

“2020. AÑO DE LAURA MÉNDEZ DE CUENCA; EMBLEMA DE LA MUJER MEXIQUENSE”

ZONA E032 REGIÓN XII TEJUPILCO

EDUCACIÓN ESPECIAL

U.S.A.E.R 137

Lic. Psic. Eder Mendoza Villarreal

Compendio de actividades para trabajar emociones

Agosto de 2020

Recopilación de actividades socioemocionales

Presentación

Las actividades a desarrollar están fundamentadas en características propias de la terapia recreacional o de juego, **la cual disipa la ansiedad y permite mejorar las habilidades sociales, emocionales y afectivas**, al desarrollarse la actividad en compañía de otra persona puede estructurar y alentar al alumno a esforzarse y fortalecer su autoestima así como su confianza al ejercer dicha actividad, tomando en cuenta esto se ha dejado por ejemplo “el proyector de dinosaurios” aunque claro no es solamente el dibujar dinosaurios, esta actividad permite, además, que el niño cree nuevas imágenes a su entender y además le permite no solo compartir con sus familiares sino que incluso puede invitar a otros a ejercer la misma actividad y compartir con sus pares, así como este ejemplo son las actividades a desarrollar.

A continuación, se deja la fundamentación teórica de manera breve, se muestra un cuadro con las actividades y al final observaciones para realizar adecuaciones para cada niño según sus necesidades.

Introducción

Cualquier persona puede adquirir conocimiento de manera natural, sin embargo, la socialización nos permite alcanzar un mejor desarrollo de manera más sencilla, este interactuar permite desarrollar las habilidades cognitivas y sus destrezas adaptativas al entorno, el intercambio de experiencias entre pares genera aprendizajes que son más sólidos por la relación con el entorno, por estas características se pensó en ocupar la corriente pedagógica de la escuela de Reggio

Emilia que según Edwards y Forman en Beresaluce (2009) indica que esta propuesta es “dedicada a la creación de condiciones adecuadas para el aprendizaje, que faciliten y motiven al niño a construir sus propios poderes de pensamiento a través de la síntesis de todos los lenguajes expresivos, comunicativos y cognitivos”,

La falta de interacción, es decir, de contacto físico y el aislamiento generan que la construcción emocional y socio afectiva se vean altamente

perjudicadas, dañando directamente el proceso de aprendizaje, ya que al liberar de esta manera su estrés no se acumula y reduce el riesgo de que el niño entre en las etapas de frustración, impotencia, irritación y ansiedad que, a mediano plazo genera cambios conductuales que se reflejan en violencia y agresión o en tristeza y melancolía; al cubrir estas necesidades socioemocionales favorecemos las aptitudes para un buen desarrollo en el aprendizaje, es por ello que se retoma como punto de partida la teoría de la Terapia de juego por las características lúdicas que permiten la liberación de estrés, y es que “El jugar alivia el estrés y el aburrimiento, nos conecta con los demás en una forma positiva, estimula el pensamiento productivo y la búsqueda, regula nuestras emociones y alimenta nuestro ego (Landreth, 2002)”, esta terapia permite recrearse, expresar emociones y sentimientos, modificar sus conductas y desarrollar habilidades sociales y la solución de problemas, es por ello que, buscando aliviar esa parte emocional que se propone la siguiente actividades para ejecutar con los niños en compañía de un familiar:

Objetivos

Mejorar las habilidades sociales, emocionales y afectivas

Disipar la ansiedad

Nombre de la Actividad	Objetivo	Desarrollo	Materiales	Producto
¡¡¡Proyector de dinosaurios!!!	<p>Desarrollar atención visual</p> <p>Estimular el autocontrol y la concentración</p> <p>Desarrollar el pensamiento abstracto</p> <p>Desarrollar inteligencia</p>	<p>Con ayuda de un familiar se deberá colocar un plástico, en la boca de un vaso plástico o de vidrio, pero debe ser transparente.</p> <p>Sóbre la boca del vaso se coloca el plástico transparente y se fija con una liga para dibujar sobre él.</p> <p>En tres plásticos diferentes los cuales el alumno deberá dibujar tres dinosaurios.</p> <p>En un cuarto oscuro o en la noche el niño coloca una lámpara debajo del vaso para proyectar en la pared los dibujos realizados para compartirlos con sus familiares.</p>	<p>Vaso de vidrio o plástico transparente</p> <p>Liga de goma</p> <p>Plástico transparente</p> <p>Plumón negro o de color</p> <p>Lámpara de celular o</p>	<p>Proyector de vaso sencillo</p>

