

**UNIVERSIDAD PÚBLICA DE EL ALTO**  
**AREA DE CIENCIAS DE LA EDUCACION**  
**CARRERA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**



**MONOGRAFÍA:**

PRESENTADA PARA OPTAR AL GRADO DE TÉCNICO  
UNIVERSITARIO SUPERIOR EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

**TEMA:**

**“LOS JUEGOS LÚDICOS COMO ESTRATEGIAS PARA MEJORAR  
LA AUTOESTIMA EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE NIVEL INICIAL”**

**POSTULANTE:** UNIV. BRIGIDA CHOQUE CHOQUE

**TUTOR:** LIC. EDGAR LUIS MAMANI SANCHEZ

EL ALTO – BOLIVIA

2017

El presente trabajo de monografía aborda sobre los juegos lúdicos como estrategias para mejorar la autoestima de los niños en nivel inicial, primero es importante que los niños reconozcan su expresión de sí mismo y como este puede modificar positiva o negativamente la autoestima y la construcción de su propio identidad personal.

El presente trabajo está dirigido fundamentalmente para todos aquellos niños, que por diversas razones manifiestan la autoestima y por tanto, las actividades cotidianas profesionales no tienen un rendimiento óptimo. Así mismo, para todos los profesionales dedicados a la educación de la futura generación, quienes tienen la responsabilidad de formar personas de bien con autonomía y alta autoestima.

El propósito de la presente monografía es contribuir, como los juegos lúdicos influye en elevar la autoestima de las personas; esperamos que nuestra contribución sea positiva para el bienestar de los estudiantes. Profesionales y las personas en general.

### **DEDICATORIA**

Dedico a Jehová Dios por permitirme estudiar y lograr salir adelante con lo que nos proponemos en nuestras vidas.

Dedico a mis padres Luis Choque y Ricarda Choque: quienes me brindan apoyo, a mis hermanos Lucía, Fernanda, Demetrio, Nicanor, quienes me brindaron su apoyo y sea un ejemplo para lograr y superar todo los obstáculos que se presentan en el cambio

A todos los docentes que me acompañaron en todo el proceso de información, quienes creen en nuestro trabajo y siempre nos apoyan en las buenas y en las malas para salir adelante en esta meta de nuestra vida.

### **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar agradezco a Dios, por darme el privilegio de venir al mundo a cumplir con un propósito y por bendecir nuestra vida en cada instante, a mi familia y toda gratitud a las personas de apoyo incondicional, ánimo y compañía en las diferentes etapas de nuestra carrera, así mismo agradezco al docente de guía por el apoyo incondicional.

## ÍNDICE

PRESENTACION .....	I
DEDICATORIA .....	II
AGRADECIMIENTO .....	III
RESUMEN .....	VI

### CAPITULO I

INTRODUCCIÓN.....	1
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA. ....	2
1.2 OBJETIVOS. ....	2
1.2.1. Objetivo general.....	2
1.2.2. Objetivo especifico .....	2
1.3 JUSTIFICACION.....	3
1.4. METODOLOGÍA .....	4
1.4.1 TIPOS DE INVESTIGACIÓN .....	4
1.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS .....	4

### CAPITULO II

2.1. FUNDAMENTACION TEORICA.....	5
2.1.1. ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA AUTOESTIMA.....	5
2.2.1. Concepto de la autoestima.....	5
2.3 CLASIFICACION DE AUTOESTIMA .....	6
2.3.1 Autoestima inflada .....	7
2.3.2. Autoestima alta .....	7
2.3.3. Autoestima baja .....	8
2.4. COMO DETECTAR PROBLEMAS DE AUTOESTIMA .....	9
2.4.1. Conducta de alta autoestima .....	10
2.4.2. Conductas de baja autoestima .....	10
2.5. LA IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL DESEMPEÑO ESCOLAR.....	10
2.5.1 La autoestima en el estudiante.....	11
2.5.2 Autoestima baja en el estudiante .....	11
2.5.3 Autoestima alta en el estudiante .....	12
2.5.4. ¿Por qué es importante estimular la autoestima en los niños? .....	12

2.5.5. Test para medir autoestima para niños .....	13
2.6. VENTAJAS DE AUTOESTIMA .....	14
2.6.1. DESVENTAJAS DE AUTOESTIMA.....	15
2.8. ASPECTOS QUE COMPONEN LA UATOESTIMA.....	16
2.8.1 Componente cognitivo. ....	16
2.8.2 Componente afectivo. ....	16
2.8.3 Componente conductual.....	16
2.9. LAS SEIS PRACTICAS DE LA AUTESTIMA SEGÚN BRANDEN .....	17
2.9.1. LA PRÁCTICA DE VIVIR CONSCIENTEMENTE .....	17
2.9.2. LA PRACTICA DE AL ACEPTACION DE SI MISMO.....	17
2.9.3. LA PRÁCTICA DE LA RESPONSABILIDAD DE SI MISMO .....	18
2.9.4. LA PRÁCTICA DE LA AUTOAFIRMACION.....	18
2.9.5. LA PRACTICA DE VIVIR CON PROPOSITO.....	18
2.9.6. LA PRÁCTICA DE LA INTELIGENCIA PERSONAL .....	18
2.10. COMO ESTIMULAR LA AUTOESTIMA .....	19
2.10.1. El ambiente familiar es el factor que más influye en la autoestima de los niños.	20
2.11. CONCEPTO DE JUEGO.....	20
2.12. SIGNIFICADO DE LÚDICO .....	21
2.13. ESTRATEGIAS LÚDICAS PARA TRABAJAR EN LOS DIFERENTES MOMENTOS DE CLASE.....	23
2.14. JUEGO PARA DESARROLLAR LA AUTOESTIMA Y EL AUTOCONOCIMIENTO ..	23

### **CAPITULO III**

CONCLUSIONES .....	25
RECOMENDACIONES.....	26
BIBLIOGRAFIAS .....	27
WEBGRAFIAS.....	27
ANEXOS.....	28

## RESUMEN

La autoestima es muy importante para el desarrollo integral del estudiante como persona. Es una cualidad básica para el éxito en las relaciones sociales, la superación de retos personales y los logros académicos. El desarrollo de la autoestima coincide en parte con la edad escolar, y depende mayormente de los contextos más cercanos al niño: la familia y la escuela. Es por ello desde colegio es un deber y una responsabilidad guiar al niño para la consecución de una autoestima sana. Se busca por medio de estrategias de juegos lúdicos-pedagógicas, que los niños y niñas asuman mejores respuestas ante comportamientos agresivos que se presenten en su ambiente escolar y fuera de él, que aporte a sus relaciones interpersonales escolar y social.

