuerpo de la misma manera que cuida el suyo. También habla de la disposición de ser competente entre los demás y adaptarse a los desafíos de la vida cotidiana, la realidad de ella misma y de todos, es importante sentirse merecedor de toda felicidad que nos rodea. Habla que hay personas grandes llenas de bendiciones y que se sienten pequeñas e inútiles, aunque el resto de la gente los ve diferente, es decir lo ve grande y ejemplar, esta clase de personas están sumidas en una derrota y lo puede llevar a la autodestrucción, lo más es que desde niños podemos incubar este trastorno y dejarlo en el interior hasta la adultez. Para estas personas se pueden trabajar con los 6 pilares:

1. Vivir conscientemente – vivir aquí y ahora

Aceptar tus errores y asumirlos como retos para mejorar y conocerse a sí mismo.

2. Aceptarse a uno mismo

Es necesario vivir en paz con el fin de ser compasivos y amables con nuestro propio ser.

3. Autorresponsabilidad – Aceptar la responsabilidad de uno mismo

Es necesario ser responsable de nuestros sentimientos y acciones

4. Autoafirmación: Hace referencia a la importancia que tiene el respeto de nuestros deseos y necesidades.

5. Vivir con propósito – vivir con visión

Es necesario tener metas claras, objetivas, definidas y alcanzables en cada aspecto de la vida.

6. Integridad personal – Nunca fallar a tus valores

|

Debe haber una coherencia entre nuestros valores y nuestras acciones.

El autocuidado es muy importante para la persona si miramos su origen o su providencia se le dará sentido y forma a este término en autocuidado es una palabra griega "auto" significa "propio" y cuidado perteneciente al latín y esta significa "pensamiento", es la invitación a cuidarse por uno mismo, a mantener una serie de actividades logrando con estas un bienestar, para su vida y salud. El psicoterapeuta y creador del libro nos deja una serie de pasos para llevarlas a nuestras vidas y con estas guías analizar qué es lo que necesita el cuerpo para cuidarlo y mantenerlo en un nivel para un buen bienestar y provecho de la parte física -cognitiva. La actitud de protegerse y cuidar del cuerpo evitando lastimarse y tener una mente tranquila se fundamenta desde la niñez y hará que tenga un cuerpo sano desde la infancia y a largo de la vida. Por otro lado, la persona debe amarse, valorarse por sí "cada uno primero" para luego querer o amar a otra persona.

El autor nos habla de la importancia de **la autoestima** para la subsistencia del ser humano, de la misma magnitud de cómo necesitamos un gran equilibrio espiritual, moral. Para esto es necesario implementar una serie de estrategias según **el autor** son un conjunto de pasos y estos nos sirven para coordinar actividades o programación a nuestro favor con ellos obtendremos un buen resultado para el autocuidado, por eso creó seis pilares concientizarse, aceptación, autorresponsabilidad, autoafirmación, propósitos e integridad estos fueron y son un gran aporte a los avances de psicología para subir la autoestima. Pero para estas estrategias se pueden obtener por medio de la **lúdica**. ¿Y de dónde viene la lúdica? me preguntarán ustedes. Les comparto que la lúdica es un adjetivo del latín que significa "juego". O sea que desde el tiempo de gestación el feto se expresa y juega consigo mismo, para ello usa de sus manos, dedos y pies y se voltea en el tiempo de gestación. Pero cuando nace es donde muestra sus acciones y

|
 muestra también sus sentimientos, es la forma de conectarse con la madre y los suyos, en otras palabras, es la forma de aprender sonriendo divirtiéndose explorando emociones la alegría, risa, admiración, sorpresa y hasta el llanto. Aquí encaja decir que Lúdica es esencial en la vida del ser humano y que es un importante método para comprender y lograr un amor de sí mismo o aplicar su propio autocuidado, y por consiguiente aquí se logra asegurar la autoestima de las personas, dicho de otra manera, la lúdica es parte de las estrategias que se usará para que los niños comprendan de una forma significativa que deben conservar su autocuidado y que este es eficaz para subir su autoestima.

Referentes contextuales:

El autocuidado: Para Foucault (Garces, 2013) El cuidado de sí es ético en sí mismo; pero implica relaciones complejas con los otros, en la medida que este de la libertad es también una manera de cuidar de los otros.

El autor no hace referencia que en el ser humano o en este caso los niños desde su temprana edad comprenden y trabajan la importancia del autocuidado, “como una obra de arte” Los estudiantes aprenden a ser responsables de sí manteniendo un buen estado de salud física y mental y también los hace en personas libres, porque aprenden a ocupar un lugar en la familia, escuela y en la sociedad.

Pero, para llegar a estos resultados los estudiantes deben apropiarse de estas prácticas como una forma de transformación e individual. También nos hace referencia que el estudiante no puede cuidarse sin conocerse. El niño debe primero conocerse, valorarse para luego conocer, valorar y cuidar del otro en su entorno.

