



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

ZONA E032 REGIÓN XII TEJUPILCO

EDUCACIÓN ESPECIAL

YAXSEEL SARAY SANCHEZ FLORES

PROPUESTA DE TRABAJO:

CONTROLANDO MIS EMOCIONES

(COMPENDIO DE ESTRATEGIAS PARA EL CONTROL DE EMOCIONES)

JUSTIFICACIÓN

El ser humano es un ente social, alcanza su máximo desarrollo al trabajar en conjunto, la dinámica social le permite desarrollar sus habilidades cognitivas y sus destrezas adaptativas al entorno, el intercambio de experiencias de manera horizontal (entre pares) generan aprendizajes que son más significativos por su relación con el entorno, ante tales manifestaciones la USAER 137 de la zona escolar E032, del Municipio de Tejupilco propone un trabajo basado en el control de emociones para poder garantizar mejores resultados en el proceso enseñanza – aprendizaje de los alumnos pues ante tantas situaciones que han generado estrés tanto en pequeños como en adultos es necesario aplicar estrategias que ayuden a minimizar los problemas emocionales para centrar y concentrar los estímulos hacia mejoras en los aprendizajes significativos y que estos sean de manera permanente en los pequeños.

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, pues el grado de estrés al que el niño es expuesto no está controlado lo que le provoca a un estado 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.

Expuesto esto se puede entender que para lograr un buen desarrollo en el aprendizaje se deben cubrir estas necesidades emocionales y afectivas a la par de las sociales, para este fin se toma 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 proponen las siguientes actividades para ejecutar con los niños en compañía de un familiar

INTRODUCCIÓN

Los tiempos actuales demandan enfocar la educación desde una visión humanista, que

se coloque en el centro del esfuerzo formativo, tanto a las personas como a las relaciones humanas y al medio en el que habitamos. Ello implica considerar una serie de valores para orientar los contenidos y procedimientos formativos y curriculares de cada contexto y sistema educativo. “Los valores humanistas que deben constituir los fundamentos y la finalidad de la educación son el respeto a la vida y a la dignidad humana, la igualdad de derechos y la justicia social, y la diversidad cultural y social, así como el sentido de solidaridad humana y la responsabilidad compartida de nuestro futuro común.

Esta visión educativa requiere un planteamiento dialógico del aprendizaje, que considere que “la educación puede ser transformadora y contribuir a un futuro sostenible para todos”. Para ello, es necesario adoptar una perspectiva integral de la educación y el aprendizaje, que incluya tanto aspectos cognitivos como emocionales y éticos. Esto implica ir más allá del aprendizaje académico convencional, con los retos que este esfuerzo presenta.

Aun cuando los maestros han trabajado y se han preocupado por las emociones de los estudiantes, tradicionalmente la escuela ha puesto más atención al desarrollo de las habilidades cognitivas y motrices que al desarrollo socioemocional, porque hasta hace poco se pensaba que esta área correspondía más al ámbito educativo familiar que al escolar, o que el carácter o la personalidad de cada individuo determinan la vivencia y la expresión emocional; no se consideraba que estas dimensiones del desarrollo pudieran ser cultivadas y fortalecidas en la escuela de manera explícita. Investigaciones recientes confirman cada vez más el papel central que desempeñan las emociones, y nuestra capacidad para gestionar las relaciones socio-afectivas en el aprendizaje. Poder dialogar acerca de los estados emocionales, identificarlos en uno mismo y en los demás, y reconocer sus causas y efectos, ayuda a los estudiantes a conducirse de manera más efectiva, esto es, autorregulada, autónoma y segura. Asimismo, los estudiantes participan y colaboran con los demás de una forma pacífica y respetuosa. Para lograr estos propósitos y brindarles a los docentes mejores herramientas para trabajar con los aspectos socioemocionales de los estudiantes, se plantea incluir en el currículo la Educación Socioemocional. Con base en lo anterior, es necesario definir qué se entiende por Educación Socioemocional, cuál es su propósito y relevancia, y cómo se traduce esta forma de enseñar y aprender en la adquisición de habilidades asociadas a la misma. La Educación Socioemocional es un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los

adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética. Tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida.