La etapa de socialización de los niños y niñas, en donde irá formando sus primeros aprendizajes para constituir su forma de ser e ir formando su personalidad. Es en esta edad que se dan las primeras muestras de conflictos cuando, por lo tanto se hace necesario implementar estrategias para mejorarlos de una manera pacífica y así no permitir que la agresividad llegue.

Por eso esta investigación me lleva a determinar que la lúdica jugara un papel importante en la resolución de los conflictos, minimizar la agresividad, implementar la convivencia pacífica, esencial en las competencias ciudadanas de los niños y niñas. Las estrategias ayudan a minimizar este problema y a poder formar en los niños y niñas cimientos en su vida que le ayuden a poder resolver conflictos de una manera adecuada.

## CAPITULO I

### INTRODUCCIÓN

Los juegos lúdicos como estrategia para mejorar la autoestima que le ayudaran a tener confianza en sí mismo, tener un buen desenvolvimiento con los demás y favorecer en el desarrollo de sus capacidades para adquirir seguridad en dominios nuevos

La lúdica es una manera de vivir la cotidianidad, es decir sentir placer y valorar lo que acontece percibiéndolo como acto de satisfacción física, espiritual o mental. La actividad lúdica propicia el desarrollo de las aptitudes, las relaciones y el sentido del humor en las personas y predispone la atención del niño en motivación para su aprendizaje.

La educación inicial es importante para que los niños desarrollen su creatividad, adquieran conocimientos, compartan experiencias y se involucren en estrategias lúdicas, que les permita tener una buena autoestima alta

El objetivo de este trabajo es para, responder a nuestras dudas planteadas como hipótesis: ¿Qué síntomas manifiestan las personas que sufren un desfasaje en su autoestima? ¿Cuáles son los factores que influyen en la persona que hace que exista este desfasaje? ¿Cómo ayudar a la persona que posee baja autoestima?

Podemos concluir indicando que los juegos lúdicos tiene una relación fundamental con la autoestima, ya que los niños necesitan sentirse apreciados, comprendidos, aceptados en el medio en el que se desenvuelven, sentirse seguros es fundamental para desarrollo cognitivo y procedimental.

Además de ello, con el presente trabajo pretendemos establecer los antecedentes históricos, clasificación, concepto de la autoestima, dentro del proceso de enseñanza tomando distintas autores, etc. Por tanto se puede deducir, que el juego es una actividad inherente al ser humano. Todos nosotros hemos aprendido a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, social y cultural a través del juego.

## **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.**

Los niños y niñas de nivel inicial, manejan con frecuencia una baja autoestima, altos niveles de agresividad e incapacidad de sociabilizar a causa del entorno en el que su desarrollo se ha acabado. La mayoría no tienen estabilidad emocional.

Algunos niños y niñas de nivel inicial, presentan conductas agresivas, esto se manifiesta con insultos y golpes a sus compañeros, otros estudiantes tienen la conducta retraída y no se defienden frente a esas agresiones, por eso se manifiestan quejas al respecto, lo cual ha creado un tenso ambiente en la sala de clase y se vuelve difícil de manejar para el profesor.

Al momento de iniciar la clase, los alumnos se muestran interesados y dispuestos a participar, pero a la mayoría se hacen la burla o comentario negativo de alguno de sus compañeros.

Pensamos que la raíz del conflicto se centra en la baja autoestima de los alumnos, que se manifiestan en. La baja tolerancia a la frustración, conductas violentas, inseguridad, timidez.

Es necesario fortalecer su autoestima para lograr cambios como: mejorar el ambiente en el aula (juegos lúdicos para generar un desenvolvimiento con sus compañeros y un aprendizaje significativo), crear lazos afectivos y de convivencia, trabajo en equipo.

## **1.2 OBJETIVOS.**

### **1.2.1. Objetivo general**

- Analizar la importancia de los juegos lúdicos como estrategias para mejorar la autoestima en los niños y niñas de nivel inicial.

### **1.2.2. Objetivo específico**

- Identificar los antecedentes históricos, origen, clasificación, concepto de la autoestima en el desarrollo del niño y niña.
- Describir la autoestima en los niños y su relación con juegos lúdicos.

- Establecer las causas que inciden en la baja autoestima en los niños.
- Proponer estrategias de juego lúdicos para potenciar la autoestima en el desarrollo del niño.

### **1.3 JUSTIFICACION**

Una razón para realizar la presente monografía es dar la importancia de los juegos lúdicos, para mejorar la autoestima del niño dentro y fuera del aula

De ahí la necesidad de dar el máximo impulso a lograr que los niños y niñas tengan una autoestima elevada, para así poder consolidar el proceso educativo en base a técnicas motivadoras que eleven la calidad humana y su proceso de aprendizaje.

Por esta razón es importante pensar sobre los beneficios que tiene los juegos lúdicos como parte esencial de la estructuración de una clase diaria y esto permitirá que día a día se optimice la autoestima en el niño.

Los juegos lúdicos ayudaran a los niños en el desenvolviendo y comportamiento social ya que por medio de los juegos lúdicos llegan a ser socializadores, integradores, innovadores, cooperativo, constructivos, pero sobre todo productivos, durante su formación integral socioeducativo

También es importante hablar de los juegos lúdicos, es por eso que dicho trabajo tiene como finalidad aportar estrategias dentro del proceso de enseñanza a través de juegos hacia la el aprendizaje eficaz para aumentar el interés de estudiante y así mismo elevar su autoestima en las que sea necesario poner en práctica las competencias para resolver problemas de la vida cotidiana.