La lúdica: Motta. (2004) Allí la importancia de propiciar la libre expresión de los niños

|
y niñas a través de juegos, dramatizaciones, cantos, poesías y especialmente de actividades lúdicas.

Por medio de la lúdica los estudiantes sumergidos en sus actividades pueden expresar sus necesidades más naturalmente, por medio de imágenes, rondas preguntas grupales al ser reflejadas, entre todos se puede dar lucecitas o respuestas a dichas debilidades personales o grupales.

Así los estudiantes mejorar en sus actividades escolares, hay mejor comunicación entre sus compañeros, crecer como personas más tranquilas en cualquier contexto que se encuentre.

La autoestima: (Bailey, 2009) Para establecer una verdad **Autoestima** nosotros debemos concentrarnos en nuestros éxitos y olvidarnos de nuestros fracasos y negatividades en nuestra vida.

Si desde niños se aplica esta práctica será más fácil seguir avanzando, se debe enfocar que todo está en constante cambio y que cada día trae un aprendizaje, cuando todo va bien aprender a disfrutarlas y cuando las cosas están un poco complicadas intentar de nuevo, pues se debe retomar desde cero y reiniciar hacer cambios y aprender de las dificultades para la vida.

Si estas bases los estudiantes lo trabajan desde su primera infancia, en un futuro tendremos personas seguras de sí mismas, capaces de recibir críticas constructivas y de autocriticarse. Con propiedades de tomar sus propias decisiones y avanzar positivamente.

|

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.

3.1 Diseño Metodológico.

El enfoque del proyecto “Fortaleciendo la autoestima de los niños por medio de la lúdica, favorece el autocuidado”, va orientado en el “enfoque cualitativo” por medio de la tarea que se dio en su momento observar e indagar algunas actitudes no muy positivas en los niños. La investigación cualitativa obtuvo una serie de datos sobre el comportamiento de los niños de 1c de Rosalía, reflejan claramente el equilibrio de sus entornos o lo contrario, cada niño se desenvuelve en su ámbito escolar con sus acciones y su forma de expresarse en cada momento vivido en el plantel educativo. Teniendo en cuenta lo anterior y lo que dice ((Portilla Chaves, 2014)). La investigación cualitativa de la vida cotidiana, el medio para la construcción de conocimiento sobre lo social a partir de lo individual, cada ser humano desde su infancia comienza desarrollando su identidad va de la mano con los conocimientos adquiridos de su entorno familiar, social y educativo. Ahora teniendo nuestra investigación y lo que nos dicen los expertos, llevan a la escuela una serie de acciones adquiridas desde el hogar según su crianza y vivencias personales para esta problemática que se evidencia es necesario buscar prontas soluciones para afrontar esta realidad que se presenta en esta institución. Este enfoque cualitativo es el indicado para una rápida reacción y proceso de aquí obtener una solución acertada al servicio del estudiante y todo su entorno. Actuando con una tríada de sujeto escuela y contexto dar la garantía a la superación del fenómeno sociocultural. Los niños hablan y demuestran la poca intolerancia a la frustración ante una situación o una crítica de otro compañero poniendo en evidencia la tristeza en su mirada ocultándose en la soledad o reaccionado con violencia ante los

|
demás, el poco ánimo de vivir y el bajo rendimiento académico y escuchar sus palabras limitantes como “No puedo”, “no soy capaz”, “no sirvo para nada”. Este fenómeno del contexto estudiantil, parece ser natural ante ciertas situaciones, aunque bien se sabe no es normal vivir sin tener sentido, si es de actuar con responsabilidad para llegar al punto clave de cómo transformar sus debilidades en grandes oportunidades. Y problemas en un obstáculo y mirando estos son para superarlos. La forma más acertada de cambiar esta perspectiva de los niños a una nueva mirada al contexto estudiantil sería estrategias lúdicas porque con ellas podemos obtener un buen **alcance**” Este proyecto va dirigido a descubrir los fenómenos naturales con factor investigativo explicativo y eso nos argumenta (Sampier Hernández, Fernandze Collao, & Baptista Lucio, 2003) el por qué y cómo se puede “explicar” esta investigación a continuación para ustedes. La baja autoestima en los niños puede convertirse en apuntar a un buen conocimiento que vean y entiendan el valor de la vida. Con estrategias lúdicas se puede fortalecer y obtener buena superación de autoestima al entregarse detalladamente a los niños como una herramienta para su autocuidado y cómo cuidar los otros niños que se encuentra a su alrededor; se pueden llegar a un nivel social positivo y activo los niños de manera individual o grupal, también obtendrán otro concepto de la vida por ejemplo fluirán acciones y palabras positivas con las actividades dinámicas hay capacidad de explicarles a los niños cómo enfrentar las situaciones no como limitantes, se adquiere de procesos de aprendizaje cognitivo-emocional y operacional para crear o desarrollar una nueva visión a su entorno y así crear con valores una nueva identidad En Este cambio de hechos o realidades sociocultural el docente tiene una labor muy importante para la superación personal, la educación integral del niño por medio del maestro quien es el que presencia y quien aportará con sus palabras el ejemplo de vida al niño, obtendrá información verbal pero más importante será la actitud del profesional; este es el momento donde capta y

|
aprende para un buen crecimiento físico, moral y espiritual de el mismo. Es el docente la ficha clave para lograr alcanzar lo que se busca en este proyecto, cambiar la realidad que viven los estudiantes, re encuadrando en la pedagogía práctica por medio de estrategias lúdica, se puede orientar los niños y entregar una nueva mirada con otras posturas acordes, positivas y coherentes para una buena vida social, una buena salud física, una mente sana, y niños felices.

