



YO QUIERO AMAR

Confío en ti

MANUAL PROFESOR
SESIÓN 3.3 | Kinder

pasos UANDES

Confío en ti

EJE TEMÁTICO

Promover conductas de autocuidado, salud y bienestar.

OBJETIVO

Identificar al adulto que lo hace sentir seguro; madre, padre o algún otro adulto de confianza.

PREGUNTA GUÍA

¿A quién acudo cuando necesito ayuda?

INDICADORES DE LOGRO

- Reconoce el nombre de un adulto de confianza.
- Identifica que un adulto de confianza transmite seguridad.

CRONOGRAMA

1. Inicio (15 minutos)
2. Reconozco a mi persona favorita (15 minutos)
3. Cierre (5 minutos)

MATERIALES

- Emocionómetro (estrategia transversal).
- Canción “Mi persona favorita”, Río Roma.
- Anexo (uno por seis estudiantes).
- Cartón.
- Pegamento.
- Perforadora.
- Lápices, plumones y materiales para decorar.
- Cordel, lana o pitilla.

VALORES/ VIRTUDES

Confianza.

NOTA:

En el presente documento, se utilizan de manera inclusiva términos como “el docente”, “el estudiante”, “el profesor”, “el niño”, “el compañero” y sus respectivos plurales (así como otras palabras equivalentes en el contexto educativo) para referirse a hombres y mujeres. Esta opción obedece a que no existe acuerdo universal respecto de cómo aludir conjuntamente a ambos sexos en el idioma español, salvo usando “o/a”, “los/las” y otras similares, y ese tipo de fórmulas supone una saturación gráfica que puede dificultar la comprensión de la lectura.

Inicio

Se dará la bienvenida a la sesión “Pasos” y se recordará la importancia de cuidar el propio cuerpo, visto anteriormente. La educadora agregará: “Aunque estemos atentos y cuidemos nuestro cuerpo, a veces pueden pasarnos cosas que nos hagan sentir tristes, confundidos, asustados, incómodos o simplemente no nos gusten. En esos momentos es importante buscar ayuda en personas en las que confiemos y nos hagan sentir seguros”.

A continuación, se invitará a los niños a jugar a un juego llamado “Amigos lazarillos”. Se formarán duplas y se establecerán turnos. Es importante que la educadora haya planeado un breve recorrido sin mayor dificultad, con anterioridad, para que circulen caminando en estas duplas tomados del brazo. En cada dupla, uno de los integrantes vendará sus ojos. Podrá hacerlo con un pañuelo o con el mismo delantal, cotona u otra prenda de vestir.

Se explicará que quien tenga el rol de lazarillo en el primer turno, guiará a su compañero de manera firme del brazo, sin apuro. Luego, intercambiarán turnos.

Al finalizar el juego, se les preguntará:

- ¿Cómo se sintieron durante este juego? Se podrá usar como apoyo el emiconómetro (estrategia transversal).
- ¿Por qué creen que se sintieron más seguros con alguien que los guiara firmes al lado, a que si hubieran tenido que hacer el recorrido solos con sus ojos vendados?
- ¿Cómo se sentirían si este mismo juego lo volviéramos a jugar, pero en esta segunda oportunidad, en vez de tomarle el brazo a un compañero para que los guíe, tuviesen que tomarse del brazo con un desconocido? ¿Sentirían la misma confianza?

Se complementarán las respuestas: “Es probable que uno se sienta más seguro con una persona conocida que desconocida. Cuando no conocemos bien al otro, no sabemos si nos cuidará. Puede ser que nos sintamos incómodos, que sintamos miedo o inseguridad, si alguien en quien no confiamos nos toma del brazo. Al contrario, uno se siente muy cómodo y a gusto con las personas que nos dan confianza”.

Reconozco a mi persona de confianza

Se invitará a los niños a ponerse cómodos en sus puestos, se les pedirá que respiren notando cómo entra el aire por su nariz, porque se concentrarán en sus pensamientos personales. Les pedirá que cierren los ojos y continúen tranquilos y relajados. A continuación, se les indicará: “Imaginen a una persona adulta, con quien se sienten cómodos y seguros, y a quien pueden contarle todo lo que les pasa: cómo les fue en el colegio, cómo se sienten, si tienen algún problema o lo que les preocupa. Es una persona a la que les gustaría abrazar con fuerza, porque sabes que siempre te ayudará a sentirte protegido. Puede ser alguien de tu familia, como tu mamá, tu papá o tu abuela, alguien del colegio, un adulto en quien confías”...

Reconozco a mi persona de confianza

Se continuará: “Imaginen que esta persona que tienen en sus pensamientos y en su corazón, está ahora acá en la sala y viene a disfrutar de un momento junto a cada uno de ustedes. Para que sea un momento alegre junto a esta persona, vamos a bailar todos juntos una canción especial”.

Se bailará junto a ellos la canción “Mi persona favorita”, de Río Roma (video adjunto (1)). Al finalizar el baile, se los invitará a nombrar junto a qué personas se imaginaron bailando esta canción. La educadora dará como ejemplo que ella se imaginó bailando con su mamá, quien ha estado dispuesta desde siempre a escucharla, ayudarla a resolver problemas y a compartir sus preocupaciones. Siempre ha podido confiar en ella.

Después de que las nombren voluntariamente cuáles son sus personas de confianza, se reforzará la idea de que es muy importante reconocer con quién se sienten seguros, cuidados y queridos.

Se comentará que **es bueno contarle a esa persona que para nosotros es especial**. Por eso cada uno preparará un regalo con mucho cariño, para que esa persona sepa que es ella con quien ustedes se sienten seguros y a quien pueden contarle todas sus preocupaciones. A continuación, se entregará el anexo y, mientras lo colorean y decoran, la educadora los ayudará a escribir los nombres de estas personas.

NOTA 1: se sugiere pegarlo en un cartón antes de recortar y elaborar las medallas con anterioridad, para que durante la sesión las puedan decorar con tiempo.

Cierre

Al finalizar la actividad, se preguntará:

- ¿Por qué confiamos en esa persona que elegimos?
- ¿Cómo nos hace sentir esta persona?

Se valorarán las respuestas y se destacará una vez más que estas personas nos cuidan y nos quieren, nos hacen sentir seguros y nos ayudan, por eso podemos siempre confiar en ellas.

Para terminar la sesión, se los invitará a ponerse las medallas que van a regalar a su persona de confianza e imaginar, nuevamente, que están junto a ella. Podrán volver a bailar la canción.

Cierre

NOTA 2: es importante que se insista en el relato: que el adulto de confianza, además de querernos y cuidarnos, nos hace sentir seguros porque en situaciones confusas o incómodas, nos da la confianza para expresarle lo que nos preocupa y porque sabemos que nos ayudará.

NOTA 3: El adulto de confianza generalmente será uno de los padres, por lo que es importante que se refuerce ese mensaje. Sin embargo, usted es la persona que mejor conoce la realidad de su curso, por lo que se espera que adecúe el relato para que se identifiquen todos sus estudiantes. Si hay un niño a cargo de la abuela, se dará ese mensaje, y así.

Referencias

(1) RioromaVEVO [@RioromaVEVO]. (s/f). Río Roma - mi persona favorita [[Object Object]]. Youtube. Recuperado el 12 de octubre de 2025, de <https://www.youtube.com/watch?v=AJKzOgv5YNU>

pasos UANDES

Síguenos
@pasosuandes