	emocional Mejorar el aprendizaje Fomentar la autoestima		una lámpara sorda Anexo uno (ver cómo queda)	
Nombre de la Actividad	Objetivo	Desarrollo	Materiales	Producto
¿Quién ha explotado el globo?	Percepción auditiva Orientación espacial	Los componentes del círculo se van pasando el globo o los globos. Mientras Luis se está en medio con los ojos cerrados está atento a todos los movimientos del globo porque en un momento determinado un jugador hará explotar el globo, y Luis tendrá que adivinar quién lo ha explotado. Si lo acierta se intercambian los papeles y si no lo hace permanece dentro del círculo, un jugador puede estar dentro del círculo como máximo dos veces seguidas en el centro.	Globos	No hay
La gallinita ciega auditiva	Percepción y reconocimiento táctil orientación espacial Percepción auditiva Interacción grupal	A un componente del grupo se le vendan los ojos y se sitúan dentro del círculo que forman sus compañeros. Para comenzar este juego se le dan varias vueltas sobre su propio eje para despistarlo un poco. A continuación todos los jugadores se acercan con sigilo y hacen sonar sus instrumentos para orientar a la gallinita, cuando la gallina ciega coge a algún participante tiene que adivinar quién es mediante el tacto y si lo adivinan cambiar los papeles.	Todo tipo de instrumentos sonoros	No hay
¿Qué fruta estoy tomando?	Percepción táctil	Se colocan las frutas encima de la mesa y los integrantes del grupo con los ojos cerrados deben ir pasando uno a uno y mediante el tacto ir adivinando las frutas que tocan. Hay un jugador con los ojos abiertos que se encarga de verificar las respuestas de sus compañeros de juego. El participante que más fruta adivine gana.	Cualquier fruta	No hay
¿Quién faltó?	Atención Observación Concentración organización espacial	Se sientan los niños libremente, y se designa a un componente del grupo el cual debe levantarse de frente a sus compañeros debe fijarse muy bien en ellos pues una vez que lo haya estudiado debe darse la vuelta y cerrar los ojos. En ese instante un niño debe abandonar el grupo y situarse en un lugar que no pueda ser visto. En ese momento el participante se da vuelta y observa de nuevo al grupo y debe adivinar en el menor tiempo posible el jugador que falta, sino acierta los demás jugadores le darán pistas hasta que descubra quien falta.	Espacio amplio y donde se pueda ocultar quien mira	No hay
El catador de refrescos	Desarrollo del gusto	En cada grupo un niño se encarga de organizar las bebidas por lo que tendrá preparadas las botellas encima de una mesa. Posteriormente todos los componentes de su grupo pasaran con su vaso a que el camarero les sirva una copa, tratando de adivinar el contenido de la misma. Se puede aumentar a dificultad al introducir bebidas similares.	Vasos de plástico bebidas no alcohólicas	No hay
El cazador ciego	Percepción auditiva Organización Concentración	Se venda los ojos un participante que lleva en la mano una pelota de goma o espuma. El resto de los participantes se distribuye libremente por el espacio. El juego consiste en que los jugadores libres tienen que indicarle al cazador ciego por medio de sonidos, donde se encuentran. El jugador ciego, tratara de orientarse y dar con la bola a alguno de sus compañeros, cuando lo consiga se intercambian los papeles.	Pelota Paliacate	Pelotas pequeñas de Goma o

		Los jugadores deberán permanecer estáticos sin mover ninguna parte del cuerpo.		espuma
--	--	--	--	--------