Método.

El proyecto “*Fortaleciendo la autoestima de los niños por medio de estrategias lúdicas, se favorece el autocuidado*” cuenta con un enfoque cualitativo en el que hace referencia (Ranffino , 2020)Que habla de la observación para los acontecimientos ,como sus acciones y expresiones a nivel personal, social y a nivel escolar, para la investigación se encontró una problemática en la baja autoestima de los niños y por ende se toma el **método inductivo** en el que se plantea un estudio desde lo particular a lo general, se inició con la observación actitudinal de los estudiantes del grado primero, y luego se hallaron que algunos estudiantes toman actitudes diferentes frente a diversas situaciones, unos de manera positiva y otros no tan positiva, se evidenció la necesidad de apoyar a los estudiante fortaleciéndonos en su autocuidado y por ende mejorando sus niveles académicos que reflejaran en la vida social.

Diseño.

Observar el proceso de los estudiantes y sus actos, es una acción participativa como lo dice Ochoa Carlos. (2015) que se torna importante; por medio de esta metodología cualitativa, que permite acercarse a los estudiantes reconociendo así sus realidades y sus actitudes a mejorar, hasta después de llevarse a cabo la recolección de datos. Esta acción participativa es viable para el proyecto puesto que son los mismos estudiantes los que lo construyen, lo viven, lo experimentan y lo reflejan en sus vivencias. Para esta investigación se hizo uso de diferentes

|
herramientas claves, por qué facilitaron la obtención de la información por medio de los estudiantes, reconociendo los diferentes estados emocionales por los cuales los niños pasaban y se reflejaban en su jornada escolar.

Donde los estudiantes expresen quienes son y cómo lo ven sus compañeros de aula, compartiendo sus experiencias de vida y que los otros niños aporten sus puntos de vista diciendo cualidades de sus compañeros, así ellos miran y observan que los hechos de la vida real pueden ser más fáciles y llevaderas, potencializa dándole con una mejor visión de su propio ser.

Estas técnicas resultaron dar la confianza a los estudiantes y es importante brindarles la tranquilidad ya que es una actividad donde van a expresar sentimientos, palabras íntegras de ellos o que sienten que les falta, son actividades grupales que facilitó la recolección de información sobre sus emociones personales, familiares y escolares.

3.2 Población y Muestra.

Población.

El proyecto de la investigación lleva por nombre “Fortaleciendo la autoestima de los **niños por medio de la lúdica, se favorece el autocuidado** “se realiza en la institución Educativa Carlos Pérez Mejía sector oficial en su Sede de Rosalía Suarez de Bello – Antioquia, Las poblaciones para este proyecto son de 2B con una cantidad de 30 estudiantes, 3 estudiantes retirados actualmente los motivos fueron: principal fue desmotivación de los padres con las clases virtuales, no tener los recursos para aportar las herramientas tecnológicas necesarias a sus hijos para atender la problemática actual de la pandemia, otra razón el cambio de domicilio sin dejar contacto con la maestra encargada ni para el plantel.

|

Muestra.

Para el proyecto tomamos un muestreo no probabilístico (Ochoa, 2015) para esté seleccionamos un subgrupo, qué son los estudiantes de 2B de la sede Rosalía se encuentra conformado por un total de 30 estudiantes ,7 niños y 23 niñas tiene un promedio de 7 y 8 años de edad, este grupo fue seleccionado para el actual proyecto “Fortaleciendo la autoestima de los niños por medio de la lúdica, se favorece el autocuidado” aunque tenemos 30 estudiantes y se les da la misma oportunidad como dice el muestreo consecutivo sólo fueron seleccionados 20 niño que son los que evidencian la necesidad lúdicas educativas que favorezcan el autocuidado y fortalezca su autoestima.

3.3 Técnicas e Instrumentos De Recolección De Información.

En el presente proyecto de investigación se vuelve de suma importancia llevar a cabo técnicas de recolección de información, donde se logre obtener datos sobre: la autoestima, el autocuidado y sobre todo la percepción que tienen sobre la lúdica, por ende, los instrumentos de recolección que se escogieron son, la colcha de retazos, el fotolenguaje y la entrevista individual profunda y la nube de palabras.

Entrevista Libre.

Para este diseño se realizó una entrevista libre a la Maestra titular del grupo 2B, Diony Bedoya, a quien se le realizó diversas preguntas con respecto al tema tratado en el presente proyecto investigativo.

La Colcha De Retazos.