La actividad a desarrollar está fundamentada 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 deja la actividad de "Puesta en Escena" que se desarrolla en tres fases, la primera es una ideación de historieta, la segunda es la elaboración manual de los personajes y una tercera que permite compartir su trabajo con otras personas; 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.

OBJETIVOS:

- Lograr el autoconocimiento a partir de la exploración de las motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones propias, así como su efecto en la conducta y en los vínculos que se establecen con otros y con el entorno,

- Aprender a autorregular las emociones y generar las destrezas necesarias para solucionar conflictos de forma pacífica, a partir de la anticipación y la mediación como estrategias para aprender a convivir en la inclusión y el aprecio por la diversidad.

- Desarrollar una actitud responsable, positiva y optimista, y una percepción de autoeficacia tal que le permita al estudiante mantener la motivación para desempeñarse con éxito en sus actividades cotidianas.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

EL CUENTO

1. El alumno se reunirá con un familiar con el cual realizara una historieta
2. La conformación de la historieta se irá desarrollando mediante dibujos en un o varias hojas
3. Los diálogos se pensarán entre los dos participantes; o bien la historia puede carecer de diálogos dejándolo a la imaginación.
4. Se colorearán los dibujos
5. Si son varias hojas se engraparán
6. Comparte tu historieta con uno o más miembros de la familia



LA PREPARACIÓN DE LA OBRA DE TEATRO

1. Los materiales que debes tener a la mano: tijeras, palitos, tu historieta, cartulina o

cartón colores, silicón o diurex lápiz y colores.

2. Pídele a tu papá mamá o algún familiar que te ayude con los siguientes pasos; apoyado en tu historieta deberán dibujar los actores que en ella salen sobre la cartulina.
3. Después de haber dibujado los personajes deberán iluminarlos y recortarlos
4. A los recortes debes colocarles en la parte de atrás con diurex o silicón para pegar de la mitad para abajo
5. Con los diálogos de la historieta deberás ensayar varias veces.



PUESTA EN ESCENA

1. Ensayar varias veces con tus marionetas los diálogos de la historieta he inventado varias historias.
2. Ubica un lugar donde puedas ocupar como escenario, por ejemplo, una mesa
3. Por el esfuerzo que has hecho hasta llegar a esta actividad deberás reunir a tu familia para presentar tu obra.
4. No te preocupes si te equivocas, tu continua con la obra que has preparado.
5. puedes improvisar en la obra e incluso pedir a algún familiar que te ayude a manejar uno o varios personajes, incluso te puedes volver el narrador.



NUESTROS PERSONAJES

1. Los materiales que debes tener a la mano: tijeras, palitos, tu historieta, cartulina o cartón, colores, silicón o diurex lápiz y colores.
2. Los observadores y participantes de tu obra de teatro deberán recrear un personaje
3. Cuando todos tengan recortado y coloreado su personaje se sentarán en círculo
4. Tú empezaras una historia y el que está a tu derecha deberá continuar la historia donde debe entrar el personaje que tiene y seguir la historia que tu empezaste.
5. Después de dar dos vueltas en la dinámica pueden narrar el fin de la historia.



5.- ADVINA QUIEN SOY

1. Reunirse en familia en la sala, proponerles realizar un juego.
2. Proponer que el juego se llevara a cabo con cartas de la lotería, las cuales estarán boca abajo en una mesa.
3. Por turnos, cada integrante de la familia deberá tomar una carta sin mostrarla a los demás.
4. Al observar la carta deberán actuar a través de mímica y los movimientos para que el resto de la familia adivine que personaje es.
5. Recuerda que no debes utilizar tu voz
6. La persona que adivine tomara el siguiente turno
7. Platicar sobre cómo se sintieron al jugar, que emoción experimentaron?



TOCANDO CON MIS EMOCIONES

1. Con ayuda de los integrantes de la familia se propondrá realizar una canción.
2. Realizar diferentes sonidos con elementos que tengan en casa.
3. Cada uno propondrá un ritmo diferente de acuerdo a sus gustos y emociones.
4. Entre todos intentaran crear una melodía que los identifique como familia si gustan puede tener letra o solo sonido.
5. Finalmente cada uno expresara como se sintió con la actividad y que logro con el resultado final?