## **1.4. METODOLOGÍA**

### **1.4.1 TIPOS DE INVESTIGACIÓN**

El tipo de investigación para la elaboración de la presente monografía es de carácter documental y describe, los juegos lúdicos como estrategias para mejorar la autoestima en los niños y niñas de nivel inicial, los antecedentes, las causas y estrategias para potenciar la autoestima en niños y niñas.

**Inductivo- deductivo:** Dio la posibilidad de partir del análisis del tema de estudio general para ir deduciendo los elementos esenciales para crear una teoría, que podrá servir para próximo estudio acerca de la temática

### **1.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

Para la elaboración de la monografía se acudió a la investigación bibliográfica documental donde se encontró escritos que sustentan el presente trabajo.

También se recurrió a recopilación de información mediante búsqueda de medios tecnológicos como son el internet, web, blogger, etc.

## CAPITULO II

### 2.1. FUNDAMENTACION TEORICA.

#### 2.1.1. ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA AUTOESTIMA

Según Lev Vigotsky (1924), el juego surge como una necesidad de reproducción del contacto con los demás. Naturaleza, origen y fondo del juego son fenómenos tipo social, y a través del juego se presentan escenas que van más allá de los instintos y pulsaciones internas e individuales. ([http://www. Espaciologopedico.com.mx/ inicio.htm](http://www.Espaciologopedico.com.mx/inicio.htm))

Robert B. Burns considera que la autoestima es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo. El ser humano se percibe a nivel sensorial; piensa sobre sí mismo y sobre sus comportamientos; se evalúa y los evalúa. Consecuentemente, siente emociones relacionadas consigo mismo. Todo ello evoca en él tendencias conductuales dirigidas hacia sí mismo, hacia su forma de ser y de comportarse, y hacia los rasgos de su cuerpo y de su carácter, y ello configura las actitudes que, globalmente, llamamos autoestima. Por lo tanto, la autoestima, para Burns, es la percepción evaluativa de uno mismo. En sus propias palabras: «la conducta del individuo es el resultado de la interpretación peculiar de su medio, cuyo foco es el sí mismo. (Porto, se amigo de ti mismo: manual de autoestima, 1997).

#### 2.2.1. Concepto de la autoestima

La autoestima es la valoración, generalmente positiva, de uno mismo. Para la psicología, se trata de la opinión emocional que los individuos tienen de sí mismos y que supera en sus causas la racionalización y la lógica.

En otras palabras, la autoestima es un sentimiento valorativo de nuestro conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que forman la personalidad. Dicho

sentimiento puede cambiar con el tiempo: a partir de los cinco o seis años de edad, un niño comienza a formar el concepto sobre cómo es visto por el resto de la gente.

El concepto de autoestima es muy importante en el campo de la psicopedagogía. Esta disciplina considera a la autoestima como la causa de las actitudes constructivas en los individuos, y no su consecuencia. Esto quiere decir que, si un alumno tiene buena autoestima, entonces podrá alcanzar buenos resultados académicos. (Porto, 2008)

### **2.3 CLASIFICACION DE AUTOESTIMA**

“Todos sabemos que la autoestima viene de lo que tú piensas de ti mismo,

No de lo que los demás piensan de ti” (Gloria Gaynor)

La autoestima es un factor muy importante si queremos lograr nuestro bienestar. Además, la autoestima será clave para relacionarnos con nuestro entorno de una forma positiva y sana. Pero, a pesar de esto, no todos tenemos la misma autoestima.

Según Raquiel Lemos Rodríguez, Hoy descubriremos que existen 3 tipos de autoestima que nos pueden definir. Esto no quiere decir que nos podamos encasillar en un solo tipo de autoestima, pues bien sabemos que a veces nos sentimos más eufóricos y otras veces más depresivos. Todo depende de lo que esté pasando en nuestra vida.

Pero sí puedes saber cuál es el tipo de autoestima que predomina en ti. ¿Cuál es la que más veces aflora?

### **2.3.1 Autoestima inflada**

Las personas con autoestima inflada se creen mejores que los demás y no dudan en infravalorar al resto. Es una autoestima muy negativa, pues les impide establecer relaciones afectuosas y sanas. La competitividad siempre está presente y quieren estar siempre por encima de los demás. Para estas personas, la felicidad reside en alcanzar el éxito, pero la realidad es que no logran ser felices con esta actitud.

“Nos interesa una autoestima realista, sana y positiva, Pero no una autoestima inflada y vana”

Las personas con autoestima inflada se caracterizan por ser incapaces de escuchar a los demás y de hacer autocrítica. No son capaces de corregir sus propios errores y, por lo tanto, culpan a los demás constantemente. Además, suelen menospreciar al resto de las personas adoptando un comportamiento hostil hacia ellas.

A estas personas les cuesta mucho establecer relaciones sanas con los demás. Siempre ven al resto como competencia. Pero, ¡cuidado de que esto no sea una falsa autoestima! Quizás tras ese afán de sentirse siempre el mejor haya una persona muy insegura, con muchos miedos que la hacen mostrarse como algo que en realidad no es.

Si una persona con autoestima inflada es muy superficial y materialista, probablemente tenga una falsa autoestima inflada.

### **2.3.2. Autoestima alta**

Las personas con este tipo de autoestima se aceptan y se valoran a ellas mismas. Es una autoestima que se conoce como positiva, pues logra hacer que la persona llegue a estar satisfecha con su vida. ¿Esto implica que no habrá barreras y muros que saltar? En absoluto, pero la confianza en uno mismo y la valentía de

enfrentarse a los problemas que puedan surgir hacen que todo sea mucho más fácil.