Esta técnica ayuda al maestro a descubrir la perspectiva de la realidad de los estudiantes para que ellos reconozcan, y representen sus sensaciones, experiencias, sentimientos,

|
intenciones y expectativas frente a su vida cotidiana, de modo se logra manifestar los aspectos más significativos de la vida de las personas, esta se realiza a través de un mural en el cual los estudiantes expresan sus sentimientos y emociones por medio del dibujo.

Fue seleccionada por su facilidad para los niños del segundo grado, expresarse de una forma la realidad de su entorno, y por medio de ellas descubrir otras nuevas visiones sobre su mundo exterior.

Esta técnica permite que los estudiantes se muestran en sus vivencias propias, expresen sus emociones y a su vez se manifiesten de forma libre y espontánea de lo que sienten, al llegar al momento de socialización los estudiantes logran identificar el mundo de cada uno de sus compañeros, y así se logra crear vínculos socio afectivos entre ellos lo que los ayuda en su proceso de autoestima.

Fotolenguaje:

El fotolenguaje en una técnica de recolección de datos cuya descripción e implementación consiste en que maestro enseñaré una serie de imágenes en su pantalla las cuales se le pregunta al estudiante que pueden observar como para recoger datos de la imagen se está proyectando, luego el maestro pasa la explicarles que de esa imagen deben hacer un dibujo .Y aquí es donde los niños de una forma muy sencilla por medio del dibujo dejarán ver mucha información, Para este dibujo requieren tener presente con preguntas como: ¿por qué escogió esa foto?¿qué recuerdos te trae?, luego Por medio de la cámara se les organizara un mosaico.

Con esta técnica los niños de una forma muy natural traerán al aula de clase sus recuerdos tanto buenos como malos, que se han proyectado para ellos esa imagen que se les enseñó, y ellos explicarán sus recuerdos y experiencias por medio de esas imágenes.

|

La actividad se realizará por medio de una fotografía donde vamos a observar un recuerdo el que los estudiantes deseen, el que más les guste que se sientan cómodos compartiendo con los compañeros va ser un momento donde vamos a enseñar la importancia de la familia, los amigos, reír, llorar y sobre todo la felicidad dejar que sean libres que se expresen como quieran, soltar sus miedos e inseguridades y dejarlos SER, será un grato recuerdo para el grupo.

Nube De Palabras:

Esta técnica se basa en identificar lo que se piensa sobre algún tema, esta definición se da en una sola palabra, y la definición que sea escrita por varios estudiantes, será la que más sobresale en la nube, esto nos ayudará a analizar la perspectiva que conllevan de la vida, Comenzaremos dándole al estudiante una pregunta muy sencilla y fácil de identificar con una lista de palabras como respuesta a su pregunta, según las palabras seleccionadas la nube empezará a crecer es válido palabras repetidas. Se ha seleccionado esta técnica por el hecho que es acorde a la edad de los estudiantes y ellos pueden acceder a ella y así se pudo identificar sus gustos o preferencias de ciertas actividades de ser niño por medio de las respuestas que es lo más importante para ello se observó sus gustos y cómo está basada su personalidad, sus necesidades dejan ver sus inconformidades, sus alegrías, lo que quieren hacer, como se encuentra en su día.

3.4 Análisis De Resultado.

Para llevar a cabo la recolección de datos se utiliza la técnica de información por medio de una entrevista **individual profunda**, la maestra titular del grupo 1C de la sede de Rosalía, Diony Bedoya es quien aporta datos precisos y concisos en la entrevista de

|
investigación sobre los estudiantes seleccionados. La técnica se abre a un diálogo sobre la problemática que manifiestan los estudiantes.

En la actual etapa que están cruzando los estudiantes nos señala que es el momento de observar y evidenciar algunos aspectos a mejorar de los niños y trabajar con ellos el autocuidado hasta alcanzar una buena autoestima como lo requiere los objetivos del proyecto: Por ejemplo, cuando el niño(a) habla con movimientos muy suaves o en algunas ocasiones no habla por que le falta un diente, teme a las burlas de sus compañeros, que es comúnmente conocido como Bullying escolar, reflejando falta de confianza de sí mismo. Mucho de sus complejos e inseguridades puede presentarse desde la educación que les brindan en la casa, si los molestan, se ríen de ellos por su apariencia física o forma de pensar; localizando qué son los principales motivos para demostrar y expresar lo que sienten en el colegio y por evitar más burlas simplemente pone barreras con los demás. **Entrevista individual profunda**, la maestra Diony Bedoya titular del grupo 2B de la sede de Rosalía.

Formato De La Entrevista:

ESCUELA NORMAL SUPERIOR ANTIOQUEÑA.

Sandra Patricia Blandón Gutiérrez. 4-B.

Entrevista No Experimental.

INSTITUCIÓN EDUCATIVA: SEDE ROSALÍA

GRUPO: 2B

NOMBRE DE LA MAESTRA: DIONY BEDOYA.

Recolección de datos de los estudiantes de 2B a nivel grupal y personal.