ABRAZOS MUSAICALES

1. La música suena a la vez que los participantes bailan por la habitación.
2. Cuando la música se detiene cada persona abraza a otra.
3. La música continúa.
4. Los participantes vuelven a bailar (en parejas).
5. La siguiente vez que la música se detiene, se abrazan tres personas.
6. El abrazo se va haciendo cada vez mayor, hasta llegar al final. (en todo momento ninguna persona puede quedarse sin ser abrazado).



ÁLBUM DE RECUERDOS

1. Se reparten cartulinas dobladas por mitad entre los participantes.
2. En una parte pegarán la fotografía y en la otra escribirán algo sobre ellos. Por ejemplo: mi mayor travesura, a que me gusta jugar mis mejores amigos etc.
3. Una vez hechos todos los álbumes, se barajaran y se repartirán entre los participantes.
4. Se irán leyendo uno a uno y se mostrara la fotografía.
5. Entre todos trataran de adivinar a quien pertenece el álbum



LA ARENA MAGICA

1. Se dará al niño una caja con arena que pueda manipular.
2. Se le mencionara que el podrá realizar con la arena lo que más le guste.
3. Cuando el niño termine se cuestionará sobre que es cada uno de los elementos que haya realizado.
4. Finalmente se cuestionará sobre cómo se sentía antes de realizar la actividad y como se siente ahora que ya la realizo.
5. Se le mencionara que cuando se sienta triste o enojado puede utilizar la caja ya que la arena es mágica y podría ayudarlo a sentirse mejor.



UN DIA MAGICO CON MI FAMILIA

1. Con ayuda de los integrantes de la familia se preguntará al niño ¿Cómo sería un día mágico para él?
2. Se preguntará así a todos los integrantes de la familia
3. Así se planeará un día mágico en familia y si es posible se realizará la actividad.
4. Todos los integrantes de la familia convivirán en un día especial para todos viendo películas, comiendo palomitas, jugar juegos de mesa o las actividades que todos planeen juntos.
5. Finalmente se preguntará a todos los miembros de la familia como se sintieron con ese día? ¿creen que faltó algo? ¿si pudieras que cambiarías?



ACTIVIDAD LOS MONSTROS

1. El alumno con ayuda de un familiar recordara todas las cosas que le acusan

temor

2. Después de la recopilación de esos miedos se proseguirá a dibujar en un papel cada uno de sus temores
3. Coloreará a los temores y les tendrá que idear un nombre chistoso para referirse a ellos.
4. Crearles un enemigo que pueda vencer a estos miedos.

Convierte tus miedos en monstruos



IVAN IVASHIN VIA GETTY IMAGES

ACTIVIDAD LA CATARINA

1. Los materiales que debes tener a la mano: Plastilina roja, negra blanca un palillo

2. Pídele a tu papá, mamá o algún familiar que imprima la imagen que esta abajo y sigue las instrucciones
3. El palillo te servirá de unión entre el cuerpo y la cabeza.
4. Para unir la cabeza con el cuerpo introduce en la plastilina un trozo del palillo y une la cabeza



MÚSICA, PINTURA Y EMOCIONES

1. Despertar recuerdos, experiencias y emociones
2. Poner piezas musicales diferentes y dejar que pinten libremente las emociones que les provoca.



MÍMICA DE EMOCIONES

1. Se preparan varias tarjetas y se escribe en ellas diferentes emociones.

2. Luego el niño toma una tarjeta y debe representar la emoción mímicamente, quien la acierte es el siguiente en salir



MI NOMBRE, MIS VIRTUDES

1. Escribir su nombre en letras grandes mayúsculas

2. Luego deberán tomar cada una de las letras y buscar una virtud o cualidad positiva que posean y comience con esa letra.
3. La escribirán en una hoja y la compartirán con el resto de las personas