“Las personas con alta autoestima no se sienten superiores a los demás; no buscan probar su valor comparándose con los demás. Disfrutan siendo quienes son, no siendo mejor que los demás” (Nathaniel Branden)

Crear en uno mismo, confiar en tu persona es lo que caracteriza a las personas que poseen este tipo de autoestima. Pero esto no las hace arrogantes, ni se sienten mejor que nadie. Solamente tienen la seguridad necesaria para evitar que las circunstancias y los acontecimientos negativos las desestabilicen.

Pero, dentro de esta autoestima alta, existen las personas que sí se pueden ver desestabilizadas. Es decir, no son capaces de mantener esta autoestima alta de forma constante.

¿Qué caracteriza a estas personas que pecan de inseguridad? La actitud agresiva o pasiva, la negativa a aceptar otros puntos de vista, etcétera... Sobre todo, esto sucede en contextos competitivos en los que la inseguridad se vuelve algo imposible de enfrentar.

### **2.3.3. Autoestima baja**

Las personas que poseen una autoestima baja son contrarias a las de autoestima alta. No se valoran, no confían en sus posibilidades y la inseguridad que puedan sentir se traslada a casi cualquier situación. El miedo al fracaso es algo que atormenta y bloquea a las personas con muy baja autoestima. Son el ejemplo de las personas infelices.

“La necesidad de hablar mal del otro indica una baja autoestima, es decir, yo me siento tan abajo que en vez de subir bajo al otro” (Papa Francisco)

Las personas con una autoestima baja tienen momentos de euforia en los que todo les va bien, pero cuando las cosas se empiezan a torcer su autoestima baja

muy rápido. Son personas muy influenciables y sensibles, que suelen mostrar su opinión, pero sin defenderla.

Existen algunas personas dentro de este tipo de autoestima que no son tan inestables, es más, su problema es la indecisión. Confían tan poco en ellas mismas, se infravaloran y tienen tanto miedo a equivocarse que continuamente creen que no están a la altura de las circunstancias. (Rodríguez, 2015)

### **¿Qué tipo de autoestima es más habitual en ti?**

Piensa que de una autoestima inflada o baja es difícil escapar, pero si estás entre las personas que tienes una autoestima alta, aunque piques de inestabilidad en algunas ocasiones ¡enhorabuena! Estás mucho más cerca de lograr la felicidad y la satisfacción con la vida que tan dichosa te hará.

(Rodríguez, 2015)

## **2.4. COMO DETECTAR PROBLEMAS DE AUTOESTIMA**

Es fundamental que los adultos cercanos estén atentos para detectar comportamientos que sean indicativos de baja autoestima.

Sin embargo es preciso recordar que todos los niños manifiestan “alteraciones” en sus comportamientos en alguna ocasión.

Esta situación nos podrá ponernos sobre aviso de que estamos ante un niño con un pobre concepto de sí mismo. alguna o varias de las conductas señaladas a continuación se repitan excesivamente, con una intensidad mayor de lo considerado normal.

### **2.4.1. Conducta de alta autoestima**

Tener ganas de intentar algo nuevo, de aprender, de probar nuevas actividades.

Ser responsable de sus propios actos.

Hacerse responsables de otras personas; tener conductas pro-sociales.

Confiar en sí mismo y en su propia capacidad para incluir sobre los eventos.

Manifestar una actitud cooperadora.

Autocritica. Aprender de los errores.

### **2.4.2. Conductas de baja autoestima**

Rehuir a las anteriores actividades intelectuales, deportivas o sociales por miedo al fracaso.

Engañar. Mentir. Echar la culpa a otros.

Conductas regresivas (hacerse el pequeño). Comportamientos no sociales.

No confiar en sí mismo. Creer que no se tiene capacidad de control sobre los eventos.

Agresividad, timidez excesiva o violencia.

Negación frecuente. Frustrarse. Según: (Dr. Raul Eguizabal Rojas , NOVIEMBRE-2017)

## **2.5. LA IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL DESEMPEÑO ESCOLAR**

La autoestima cumple un papel importante en los éxitos y fracasos, la satisfacción, el bienestar psíquico y el conjunto de relaciones sociales.

La literatura científica presenta numerosos trabajos que exploran las relaciones entre la autoestima y el desempeño escolar. Trabajos como el de Villarroel Henríquez (2000) apoyan la asociación lineal entre la auto estima y el desempeño escolar. La influencia recíproca entre las expectativas del profesor, la autoestima y el rendimiento logrado por el alumno sobre la percepción que el profesor tiene de él.<sup>8</sup>

Muchos estos estudios tienen base en los trabajos de Covington y Berry (1976), que consideran que una percepción positiva de sí mismo y de las habilidades que cada uno tiene, son esenciales para un buen desempeño escolar y el consecuente logro académico.

En síntesis, la literatura especializada revela un esfuerzo sistemático por explorar y determinar las relaciones entre la autoestima y algunos aspectos de la educación. (Mendieta, 2012)

### **2.5.1 La autoestima en el estudiante**

Del desempeño escolar es la resultante del complejo mundo que envuelve al estudiante, determinado por una serie de aspectos cotidianos; esfuerzo, capacidad, atención, motivación, memoria, medio relacional que afectan directamente el desempeño escolar de los individuos

### **2.5.2 Autoestima baja en el estudiante**

Necesidad compulsiva de aprobación: son alumnos que querían ser constantemente aprobados por todos necesitan reconocimiento la atención, dependiendo de ellos para su valoración personal.

Actitud excesivamente quejumbrosa y crítica esta actitud es una forma de expresar una sensación de descontento por que las cosas no le resultan como ellos merecen o esperaban y la sensación de no ser siempre los primeros.

Necesidad imperiosa de ganar: se frustran o se ofuscan en forma desproporcional si pierden. Creen que para ser requerirles deben lograr ser siempre mejor que los demás.

Actitud inhibida, poco sociable: en la media en que s valoran poco, tienen mucho temor y auto exponente. Imaginan que son aburridos para los otros, por esta razón no se atreven a tomar la iniciativa creyendo que podían ser rechazados.