1 ¿Cuántos estudiantes integran el grado 1C?

R/: 30 estudiantes

2 ¿Cuántos niños y niñas conforman el grado 1 C?

R/: 23 niñas y 7 niños.

3 ¿Cómo relacionan los niños de 1C en clase?

R/: Ellos comparten mucho en sus actividades.

Maestra Diony Si observamos el nivel de autoestima de los niños de 1C.

1 ¿Qué temas podemos trabajar con los estudiantes de 1C?

R/: Con la sana alimentación, aseo personal (sus cabellos, dientes, uniforme)

2 ¿De los 30 estudiantes a cuantos podemos ayudarles en su propio autocuidado?

R/: Por lo menos 20 niños requieren de apoyo y orientación.

3 ¿Por qué crees que los niños sufren de baja autoestima?

R/: Cuando se les cae un diente los niños tienden a esconderse, Si es trocita (o) o muy delgada(o) se sienten mal. Cuando son los más grandecitos del grupo o muy pequeños del grupo.

Colcha De Retazos.

Con esta técnica se obtuvo la participación de los 22 niños de 2B obteniendo de ellos resultados positivos en la socialización de sus emociones a partir de un video:

Autoestima presentado por Puros Cuentos Saludables

De los 22 estudiantes se evidencio que 15 niños se identificaron con el video, contaron que tenían días donde se sentían mal, tristes sin ganas de estudiar o jugar y que algunas veces se comparan con sus compañeros, no creen en sí mismos, siempre piensa que todo está mal, no se arriesga hablar, se avergüenza de sus errores, tienden atacar e imponer y no tienen autocontrol.

Los 6 niños que completa el grupo son lo opuesto a lo anterior: creen en sí mismo y en

|
sus capacidades, ante un fracaso o error lo toman como un aspecto a mejorar, hablan de forma abierta sobre sus cualidades y poseen autocontrol emocional. Después del video ellos hablan desde su punto de vista sobre cómo mejorar su autoestima, el cuidado de sí mismo, realizando actividades que les guste para alcanzar sus logros, hablando también sobre sus cualidades, actividades que más se les dificultan y como deben de hacer un esfuerzo para mejorar.

Por medio de la actividad colcha de retazos se analizó que más del 50% de los niños se encuentra con baja autoestima, por ello se debe adaptar temas que generen en ellos aprendizajes significativos como: Seguridad, empatía, actitudes positivas, conocer lo que puede hacer y lo que no se puede y que los errores son una forma de aprendizaje

La actividad se ajusta a los objetivos propuestos del proyecto por qué se identificaron factores que generan la baja autoestima de los niños, por medio de la lúdica se trabajó y fortaleció la autoestima, el autocuidado, sus aspectos a mejorar y hacer retroalimentaciones positivas que les den seguridad y confianza en sí mismo.

Fotolenguaje:

Se realizó la estrategia con el grupo de 2B, los estudiantes participaron mucho; los 22 niños estuvieron de acuerdo con sus fotos compartiendo sus experiencias, todo lo que sentían, hablaban de sus gustos y sueños.

En el momento de mostrar las fotos los estudiantes participaron contando lo que podían percibir de las fotos:

- Todos querían ir nuevamente a clase para compartir más con sus compañeros
- Coincidieron en la sana alimentación y lo importante que es el autocuidado, el crecimiento psicomotriz y tienen mucha capacidad de ayudarle a sus padres.

|

-Sus oportunidades de conocerse y quererse, comprender a los comentarios mal intencionado, saber hablar y respetar.

-Al momento de sufrir el Bullying hacerlo saber a sus padres.

-Se debe dar gracias a Dios por su estudio.

El resultado de esta segunda técnica también fue muy positivo para el proyecto, el cien por ciento (100%) de los estudiantes estuvieron muy dispuestos a la socialización para el crecimiento de forma personal y grupal, la participación estuvo con mucho equilibrio, su opinión fue importante en la actividad al tomar decisiones en cuanto a sus relaciones o hábitos diarios, se sentía bien al formar parte de un núcleo familiar y escolar entregando lo mejor de ellos como personas.

*La actividad me sirvió mucho en el tema relacionado del autocuidado ya que se evidencia algunos puntos de los objetivos del proyecto como hablan del de sí mismos y al momento de su participación, cuando ellos expresan sus vivencias todos estaban muy seguros de sus deberes como hijos, estudiantes, compañeros, hacen reconocimiento del acompañamiento que cada uno tiene desde su hogar, lo consciente que son para tomar sus decisiones frente a la situación presentada y como siempre deben de trabajar para un bienestar de autonomía.