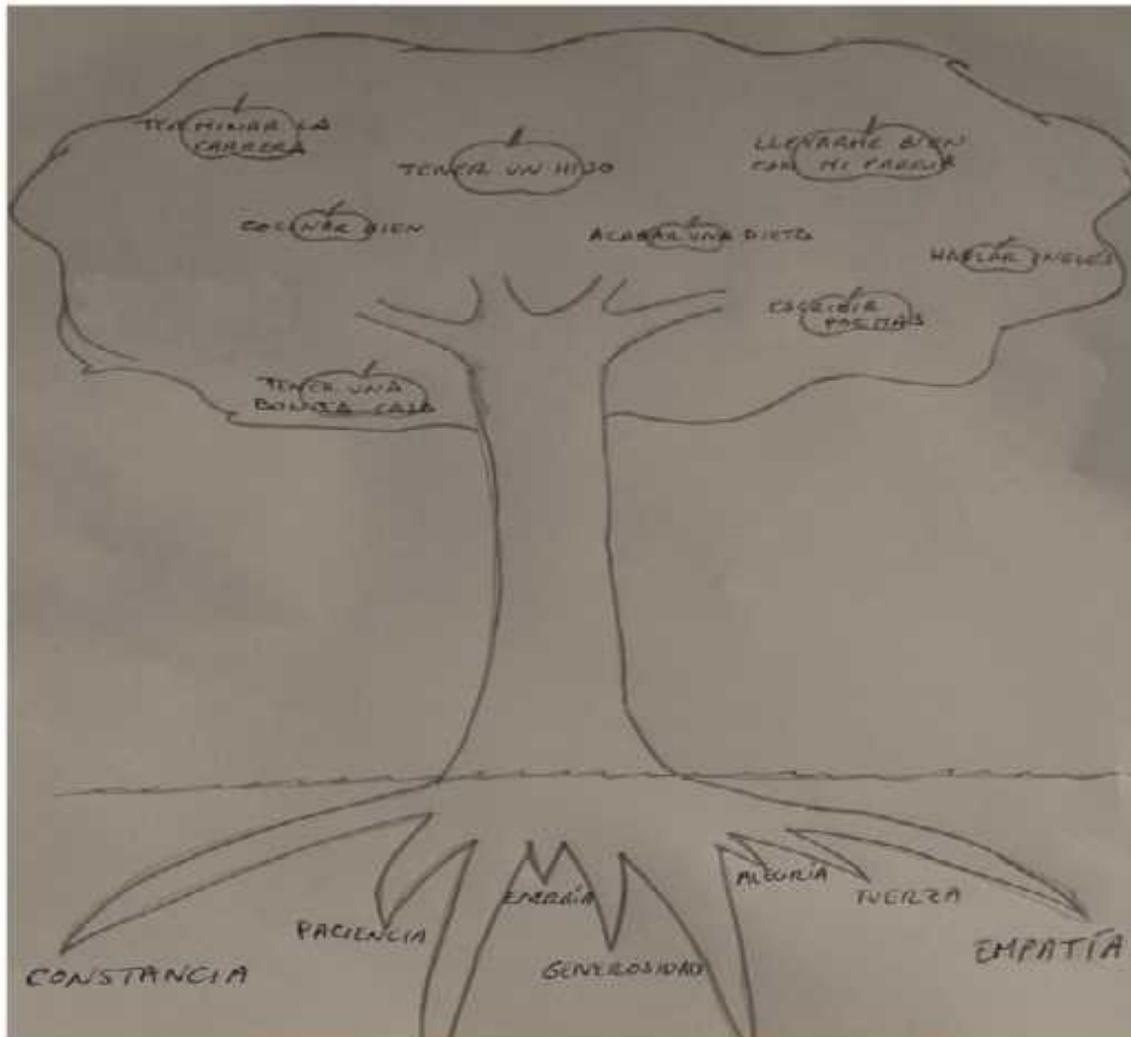
Ejemplo:

A N A
M E T
A C E
B I N
L A T
E A



MI ÁRBOL

1. Dibujar un árbol en las raíces debe escribir las cualidades positivas que tiene, en las ramas las cosas positivas que hace y en las hojas sus éxitos