Temor excesivo a equivocarse son los niños que están convencidos de que tener una equivocación equivalente a una catástrofe; por esta razón se arriesgan poco o nada

Animo triste: a veces aparecen muy tranquilos que no dan problemas al profesor, pero si se les observa con cuidado demuestran un sentimiento general de tristeza, que sonríen con dificultad, las actividades que se les proponen no los motiva y aunque pueden realizarlas, resulte evidente que no se ilusionan con ellas como sus otros compañeros.

Actitud desafiante y agresiva: probablemente esta es la conducta más difícil de percibir.

### **2.5.3 Autoestima alta en el estudiante**

En relación a si mismo, actúa con seguridad y se siente capaz y responsable por lo que siente, piensa y hace son abiertos y flexibles, tienen actitud de valoración de los demás, toman iniciativas en el contacto social, establecen en forma adecuada relaciones con sus profesores y con otras personas de mayores jerarquías (Mendieta, 2012)

### **2.5.4. ¿Por qué es importante estimular la autoestima en los niños?**

La autoestima saludable ayuda a proteger al niño de los desafíos de la vida. Los niños que se sienten bien con ellos mismos, afrontan mejor los problemas y sus

posibles resoluciones. Caso contrario el niño de hoy y el adulto de mañana sentirá frustración y ansiedad.

La autoestima positiva disfruta la interacción con los demás, y se encuentran cómodos en encuentros sociales y disfrutan actividades en grupo.

Aprenden a conocer y aceptar sus puntos fuertes y sus debilidades. En ellos prevalece un sentimiento positivo y optimista.

Es importante trabajar sobre la autoestima de los niños desde muy pequeños, y en ello los adultos tienen un papel fundamental. Por ello, trátalos con afecto y cariño aún si tienes que marcarles un error. Es importante que los incentives y motives para que, si fracasaron lo intenten nuevamente para lograrlo. El siguiente test, ayuda a conocer más y a mejorar su autoestima del niño si lo necesitara.

#### **2.5.5. Test para medir autoestima para niños**

##### **¿Por la mañana cómo te ves?**

- Me veo bien y tengo ganas de comenzar el día.
- Me veo mal y tengo ganas de volver a la cama.

##### **¿Cuándo te equivocas que te dices a ti mismo?**

- No importa esas cosas pasan.
- No puedo hacer nada bien.

##### **¿Cuando tienes éxito que te dices a ti mismo?**

- Me felicito.
- Me dijo que tendría que ser mejor.

##### **¿Qué piensas sobre ti, cuando te comunicas con un adulto?**

- Piensas que te has manejado bien.
- Piensas que actuaste mal.

**¿Qué piensas sobre ti, cuando terminas de compartir un tiempo con un amigo/a?**

- Me divertí. Creo que mi amigo/a se divirtió.
- Creo que mi amigo/a se aburrió.

**¿Qué sientes cuando te dicen un cumplido?**

- Me lo merezco.
- No me lo merezco

.fuente: (Cancela, 2008)

## **2.6. VENTAJAS DE AUTOESTIMA**

Independencia, seguridad, capacidad de decisión, resolución, actividad, confianza y seguridad son solo algunas de las ventajas de vivir con la autoestima alta. No se trata de elevar el ego hasta situarlo por encima de los demás, ni de creernos mejores. El egocentrismo no está lo suficientemente valorado en la sociedad actual porque se considera un signo de soberbia o de prepotencia. Sin embargo, lo ideal es trabajar el ego hasta querernos a nosotras mismas por encima de todo.

Al aceptarnos tal y como somos, al tener una visión realista y crítica de nosotras mismas, lo que conseguimos es multiplicar nuestras opciones para ser felices así como descubrir todos los recursos posibles para hacer frente a las adversidades

Se relaciona fácilmente con otras personas.

Tendrá una importante capacidad de comunicación. Habilidad para desarrollar con motivación sus actividades. Buen trato con los demás. Obtendrá logros a partir de esfuerzo. Tendrá la capacidad de asumir responsabilidades y libertades.

Habla con tu hijo con frecuencia, intérate por sus actividades y dedica tiempo para compartir las etapas del crecimiento.

Dale a entender que valoras los esfuerzos que él hace, sin importar el resultado obtenido.

Pero lo más importante para lograr buenos resultados es llenarlo de amor y afecto, pero, sobre todo, estableciendo normas y límites a todas las actividades que el pequeño pueda realizar.

### **2.6.1. DESVENTAJAS DE AUTOESTIMA**

Una baja autoestima puede desarrollar en los niños sentimientos como la angustia, el dolor, la indecisión, el desánimo, la pereza, la vergüenza, y otros malestares. En razón de eso, el mantenimiento de una autoestima positiva es una tarea fundamental a lo largo del crecimiento de los niños. Dentro de cada uno de nosotros existen sentimientos ocultos que muchas veces no los percibimos. Los malos sentimientos, como el dolor, la tristeza, el rencor, y otros, si no son remediados, acaban por convertirse y ganar formas distintas. Estos sentimientos pueden llevar a una persona no solo a sufrir depresiones continuas, como también a tener complejo de culpabilidad, cambios repentinos del humor, crisis de ansiedad, de pánico, reacciones inexplicables, indecisiones, excesiva envidia, miedos, hipersensibilidad, pesimismo, impotencia, y otros malestares.

- Mentir
- Irrespetar a las personas
- Creerse superior - Descuidar el cuerpo
- Vivir aburrido, resentido o asustado - Desconocer, negar o inhibir los talentos
- Descuidar la salud como si no fuera importante - Negarse a aprender - Idolatrar a otras personas - Asumir como estados habituales la tristeza, el

miedo, la rabia y la culpa. (<http://jvchulas.blogspot.com/2010/12/ventajas-y-desventajas-del-autoestima.html>)

## **2.8. ASPECTOS QUE COMPONEN LA UATOESTIMA**

Modificar la auto estima para fomentarla y potenciarla positivamente supone actuar sobre los diferentes componentes de la misma. Entre estos componentes tenemos:

### **2.8.1 Componente cognitivo.**

Supone actuar “lo que pienso” para modificar nuestros pensamientos negativos e irracionales y sustituirlos por pensamiento positivos y racionales

### **2.8.2 Componente afectivo.**

Implica actuar sobre “lo que siento”, sobre las emociones y sentimientos que tenemos acerca de nosotros mismos.