Nube De Palabras:

la nube de palabras fue un buen recurso para trabajar con los estudiantes, en donde se evidenció buena participación de los 22 estudiantes 8 se sentían como persona independientes y capaces, teniendo confianza en sí mismos y los niños fueron muy ágiles, 9 estudiantes lo fueron logrando con más calma y 5 estudiantes necesitaron de ayuda del maestro pues se sentían mal al no ser capaz al igual que sus otros compañeros, pero al fin los resultados y el objetivo fue

|
exitoso. La actividad fue una forma en que los chicos se sentían competentes, obtienen confianza en sí mismos; los niños comparten sus conocimientos y se ayudan unos a otros donde se evidencia la empatía que existe en el grupo: Ayudar, cooperar, compartir, socializar y solicitar ayuda a la maestra.

La nube de palabras fue de gran ayuda ya que se cumplió los objetivos propuestos en el proyecto como el trabajo autónomo donde ellos mostraron sus capacidades, habilidades, conocimientos, competencias de sí mismos y enfrentándose a los obstáculos de una actividad lúdica virtual. Fue demasiado gratificante ver a los estudiantes cómo: se divirtieron, como estaban a la expectativa porque se veía crecer la nube con sus conceptos preferidos; los cuales ayudan a analizar sus elecciones de palabras y por ende nos demuestra sus formas de expresarse, por medio la nube de palabras se puede identificar sus sentimientos y cómo por medio de la actividad se puede superar cualquier sentimiento de tristeza o retraimiento académico. Y la forma de pedir ayuda hace referencia que todos los días se aprende algo nuevo y que no todo lo sabemos.

CAPÍTULO 4: CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES, SUGERENCIAS.

4.1 Propuesta:

La propuesta implementada en este proyecto de investigación “Fortaleciendo la autoestima de los niños por medio de estrategias lúdicas, Se fortalece el autocuidado”, Es un fichero lúdico esta propuesta contiene una serie de actividades lúdicas como videos, lecturas, manualidades, música, deporte y recetas saludables. El fichero es una herramienta de orientación al maestro de primera, y segunda infancia. Siendo también un método facilitador de aprendizaje para el estudiante, adquiriendo puntos claves del autoconocimiento por medio de las dinámicas en grupo, en este caso son los estudiantes de 2B de La Institución Educativa Rosalía.

Durante la implementación de las actividades plasmadas en el producto, los estudiantes trabajarán de forma grupal e individual, disfrutarán y aprenderán de forma creativa donde por medio de sus vivencias, experimentaron cada una de las actividades adquiriendo así su propio aprendizaje significativo. Con esta herramienta que fue minuciosamente creada para los estudiantes con la problemática de su baja autoestima se notara como irán desarrollando ciertas potencialidades en cualquier tipo de campo llámese personal, social o académico. Fomentando en ellos el cuidado personal y compartiendo entre ellos sus tipos de autocuidados, aprenderán a crear soluciones a sus obstáculos a cada contexto que se le presenten.

Los estudiantes sumergidos en sus actividades se enfocarán en su autocuidado y por ende aumentarán el sentido de su autoestima.

Presentación de las estrategias el fichero concuerda con las variables y los

|
objetivos propuestos en el proyecto de investigación para fortalecer la autoestima por medio del autocuidado. Las variables son seleccionadas por colores los más representativos a cada una de ellas.

La primera variable el autocuidado se trabajó con el color amarillo, pues el genera tranquilidad e invoca a disfrutar de las cosas sanas con un paseo libre una comida balanceada.

La segunda variable la representamos con el rojo cual evoca la vitalidad del ser humano, en la autoestima se representa las emociones la alegría, el amor y por consiguiente orienta a un niño a ser feliz, en cada aspecto de sus vidas, niños más sanos creyentes de sí mismos.

Los maestros, de la primera y segunda infancia deben tener en cuenta que estas dos etapas son las bases primordiales para trabajar en el niño su descubrimiento personal que va hasta su adultez. Las estrategias implementadas en el proyecto que trabajan la autoestima son: Me reconozco. - ¿Quién soy? - Árbol genealógico -Cuento con títeres de la oruga y la mariposa.

Las estrategias implementadas para trabajar el autocuidado son: La mariposa glotona. - Los hábitos de higiene. -Higiene oral. - Los alimentos más saludables. -Carrusel del arte. Hacer respetar mi cuerpo.

4.2 Análisis de Resultados.

Los resultados del producto son respuestas muy positivas para la investigación, las estrategias sugeridas fueron aplicadas, se realizaron de formas muy dinámicas y recreativas para los estudiantes al ser transversalizadas en otros campos se trabajaron de una manera muy sencilla, pero con resultados muy satisfactorios tanto para los estudiantes, la maestra cooperadora y para mí ya que obtuve los resultados esperados y que necesitaba obtener para confirmar la viabilidad del proyecto. Resultado satisfactorios o análisis del fichero con relación a

|
las variables de la autoestima, el autocuidado y los objetivos del proyecto son los siguientes.

La Autoestima.