EL INVESTIGADOR: SHERLOCK HOLMES

1. La siguiente actividad esta adecuada para trabajar en casa o en el aula escolar, su duración puede ser una semana, se requieren de materiales comunes que tenemos a la mano como lápiz, fotos y hojas de papel.
2. El docente o padre de familia animara a los alumnos o hijos en su caso, a participar en la actividad, en donde cada uno será un investigador o detective y se le asignara un sospechoso para que recabe cierta información de la manera más discreta sin que el sospechoso se dé cuenta que se le está investigando.
3. Al término de la investigación se cotejara lo investigado con la información que proporcione el sospechoso, esto con el objetivo de conocer a las demás personas de la familia o compañeros del grupo, le permitirá al niño establecer y desarrollar una mejor comunicación y sobre todo a divertirse sintiéndose un detective.



EL DILEMA: USTEDES QUE HARÍAN ANTE ESTA SITUACIÓN

1. La siguiente actividad está pensada y adaptada para niños de 7 años en adelante, ya que tiene que ver con la cimentación y descubrimiento de valores tanto ético como morales en los niños, el autoconocimiento y la búsqueda de acuerdos que beneficien a todos.
2. El docente o padre de familia deberá estar abierto a todo tipo de respuesta por parte de los niños y buscar que los niños no se sientan molestos en el debate o intercambio de opiniones ante el dilema propuesto.

Nota: los dilemas pueden ser variados y se dejan a consideración de los docentes y de los padres de familia, el tiempo también depende de quien lo pone en práctica puede presentarse un solo dilema o varios a la vez, se les deja su consideración.



ENCONTRANDO LA PALABRA CORRECTA

1. Inicio: El padre de familia buscara objetos que comúnmente vemos en nuestra vida cotidiana y los recortara. En una hoja o cartulina se irán pegando y hará cuadros de acuerdo al número de letras que tiene cada objeto
2. Desarrollo: Con ayuda de su hijo escribirán letras de cada palabra y las recortarán. Se sugiere que sean de 15 a 20 palabras y de preferencia que lleven silabas compuestas (trabadas) o silabas vibrantes /r/ para que poco a poco el alumno vaya pronunciando las palabras.
3. Final: ¡El alumno buscará el nombre de cada objeto e irá colocando las letras para formar la palabra correcta! Se debe de tener en cuenta con que ritmo lo hace el alumno y si es necesario el padre de familia lo apoyará en descifrar algunas si lo requiere.



DIBUJANDO MI HOGAR

1. Desarrollo: El padre de familia comenzará la actividad haciéndole preguntas esporádicas como ¿Quién vive en tu casa? ¿Qué te gusta realizar por las tardes? ¿Quién te ayuda en la realización de tareas? ¿Con quién juegas en tu casa?

Los dibujos los realizará el alumno por sí solo, para ver el grado de creatividad y expresión que tiene el niño.

2. Inicio: El alumno realizará un dibujo, en donde exprese la forma que tiene su Casa, el color de la fachada, además que dibujará a los integrantes de su familia y que me los nombre verbalmente.

3. Cierre: Cerrando la actividad, el alumno utilizará acuarelas para colorear su dibujo. Los papás observarán como es que su hijo visualiza las cosas dentro de su hogar. Si llegará a ver un incidente con la información recabada por el alumno, se platicará con los papás acerca ese tema.



BAILEMOS JUNTOS

1. Comente a su hijo que el día de hoy se divertirán bailando una canción.
2. Preguntar ¿Cual canción extrañas más cuando asistías a la escuela en tu salón?
3. Escuchar la canción Caminar y parar, realizar los movimientos que indican la misma.
4. Nuevamente escuchar la canción del chuchuhua y seguir los pasos que menciona la canción.
5. Reunidos en familia pedirle a su hijo que baile la canción favorita y de preferencia acompañarlo para realizar los pasos del baile.



ADIVINA QUE ES

1. Invite a su hijo a jugar "Adivina que es ". Mencionar que haremos uso de un pañuelo para tapar los ojos.
2. Explicar que se le vendaran los ojos y mamá y papá elegirán un objeto que tengan en casa, el niño deberá adivinar que objeto es.
3. Mamá y Papá deberán mencionar las características del objeto que eligió hasta que el niño adivine que es.
4. Ahora es turno de invertir los papeles, mamá y papá se vendarán los ojos y el niño elegirá algún objeto y lo describirá.