### **2.8.3 Componente conductual.**

Supone actuar sobre “lo que hago”, esto es, sobre el comportamiento, para modificar nuestros actos.

Los tres componentes están muy relacionados entre sí, de manera que actúa sobre uno de ellos, obtenemos efectos sobre los otros dos. Si modifico un pensamiento negativo acerca de mí mismo por otro positivo, seguramente me sentiré mejor conmigo mismo y este sentimiento de bienestar me impulsara a actuar, probablemente haciendo algo de lo que no me creía capaz. (Dr. Raul Eguizabal Rojas , NOVIEMBRE-2017)

## **2.9. LAS SEIS PRACTICAS DE LA AUTESTIMA SEGÚN BRANDEN**

Branden identifica seis prácticas que tienen una importancia crucial para elevar la autoestima, según su propia experiencia como psicoterapeuta.

### **2.9.1. LA PRÁCTICA DE VIVIR CONSCIENTEMENTE**

Vivir de manera consciente significa estar conectados con nuestros actos, nuestras motivaciones, valores y propósitos y comportarnos de manera razonable. La acción debe ser adecuada a la consciencia. El vivir conscientemente es vivir siendo responsable hacia la realidad, preocuparme, sobre todo, de distinguir los hechos en sí de las interpretaciones que hagamos sobre los hechos o de las emociones que nos generen. Otro aspecto importante es interesarnos en saber dónde estamos en relación con nuestros proyectos de vida, si los estamos logrando o estamos fracasando. Estar dispuesto a ver y corregir nuestros errores. Ser receptivo a los conocimientos nuevos y estar dispuesto a reexaminar nuestras creencias. Perseverar en el intento de comprender pese a las dificultades. Comprometernos con la vida como si se tratara de un camino de superación y aprendizaje

### **2.9.2. LA PRACTICA DE AL ACEPTACION DE SI MISMO**

La aceptación de sí mismo conlleva la idea de compasión, de ser amigo de mí mismo. Branden lo explica así: “Supongamos que he hecho algo que lamento, o de lo cual estoy avergonzado y por lo cual me reprocho. La aceptación de sí mismo no niega la realidad, no afirma que sea en realidad correcto lo que está mal, sino que indaga el contexto en el que se llevó a cabo una acción. Quiere comprender el porqué. Quiere conocer por qué algo que está mal o es inadecuado se consideró deseable o adecuado o incluso necesario en su momento.”

### **2.9.3. LA PRÁCTICA DE LA RESPONSABILIDAD DE SI MISMO**

Es asumir que una es la artífice de su propia vida, una es responsable de la consecución de los propios deseos, de las elecciones que hace, de las consecuencias de sus actos y de los comportamientos que asume frente a las demás personas, de la propia conducta, de la forma de jerarquizar el tiempo del que dispone, de la felicidad personal, de aceptar o elegir los valores según los cuales vivo.

### **2.9.4. LA PRÁCTICA DE LA AUTOAFIRMACION**

La autoafirmación significa respetar mis deseos, necesidades y valores y buscar su forma de expresión adecuada en la realidad. Significa la disposición a valerme por mí misma, a ser quien soy abiertamente, a tratarme con respeto en todas las relaciones humanas. Está relacionada con la autenticidad

### **2.9.5. LA PRACTICA DE VIVIR CON PROPOSITO**

Vivir con propósito es fijarse metas productivas en consonancia con nuestras capacidades. Fijarse metas concretas y actuar para conseguirlas. Para ello es necesario cultivar la autodisciplina, es decir la capacidad de organizar nuestra conducta en el tiempo al servicio de tareas concretas. Hay que prestar atención al resultado de nuestros actos para averiguar si nos conducen a donde queremos llegar.

### **2.9.6. LA PRÁCTICA DE LA INTELIGENCIA PERSONAL**

Tiene que haber una coherencia entre nuestros valores, nuestros ideales y la práctica de nuestro comportamiento. Nuestra conducta debe reconducir a nuestros valores. Significa cumplir con nuestros compromisos, con nuestra palabra y genera confianza en quienes nos conocen. Es el aspecto moral de la autoestima del que no se puede prescindir.

Fuente: BRANDEN, Nathaniel, 1995. Los seis pilares de la autoestima: Paidós. (<http://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/04.pdf>).

## **2.10. COMO ESTIMULAR LA AUTOESTIMA**

Para fomentar la autoestima del niño puedes seguir algunos pasos que contamos a seguir:

**1-** Incentiva el desarrollo de las responsabilidades del niño. De una manera positiva, crea algunos compromisos y exija, en un clima de participación e interacción, su cumplimiento por parte del niño.

**2-** Da la oportunidad al niño a que tome decisiones y resuelva algún problema.

**3-** Refuerza con positivismo las conductas del niño. Por ejemplo, cuando él haga los deberes, o recoja sus juguetes, o se cambie de ropa solo, dígame con cariño y de forma efusiva ¡qué mayor eres!, ¡Gracias por ayudarme!, o ¡lo has hecho muy bien!. En algunas casas y colegios, este refuerzo se hace a través de pequeños premios.

**4-** Ponga límites claros a tu hijo, enseñándole a prever las consecuencias de su conducta. Ejemplo: "Si no recoges tus juguetes, no irás al cine". Y que no haya vuelta atrás.

**5-** Enseña a tu hijo a resolver sus propios problemas y a aprender de sus errores y faltas, de una forma positiva. Por ejemplo, si el niño no alcanza una buena nota en una asignatura escolar, anímale a estudiar más y a prepararse para superarse en el próximo examen. De nada adelantará culpabilizarlo.

El niño debe sentir que un error puede ser convertido en un aprendizaje y, consecuentemente, que podrá arreglarlo si emplea más esfuerzo.