Para trabajar esta variable de la autoestima, las maestras tuvieron varias recomendaciones básicas en cuenta como: antes de iniciar las actividades se les prepara a los niños que se realizará una de las mejores e interesantes clases y que estuvieran muy atentos, y así aprenderán todos de todos. Durante cada clase las actividades con los niños se le hacían correcciones sólo si eran necesarias, siempre de la mejor manera, con la mejor actitud, sin usar lenguaje ofensivo. Aquí se les vio el interés de permanecer y activar sus posturas frente a cada actividad, el resultado de las estrategias fue obtener unas clases y actividades amenas por parte de los niños y las maestras. Y se consigue en cada clase una mejor actitud y compromiso para la siguiente actividad.

A los chicos se le puso metas objetivas y acordes a su edad, para que sean capaces de cumplirlas sin sentirse abrumados, solo enfocados en participar y resaltar todas sus capacidades se trabaja de una forma fluida en cada actividad, se percibe más la alegría y actitud de parte de ellos para trabajar en forma cooperativa , se debe resaltar también cómo se apoyan el uno con el otro y el valor que se dan al recibir la ayuda de sus compañeros, es grato observar los resultados y como va subiendo el nivel de trabajo , apoyo e interés del grupo por la parte académica y como demuestran en sus actitudes los aprendizajes obtenidos , han desarrollado unas lindas habilidades en sus posturas corporales, comunicativas , la empatía por el otro hace notar que ha bajado el tema de la timidez e inseguridad.

Se les expresa a los niños con palabras o acciones positivas cuando termine cada una de sus actividades logradas, motivándolos así a ser partícipes para la próxima actividad, Es relevante robustecer al niño en su autoestima desde su edad temprana, ya que esto mejora su estado emocional dándole valor a su ser , con las actividades los chicos demostraron que

|
alcanzaron desarrollar el concepto de la seguridad en ellos mismos, seguridad a la hora de relacionarse con diferentes personas y fortaleciendo así sus habilidades cognitivas.

Concentrando y enfocando a los niños en sus éxitos, ellos se olvidan de sus fracasos y negatividades de su vida. El análisis que se hizo con los pequeños, dio evidencia sobre la motivación y el interés que cada clase le brinde valor a la vida de cada uno, por esta razón ellos aprendieron a reconocer los factores que generan debilidades en su autoestima que iban acorde con sus actitudes en el aula de clase, que ellos al percatarse de sus falencias necesita sólo despojarse de algunas ideas que traían consigo mismos, para así salir de algunas palabras que los distraen y no logran visualizar las soluciones a sus dificultades cotidianas.

El Autocuidado.

El fichero tiene en sí otro objetivo, es de mantener en contexto de los niños en la visibilidad de todos y a la escucha de todos dentro del aula, por medio de la lúdica se fomenta el reconocimiento de sí y del otro mediante acciones que los lleven al cuidado de sí mismo y de los demás; ya que los niños son nuestro mayor interés, son las maestras las que les corresponde observar a todos y cada uno de sus estudiantes para ver si promulgan el concepto de autocuidado. El fichero lúdico contiene diez actividades donde seis de ellas hacen alusión al autocuidado, a la responsabilidad que cada persona debe cuidar de sí, su aspecto personal e higiene. Su salud mental, física para tener una actitud positiva con buena salud y así sentirse bien consigo mismo, ante los demás y trabajar de forma positiva su autoestima. Se realizan las actividades con el grupo, los estudiantes por medio de las actividades mencionan su realidad, su experiencia, cómo se sienten y cómo se quieren sentir, los otros chicos escucharán a sus compañeros hablar de la percepción que tienen de ellos, sus cualidades, aptitudes, capacidades y todo esto se realizará mediante una actividad orientada por la maestra con ambiente apropiado,

|
activo y lúdico. Pero es aquí donde ellos se enfrentarán a sus realidades y auto conceptos, apropiándose de sus necesidades y cómo buscar ayuda de alguien cercano para cuidar de sus vidas, y buscar soluciones a sus puntos débiles y así entre todos, o a nivel individual buscar un enfoque para pasar sobre cualquier obstáculo que tenga a nivel personal, y trabajando para conseguir y mantener un buen autocuidado.

4.3 Conclusiones.

Trabajar las técnicas del fichero lúdico de la autoestima desde la niñez, es lo mejor que los maestros deben hacer por los niños desde su corta edad. Pues de aquí obtendremos un adulto con seguridad de sí mismo y con la habilidad para desenvolverse ante cualquier circunstancia de la vida.

El fichero lúdico está adaptado para que cualquier maestro lo implante en su aula de clases, dando así el enfoque para crecimiento personal y a nivel grupal y superación personal manteniendo niños sanos, fuertes emocionalmente tanto como físicamente.

Es un fichero adaptado a la edad de los estudiantes y se reciben muy buenos resultados al aplicarlos con los chicos de primera y segunda infancia, pues las actividades son propicias para el fortalecimiento de sus capacidades al trabajarlas sin presiones, y al ser aplicadas en varios campos son mayores los resultados como seres íntegros.

El interés que los niños le pusieron a las actividades fueron los resultados que se esperan llegar con ellos, pues se apropiaron de las actividades para dejar reflejar sus nuevos conocimientos aprendidos por dichas actividades pedagógicas.