ACTIVIDADES SUGERIDAS PLANEADAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESARROLLO	MATERIAL	PRODUCTO
-----------------------------------	-----------------	-------------------	-----------------	-----------------

EL CUENTO	<p>Desarrollar atención</p> <p>Generar creatividad</p>	<p>1. Con ayuda de un familiar se deberá elaborar una historieta con dinosaurios como personajes.</p> <p>2. Dibujarla en una hoja y con frases cortas en los cuadros de dialogo.</p>	<p>Colores, Hojas blancas, lápiz</p>	<p>Historieta</p>
LA PREPARACIÓN DE LA OBRA DE TEATRO	<p>Generar coordinación motriz</p> <p>Desarrollar atención</p> <p>Desarrollo de memoria a corto y largo plazo</p>	<p>1. Con la ayuda de la historieta deberás dibujar y colorear en un cartón los personajes.</p> <p>2. Después recorta los dinosaurios y les pegas con un Diurex o con unas gotas de silicón liquido unos palitos para poder manipular a los actores</p> <p>3. Con los diálogos que te ayudo a realizar tu familiar tendrás que leerlos mientras los representan tus dinosaurios.</p> <p>4. Ensayalo varias veces, recuerda que, aunque, te equivoques puedes improvisar y obtener otra historia, así que si no sale a la primera podrás repetir una vez Más.</p>	<p>Tijeras, palitos largos Silicón o Diurex Historieta lápiz colores</p>	<p>Recorte de dinosaurios elaborados por el alumno y su familiar</p>
PUESTA EN ESCENA	<p>Desarrollar habilidades coordinación</p> <p>Facilitar la comunicación y</p>	<p>1. Después de haber ensayado es hora de compartirlo con la familia, es por ello que se le solicitara a quien más pase</p>	<p>Un lugar donde poder ocupar de escenario, (mesa de comedor) un</p>	<p>fotografías</p>

	transmisión de emociones	<p>tiempo contigo que te permita mostrarle tu arduo trabajo para poder compartírselo y pasar un rato agradable.</p> <p>2.No te preocupes si los diálogos se te olvidan solo preocúpate por poder hacer una actividad divertida e incluso puedes invitar a quien te esté visualizando a ayudarte con los dinosaurios e Improvisar un guion.</p>	lugar iluminado Lugar donde poder tener a personas sentadas.	
NUESTROS PERSONAJES	Socializar y crear un ambiente tranquilo	<p>1.Los materiales que debes tener son los mismos que en la actividad 2, puedes ocupar los sobrantes para no gastar más como ya participaron observando tu trabajo ahora deberán ayudarte con la última actividad esta actividad propone que en cada uno realice sus dinosaurios al mismo tiempo</p> <p>2. Cuando todos terminen deben sentarse en círculo para comenzar la actividad. empieza con una historia para que el que está sentado a la derecha continúe tu relato y así uno a uno deberá ir complementando la historia después de dos vueltas cualquier participante tendrá que finalizar la historia</p>	Tijeras, palitos largos Silicón o Diuróx Historieta lápiz colores	Recorte de dinosaurios elaborados la familiar

<p>ADVINA QUIEN SOY</p>	<p>Lograr socializar y establecer un ambiente de confianza y armonía en familia</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reunirse en familia en la sala, proponerles realizar un juego. 2. Proponer que el juego se llevara a cabo con cartas de la lotería, las cuales estarán boca abajo en una mesa. 3. Por turnos, cada integrante de la familia deberá tomar una carta sin mostrarla a los demás. 4. Al observar la carta deberán actuar a través de mímica y los movimientos para que el resto de la familia adivine que personaje es. 5. Recuerda que no debes utilizar tu voz 6. La persona que adivine tomara el siguiente turno 7. Platicar sobre cómo se sintieron al jugar, que emoción experimentaron? 	<p>lotería mexicana</p>	<p>expresión corporal</p>
<p>TOCANDO CON MIS EMOCIONES</p>	<p>Generar comunicación con los miembros de la familia para llegar a un fin en común</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Con ayuda de los integrantes de la familia se propondrá realizar una canción. 2. Realizar diferentes sonidos con elementos que tengan en casa. 3. Cada uno propondrá un ritmo diferente de acuerdo a sus gustos y emociones. 4. Finalmente entre todos intentaran crear una melodía que los identifique como familia si gustan puede tener letra o solo sonido. 5. Finalmente cada uno expresara como se sintió con la actividad y que logro con el 	<p>instrumentos musicales</p>	<p>melodía familiar</p>