**6-** Deja de lado las críticas que nada construye. Los insultos no favorecerán a la autoestima del niño. En lugar, por ejemplo, de decir "eres un desordenado, tienes

tu cuarto como una basura", mejor decir "No me gusta ver tu cuarto tan desordenado, me pone muy triste". Así, estarás demostrando que lo que a ti te disgusta es el desorden del cuarto, no el niño.

### **2.10.1. El ambiente familiar es el factor que más influye en la autoestima de los niños**

Constantemente nuestra autoestima se ve afectada por las experiencias y exigencias que recibimos del mundo exterior. La sociedad exige que nos uniformicemos y que sigamos pautas de comportamiento, de elecciones, iguales que las de la mayoría. Y si no cumplimos los requisitos exigidos, nuestra autoestima, aunque positiva, puede verse abalada. Por esta razón, la construcción de una autoestima positiva debe ser sólida en todos los momentos de la vida de un niño. Solamente así, él no se sentirá inferior por si lleva un corte de pelo que le guste pero que no agrada a los demás. (<http://problemasautoestima.galeon.com/cvitae1927708.html>)

## **2.11. CONCEPTO DE JUEGO**

El juego es una actividad inherente al ser humano, Dado que el juego viene antes de la cultura humana no es exclusiva de los humanos ya que desde antes los animales también juegan.

Todos nosotros hemos aprendido a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, material, social y cultural a través del juego. Se trata de un concepto muy rico, amplio, versátil y ambivalente que implica una difícil categorización.

Etimológicamente, los investigadores refieren que la palabra juego procede de dos vocablos en latín: "iocum y ludus-ludere" ambos hacen referencia a broma, diversión, chiste, y se suelen usar indistintamente junto con la expresión actividad lúdica.

Los juegos representan una parte importante en la vida de cada persona, ya que sin importar la religión, raza o cultura seguramente, ha sido participe de alguna de

estas actividades, ayudando a incentivar las diferentes áreas del desarrollo del niño o niña que actúa dentro del juego, físicamente ayuda a la correcta coordinación de las distintas partes del cuerpo, también ayuda a ampliar las capacidades motoras y a descubrir nuevas sensaciones, a nivel intelectual se estimula la capacidad de razonamiento, se incentiva a la imaginación y la creatividad, también se puede desarrollar en gran manera el lenguaje, en el ámbito social enseña al niño a regirse por una serie de normas ya impuestas, desarrolla la responsabilidad y el autocontrol además de fomentar la participación y la cooperación con los demás, por último lo ayuda a expresarse de manera libre y liberar tensiones, también puede aumentar el autoestima y al desarrollo de la personalidad. (<https://es.wikipedia.org/wiki/Juego>)

**Rousseau (1762)** dice que “el juego es el modo de expresión del niño pequeño y su felicidad. Es autorregulado de su conducta y ejercicio de su libertad” (p.68) es importante reconocer que el juego es la herramienta con la que los docentes se valen intervenir en el aula pero para los niños y las niñas, es la forma de disfrutar y gozar lo placentero de su vida. Además el juego es la manifestación más importante de los niños, en su manera natural de aprender, la representar su mundo y de comunicarse con su entorno, manifestando sus deseos, fantasía y emociones. (Garzon, 2011)

**Según Piaget** los juegos se clasifican en: juego de ejercicio, juego simbólico, juego de reglas, depende de nivel educativo de los niños, es el preescolar; este se encuentra ubicado en el periodo de pensamiento representativo donde resalta el juego simbólico, se caracteriza por utilizar un abundante simbolismo que se forma mediante la imitación. (prezi, 2017)

## **2.11. SIGNIFICADO DE LÚDICO**

Se conoce como lúdico al adjetivo que designa todo aquello relativo al juego, ocio, entretenimiento o diversión. El término lúdico es de origen latín ludus que significa “juego”. (7Graus, 2013-2017)

Una actividad lúdica es realizada en el tiempo libre de los individuos, con el objetivo de liberar tensiones, huir de la rutina diaria y preocupaciones, para obtener un poco de placer, diversión y entretenimiento, así como otros beneficios, entre los cuales están:

- ✓ Amplia la expresión corporal.
- ✓ Desenvuelve la concentración y agilidad mental.
- ✓ Mejora el equilibrio y flexibilidad.
- ✓ Aumenta la circulación sanguínea.
- ✓ Libera endorfina y serotonina.
- ✓ Proporciona la inclusión social.

Las actividades lúdicas pueden ser variadas, como: ejercicios físicos, mentales, destreza, equilibrio, entre otros. Hoy en día, es tendencia la práctica por mujeres, hombres y niños, la actividad física conocida como zumba, que consiste en ritmos y músicas latinoamericanas.

Con respecto a los niños, la práctica de un ejercicio lúdico es indispensable para su crecimiento personal y social, aparte de ser visto como una alternativa de ocio sana. Los beneficios que conlleva la realización de alguna actividad son: aumento de autoestima, desarrolla la creatividad y pensamiento, estimula la socialización, explora las posibilidades sensoriales y motoras, prepara al niño al mundo del trabajo, entre otras.

Por otro lado, el juego es visto como un método placentero para impartir educación. Los especialistas en el área de psicología y pedagogía, indican que el juego es una herramienta esencial para explotar y desarrollar todas las áreas de un individuo, y de ahí su importancia de realizar y seleccionar juegos adecuados al área que se desea instruir o desarrollar. Con respecto a este punto, el método lúdico puede ser empleado tanto para niños como adolescentes. (7Graus, significado de ludico, 2013-2017)

## **2.12. ESTRATEGIAS LÚDICAS PARA TRABAJAR EN LOS DIFERENTES MOMENTOS DE CLASE.**

El coro de clase. La asamblea que, a primera hora del día realizamos en grupo nos ofrece un momento crucial para trabajar la atención con los niños. Son momentos de explicación, de interacción directa con los niños y despertado su interés tendremos asegurada su curva máxima de atención. La pizarra. El niño es siete especial porque acoge el rol que ocupa su maestro, y eso les canta. Utilicemos tiras de colores, plantilla, láminas. (Jiménez, 2010, p.7).