La relación que sostiene el producto con los objetivos, consiste en trabajar de la mano el crecimiento y fortalecimiento con las variables del trabajo investigativo del aula de 2B De La Institución Educativa de Rosalía y va dando respuestas a la problemática que se evidencio en

|
este establecimiento.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ausbel, D. (2019). *LA TEORÍA DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO*. Obtenido de blog:<https://docentesaldia.com/2019/05/26/aprendizaje-significativo-definicion-caracteristicas-y-ejemplos/>

Branden, N. (1995). *Los 6 pilares de la autoestima*. Paidós.

Chico, M. (2015). Mejorar la autoestima y auto concepto a través del juego en el aula infantil (tesisdemaestría). Recuperado de: [https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2876/Mari sa Chic o Gutierrez.pdf?sequence=1&isAllowed](https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2876/Mari%20Chico%20Gutierrez.pdf?sequence=1&isAllowed)

Constitución Política de Colombia (1991). Asamblea Nacional Constituyente. Bogotá, Colombia. Recuperado de: [https://www.ramajudicial.gov.co/documents/10228/1547471/CONSTITUCION Interiores.pdf](https://www.ramajudicial.gov.co/documents/10228/1547471/CONSTITUCION%20Interiores.pdf)

Decreto 1075 (2015). Por el cual se expide el decreto único reglamentario del sector Educación. Bogotá Colombia. Recuperado de: [https://www.mineduccion.gov.co/portal/normativa/Decretos/ 35 1080:Decreto-No-1075-del-26-de-mayo-de-2015](https://www.mineduccion.gov.co/portal/normativa/Decretos/35%201080:Decreto-No-1075-del-26-de-mayo-de-2015)

Ley 115 (1994). Por la cual se expide la ley general de educación. Bogotá, Colombia. Recuperado de: https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf

Ley 181 (1995). Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre. Bogotá, Colombia. Recuperado de: https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf

Franco, Y Herrera, K. (2013). Los niños y niñas cuentan su experiencia de participación. (tesis de pregrado). Recuperado de: [http://ridum.umanizales.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/6789/2259/Franco Yazmi 2015. pd f?sequence=3](http://ridum.umanizales.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/6789/2259/Franco_Yazmi_2015.pdf?sequence=3)

Foucault. (2013). *...El cuidado de sí es ético en sí mismo; pero implica*. Universidad Pontificia Bolivariana.

<https://filosofiauda.wordpress.com/2020/03/19/michel-foucault-la-etica-del-cuidado-de-uno-mismo-como-practica-de-la-libertad/> & Universidad del Aconcagua. (19 marzo, 2020). Entrevista con Michel Foucault realizada por Raúl Fonet-Betancourt, Helmut Becker y Alfredo Gómez-Muller el 20 de enero de 1984. Publicada en la Revista Concordia 6 (1984) 96-116. In <https://filosofiauda.wordpress.com/2020/03/19/michel-foucault-la-etica-del-cuidado-de-uno-mismo-como-practica-de-la-libertad/>. Facultad de Psicología.

|

(Garces, 2013) *El cuidado de sí y de los otros en Foucault, principio orientador para la construcción de una bioética del cuidado* (Corporación universitaria lasallista, Ed.) [El cuidado de sí y de los otros en Foucault.]. Colombia.

https://docs.google.com/document/d/1YMzyPkWbN_GphymJk7GxV0zk2cK9usS8zj4mG8ZCbyM/edit

Machargo, J (1991). El profesor y el autoconcepto de sus alumnos. Revista interuniversitaria de formación del profesorado, ISSN 0213-8646, ISSN-e 2530-3791, N° 12. (Ejemplar dedicado a: Investigaciones y experiencias de formación del profesorado), págs. 244-245. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2930031>

Motta. (2004). *LA LÚDICA COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA PARA FORTALECER LA efdeportes*. **OchoaCarlos. (2015). muestreo probabilístico no probabilístico. netquest.**

Portilla Chaves, R. Z. (2014). *INVESTIGACIÓN CUALITATIVA. LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: TEORÍAS Y PROCESOS CURRICULARES.*

(<https://filosofiauda.wordpress.com/2020/03/19/michel-foucault-la-etica-del-cuidado-de-uno-mismo-como-practica-de-la-libertad/> & Universidad del Aconcagua, 19 marzo, 2020, #)

Sáenz, C. (2015). El Juego Simbólico Para El Fortalecimiento De La Autoestima En Niños De Transición, De La I.E.D. Marco Tulio Fernández, Sede B, Jornada Mañana, De Bogotá. (tesis de pregrado).

Sampier Hernández, R., Fernández Collao, C., & Baptista Lucio, P. (2003). *Metodología de la*

|

investigación. Estados Unidos - Canadá: Brest seller.

Recuperado de: <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8400/Proyecto%20de%20Grado.pdf?sequence=1&id=Allowed=y>

| ANEXOS.

3.1 Diseño Metodológico.

ENTREVISTA LIBRE.



Técnicas De Recolección.



3.2 Estrategias De Proyecto.