Nombre de la Actividad	Objetivo	Desarrollo	Materiales	Producto
El teatrillo de las emociones	Desarrollar el pensamiento abstracto Desarrollar inteligencia emocional	El niño escoge sus personajes y tira los dados dos veces. Ahora debe inventar (y representar) una historia donde aparezcan las dos emociones que le han salido y los dos elementos del otro dado.	Dados Personajes diversos (peluches, títeres, sombras, etc.)	No hay
DOMINÓ DE LOS SENTIMIENTOS	Ampliar vocabulario de emociones. Educación emocional y cooperación en el grupo	Se forman grupos de 4 ó 5 personas. A cada grupo se les da un juego del dominó. A continuación, se les indica las siguientes instrucciones: Este juego es similar al clásico dominó. Cada ficha tiene dos entradas que coinciden con una ficha por la izquierda y otra por la derecha. Para saber si lo has hecho bien, debes saber que el juego de fichas se cierra sobre sí mismo y no sobra ninguna. Al tirar la ficha des sumar los números de la ficha y actuar una emoción diferente que el jugador anterior Se puede empezar. En este punto cada grupo empieza a organizarse de una manera u otra. Se debe estar muy atento a como se desarrolla el para no equivocarse y repetir la representación del otro.	Piezas de domino	
LABERINTO DE LAS EMOCIONES	Desarrollar el pensamiento abstracto Desarrollar inteligencia emocional	Cuando caemos en la casilla "?", lanzamos el dado de las opciones y en función de lo que nos salga tendremos que adivinar la emoción de la tarjeta, dibujarla, hacer una lista de situaciones donde la hemos vivido.	Tarjetas de emociones	Lista redactada de vivencias
MÍMICA DE EMOCIONES	los niños aprenden vocabulario emocional, a poner palabras a cosas que han sentido, a fijarse en cómo se manifiestan sus sentimientos en	El niño coge una tarjeta y debe representar la emoción mímicamente. El resto debe adivinarla. Quien acierta gana un puntito; Si son muchos, podemos hacer grupos para participar.	Tarjetas de emociones	No hay

	todo el cuerpo, a observar a los demás, a prestar atención a la comunicación emocional no verbal y a los gestos y expresiones corporales de las emociones			
RINCÓN DE LA CALMA"	Desarrollar el pensamiento abstracto Desarrollar inteligencia emocional	El rincón es lugar físico donde el niño puede acudir cuando se ve desbordado por sus emociones. En él encontrará algunos elementos que le pueden ayudar a recuperar la serenidad y la tranquilidad mucho antes. contar con todo detalle los elementos a poner en el rincón de la calma, cómo presentarlo a los niños y cómo usarlo , debe tener cuentos relajantes, un color verde en las paredes, y la posibilidad de tener privacidad para externar las emociones como gritar o llorar..	Espacio físico asignado	
"MESA DE LA PAZ	Desarrollar el pensamiento abstracto Desarrollar inteligencia emocional	un lugar donde pueden acudir los niños que han tenido un conflicto, para resolver su problema de forma civilizada y respetando a todas las partes. Solo necesitas tener un objeto de la paz (planta, piedra, peluche,...) que se usa para marcar el turno de palabra.	Plantas, botella Montessori, piedras, peluches	
SOY TU	Desarrollar el pensamiento abstracto Desarrollar inteligencia emocional	Se trata de hacer un montón con las tarjetas boca abajo y por turnos vamos cogiendo una tarjeta y debemos responder a dichas preguntas, pero como si fuéramos el otro, de este modo nos ponemos en la piel de los demás, pero a la vez fomentamos el conocernos más entre nosotros, así como el propio autoconocimiento	hacer una serie de tarjetas con preguntas simples como: "color preferido", "compañero con el que te gustaría sentarte en el colegio", "comida que odias" con las que se trabaja	
BOTE DE LA COMUNICACIÓN	expresar sus emociones, pueda verbalizar delante de los demás las cosas que le gustan (y las que no) y empatice con el resto, crear vínculos afectivos y emotivos fuertes, propicia la comunicación y el diálogo respetuoso y refuerza la autoestima	Tener un bote y papeles donde escribir esas cosas que los otros han hecho por nosotros y que nos han hecho sentir bien, usando la frase: "Me gustó cuando...".		