## **2.13. JUEGO PARA DESARROLLAR LA AUTOESTIMA Y EL AUTOCONOCIMIENTO**

El juego es la mejor manera para aprender porque es una imitación de la vida y una forma de expresar lo que los niños captan de su entorno. Es pues el mejor aliado para enseñar valores y para desarrollar la educación emocional.

Algunos ejemplos son:

### **1. ESTE ES MI AMIGO**

Objetivos: Integración en un grupo y valorar el propio yo.

Materiales: no se necesitan.

Desarrollo: Cada niño(as) presenta a su compañeras al resto del grupo, así convertimos algo “mío” en algo de grupo, haciendo piña. Los niñas se sientan en círculo con las manos unidas. Uno comienza presentado al compañero con la fórmula “Este es mi amiga(o) X”, cuando dice el nombre alza la mano de su amigo al aire. Se continúa el juego hasta que todos hayan sido presentados. Hay que procurar que todos los participantes se sientan integrados y aceptados dentro del grupo.

## **2. CONOCIENDO A MIS COMPAÑEROS**

Objetivos: favorecer el conocimiento entre los participantes y valorar el propio yo.

Materiales: un balón.

Desarrollo: uno de los jugadores (Ricardo) toma el balón y lo arroja hacia arriba al mismo tiempo que dice el nombre de otro jugador (Lorenzo). Éste corre a coger el balón y los demás se alejan lo más posible. Para que paren de correr el jugador nombrado tiene que coger el balón y gritar el nombre del jugador que le nombró y, además, una característica suya (por ejemplo, “¡Ricardo, es alto!”). Cuando los demás jugadores lo oigan deben pararse para iniciar de nuevo el juego. (Llorente, 2015)

## CAPITULO III

### CONCLUSIONES

En relación a la temática investigada se concluye que los juegos lúdicos es la clave en el desarrollo de la autoestima del niño es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad, además es aprender a querernos y respetarnos, es algo que se construye o reconstruye por dentro. Esto depende, también, del ambiente familiar, social y educativo en el que estemos y los estímulos que este nos brinda.

En el niño, son particularmente necesarias las actividades lúdicas, como expresión de su imaginación y de su libertad, para crecer individual y socialmente, según que el juego se realice solitariamente o se comparta, respectivamente.

Los beneficios que conlleva la realización de alguna actividad de juegos lúdicos son: aumento de autoestima, desarrolla la creatividad y pensamiento, estimula la socialización, explora las posibilidades sensoriales y motoras, prepara al niño al mundo del trabajo.

Los primeros pasos que podemos empezar a dar para trabajar nuestra autoestima son: reconocer el problema y querer hacer algo para cambiarlo, hacer un inventario de todo lo que debemos dar gracias en nuestra vida, alimentar nuestra mente con pensamientos positivos, y aceptarnos a nosotros mismos, tener una visión positiva de nuestro entorno y vivir más felices con nosotros mismos y con los demás.

## **RECOMENDACIONES**

Con base a las conclusiones elaboradas es factible realizar las siguientes recomendaciones Del mismo modo que alimentamos el cuerpo cada día, deberíamos alimentar el amor hacia nosotros mismos, nuestra autoestima. Tenerla “desnutrida” nos irá convirtiendo en personas negativas, agresivas, de éstas que enrarecen el ambiente sólo con su presencia.

Utilizar las actividades lúdicas con el fin de lograr el desarrollo físico en el niño y niña en la educación inicial

Así mismo las actividades lúdicas son de vital importancia pues contribuye a facilitar la comunicación entre los niños, niñas y adultos

Se deben ofrecer oportunidades para comunicarse a través de actividades lúdicas

Las actividades lúdicas son una herramienta útil para la adquisición de competencias ya que actúa como una experiencia importante de aprendizaje y no como un juego no significativo

Por otro lado las actividades lúdicas favorece la expansión de necesidades y deseos que los niños reprimen dentro de su entorno familiar

Incentivar a los niños y niñas a crear cosas nuevas a través de actividades lúdicas

Se invita al docente a respetar las producciones de los niños y niñas en situaciones espontáneas tanto individuales como grupales y emplear las actividades lúdicas como una herramienta.

Se debe realizar los juegos lúdicos en las aulas, como también en el hogar así para que los niños tengan una buena autoestima y un buen desarrollo en las diferentes habilidades.

## BIBLIOGRAFIAS

- Bonet Vicente José. (1997). se amigo de ti mismo: manual de auto estima España sal terrae. Maliaño Cantabria, España
- del pilar cancela María (2008), artículos publicados en innata
- Eguizábal Rojas Raúl psicólogo (noviembre 2007) la autoestima: aspectos que componen la autoestima, como detectar problemas de autoestima. Perú, Amex.
- Leiva garzo Ana María (2011 p.3) definición del juego , el juego como estrategia en la educación infantil, Bogotá
- Lemos Rodríguez Raquel (26-07-2015) la mente es maravillosa. Con 3 tipos de auto estima
- Llorente Elena(15-11-2015)emociones básicas, juego para desarrollar la autoestima y el autoconocimiento
- Ochoa Mendieta Srta. Paola Silvana (2012. p. 30-32) la auto estima y desempeño escolar, la autoestima en el estudiante, Babahoyo.
- Pérez Porto Julián: Edición Año 2008, Definición De Autoestima
- Prezi (2017) actividades-lúdicas-para-niños

## WEBGRAFIAS

- ([http://www. Espaciologopedico.com.mx/ inicio.htm](http://www.Espaciologopedico.com.mx/inicio.htm))
- (<http://jvchulas.blogspot.com/2010/12/ventajas-y-desventajas-del-autoestima.html>)
- <https://www.google.com.bo/search?q=imagenes+juegos+para+desarrollar+la+autoestima>
- TarresSara <https://www.guiainfantil.com>
- <https://es.wikipedia.org/wiki/Juego> concepto del juego

# ANEXOS

## Anexo 1