DIBUJO DICTADO	Empatía, escuchar con atención	Se necesitan dos personas. Una dibujará siguiendo las instrucciones del otro y luego se intercambiarán los papeles. Necesitamos algunos dibujos que los participantes no podrán ver con antelación. Uno de los participantes se sienta en una mesa donde poder dibujar. Detrás de él colgaremos una de las ilustraciones. El otro participante deberá describir la ilustración para que su compañero pueda reproducirla lo mejor posible teniendo en cuenta que no la ve. Uno deberá esmerarse en comunicar y describir con detalle la imagen, el otro deberá agudizar su escucha	Papel Lápiz Ilustraciones Mesa o tabla para dibujar	Dibujo dictado.
Nombre de la Actividad	Objetivo	Desarrollo	Materiales	Producto
Sofía, la vaca que amaba la música	Tolerancia Fomentar la inclusión Desarrollar atención	Se leerá el cuento "Sofía, la vaca que amaba la música" escrito por Geoffroy de Pennart de la editorial Corimbo El alumno tendrá que responder las siguientes preguntas ¿Porque no contrataban a la vaca Sofía? ¿Tú contratarías a la vaca Sofía? ¿Qué instrumento musical te gustaría tocar? Posteriormente dibujara a la vaca Sofía.	Cuento de la vaca Sofía Hojas Colores Lápices	Respuesta de tres preguntas Dibujo de la vaca Sofía
Cuando estoy contento	Identificar qué cosas me ponen feliz Desarrollar atención Fomentar la inclusión	Se lee el cuento "Cuando estoy contento" escrito por Trace Moroney de la editorial SM El alumno tendrá que dibujar un conejo contento ¿Contestar que es lo que hace feliz al conejo? ¿Menciona a ti que te pone contento? ¿Qué te pone triste? ¿Qué te hace enojar?	Cuento de cuando estoy contento Hojas Colores Lápices	Dibujo del conejo contento
La rabieta de Julieta		Se lee el cuento, el alumno tendrá que explicar porque se enojó Julieta ¿Si el alumno fuera Julieta que hubiera hecho? Dibujar a Julieta enojada	Cuento de la rabieta de Julieta Hojas Colores Lápices	Dibujo de Julieta
La osa rosa	Motivación Comunicación	Leer el cuento, dibujar al oso jugando ¿Por qué el oso no sabía leer? ¿Por qué es importante trabajar en clases?	Cuento de cuando estoy contento Hojas Colores Lápices	Dibujo del oso
Eso es mío	Compartir Sociabilizar	Leer el cuento ¿Qué le gustaba a la ranita? ¿Por qué le daba miedo a la ranita prestar sus juguetes?	Cuento de cuando estoy contento Hojas	Dibujo del

		¿Por qué debes compartir con los demás tus cosas? Dibuja tu juguete favorito	Colores Lápices	juguete favorito
Me han quitado mi juguete	Compartir Sociabilizar	Leer el cuento ¿Que había en el baúl? ¿Porque se pelearon los animalitos? ¿Qué es mejor jugar solo o jugar con alguien más? Dibuja un el oso de la historia como lo imagines	Cuento de cuando estoy contento Hojas Colores Lápices	Dibujo de un oso
Algo me hizo estar enfadado	Reconocer el enojo	Leer el cuento ¿Sabes poner cara de enfado? ¿Porque se enfadó el niño del cuento? Que cosas te enfadan a ti Dibuja un parque	Cuento de cuando estoy contento Hojas Colores Lápices	Dibujo de un parque
Me siento bien, estoy contenta	Motivación autoestima	Leer el cuento ¿Qué cara pones cuando estas contento? ¿Qué cosas te hacen sentir bien? ¿Cuándo alguien está triste como te gusta ayudarles? Dibuja una flor	Cuento de cuando estoy contento Hojas Colores Lápices	Dibujo de una flor
Me siento triste quiero mi juguete	Reconocer la tristeza	Leer el cuento ¿Por qué se siente mal el niño? ¿Tu cuando estas triste que cara sueles poner? ¿Qué cosas te ponen triste? ¿Cómo te quitas esa tristeza? Si baja una cara feliz	Cuento de cuando estoy contento Hojas Colores Lápices	Dibujo cara feliz
No necesito amigos	Socializar Aprender empatía	Leer el cuento ¿Porque la rata era desagradable y gruñona? ¿Qué paso con la llegada del invierno? Porque es bueno tener amigos Dibuja algo que puedas compartir	Cuento de cuando estoy contento Hojas Colores Lápices	Dibujo de algún objeto
Mi diccionario de emociones	Reconocer emociones	Se solicita que con la ayuda de un compañero o familiar se ponga a recortar diferentes imágenes de personas riendo, donde se muestren sorprendidas, llorando, con miedo, sorprendidos haciendo caras feas, para posteriormente colocarlas en fichas de trabajo, las cuales se vendrán cosidas con estambre, y pegara las imágenes en una ficha diferente según la emoción y se le colocara el nombre de dicha emoción.	Revistas Tijeras fichas de trabajo cosidas Pegamento colores	Compendio de emociones
Dado emotivo	Distinguir las emociones del otro	Mínimo deben estar tres personas, el que adivine la emoción que se representa gana un punto el juego termina cuando alguien tiene 5, se tira el dado y según el número que salga se agarra la tarjeta correspondiente con ese número, cada tarjeta tiene escrito una emoción (tristeza, felicidad, miedo, enojo, sorpresa y asco) el alumno deberá ser capaz de adivinar que emoción se trata, al término de	Dado Tarjetas	No hay

		un minuto si no se adivina pierden un punto; no se puede hablar o decir que emoción es		
Ruleta de emociones	Identificar que emoción es la indicada	Tendrá que girar la ruleta, a partir de que se pare tendrá tres minutos para dibujar la emoción y mostrarla a sus compañeros para que identifiquen que emoción es, gana el primero que lo indique y es el siguiente en girar la ruleta	Ruleta de emociones	No hay
El puente	Reconocer al otro y a uno mismo Generar empatía Resolución de conflictos	Se reproduce el corto denominado El puente, sobre el conflicto se cuestiona ¿Qué ocasiono el conflicto? ¿Qué riesgos existen alrededor del oso y el reno? ¿Qué propondrías para que el conflicto se resolviera rápido? Porque el mapache y el conejo si pudieron cruzar el puente	Video de El puente Computadora Tv o proyector Bocinas	No hay
Tamara	Empatía Resolución de conflictos	Se reproduce el corto denominado Tamara ¿Qué hace que Tamara no pueda cumplir su sueño? ¿Crees que exista algún problema para que logre su sueño?	Video de Tamara Computadora Tv o proyector Bocinas	No hay
Color Your World Whit Kindness	Empatía Expresar emociones	Se reproduce el corto denominado Color Your World Whit Kindness ¿Cómo te sentirías si la bolsa de comida de la chica fuera la tuya? ¿Qué sentirías si alguien te regalara de su comida? ¿Porque es importante compartir nuestra alegría?	Video de Tamara Computadora Tv o proyector Bocinas	No hay

Adecuaciones: al momento de realizar las adecuaciones para los chicos con necesidades específicas se debe considerar las circunstancias del alumno, se puede enfocar a elementos básicos como figuras menos complejas o trazos de acuerdo a su control motor o capacidad intelectual.

Cabe recalcar que en sí misma la técnica y la tarea a realizar es de gran utilidad para aprender reglas, comportamientos, recreación y una manera de facilitar la expresión de emociones y una gran herramienta para la interacción social.

Referencias

Beresaluce, R. (2010). Las escuelas municipales de Reggio Emilia como modelo de calidad en la etapa de educación infantil. España: Editorial Club Universitario.

La Proof linares. (3 de julio de 2020). Proyectores de pared fáciles y divertidos. [Actualización Facebook]. Recuperado de <https://www.facebook.com/LaProofLinares/posts/146548103691422>

Landreth, G (2002) La Terapia del juego: el arte de relacionarse jugando. Ediciones obelisco

Material didáctico. (22 de febrero de 2011). *Rubrica para mapa conceptual*. . issuu Recuperado de <https://www.facebook.com/LaProofLinares/posts/146548103691422>

Anexo uno