		resultado final?		
ABRAZOS MUSICALES	Pertenecer a un grupo y enriquecer las relaciones sociales	1. La música suena a la vez que los participantes bailan por la habitación. Cuando la música se detiene cada persona abraza a otra, la música continua. los participantes vuelven a bailar (en parejas). La siguiente vez que la música se detiene, se abrazan tres personas. 2. El abrazo se va haciendo cada vez mayor, hasta llegar al final. (en todo momento ninguna persona puede quedarse sin ser abrazado).	Instrumento musical	Video
ÁLBUM DE RECUERDOS	Conocer a los demás y a uno mismo. Tener un concepto propio de sí mismo y valorar el propio yo. Saber identificar los sentimientos propios	1. Se reparten cartulinas dobladas por mitad entre los participantes, en una parte pegarán la fotografía y en la otra escribirán algo sobre ellos. Por ejemplo: mi mayor travesura, a que me gusta jugar mis mejores amigos etc. 2. Una vez hechos todos los álbumes, se barajaran y se repartirán entre los participantes, se irán leyendo uno a uno y se mostrara la fotografía, entre todos trataran de adivinar a quien pertenece el álbum	Fotografías, cartulina, lápiz.	Álbum
LA ARENA MAGICA	Generar en el alumno una manera para regular las	1. Se dará al niño una caja con arena que pueda manipular. 2. Se le mencionara	caja de arena	figuras de arena

	emociones	<p>que el podrá realizar con la arena lo que más le guste.</p> <p>3. Cuando el niño termine se cuestionará sobre que es cada uno de los elementos que haya realizado.</p> <p>4. Finalmente se cuestionará sobre cómo se sentía antes de realizar la actividad y como se siente ahora que ya la realizo.</p> <p>5. Se le mencionara que cuando se sienta triste o enojado puede utilizar la caja ya que la arena es mágica podría ayudarlo a sentirse mejor.</p>		
UN DIA MAGICO CON MI FAMILIA	Crear un ambiente de confianza en familia	<p>1. Con ayuda de los integrantes de la familia se preguntará al niño ¿cómo sería un día mágico para él?</p> <p>2. Se preguntará así a todos los integrantes de la familia</p> <p>3. Así se planeará un día mágico en familia y si es posible se realizará la actividad.</p> <p>4. Todos los integrantes de la familia convivirán en un día especial para todos viendo películas, comiendo palomitas, jugar juegos de mesa o las actividades que todos planeen juntos.</p> <p>5. Finalmente se preguntará a todos los miembros de la familia como se sintieron con ese día? ¡Creen que falta algo? ¿Si pudieras que cambiarías?</p>	diferentes elementos en familia (pelicula, palomitas, juegos de mesa)	un día en familia

LOS MONSTROS	Facilitar la comunicación y transmisión de emociones	1. Con ayuda de un adulto (preferentemente familiar) se empieza a recordar las actividades o cosas que nos dan miedo, para empezar a dibujarlas en una hoja blanca, cuando terminemos de dibujar habrá que colorear, también se debe de colocar un nombre chistoso para que el nivel de estrés al niño le sea tolerable, y posteriormente crear un superhéroe que le permita vencer a ese miedo.	hojas de papel, colores lápiz	dibujo de los miedos con sus nombres graciosos
LA CATARINITA	Socializar y crear un ambiente tranquilo	1. Con la ayuda de un adulto el infante deberá seguir las instrucciones visuales de la hoja en el anexo para poder conformar una catarinita	plastilinas de colores hoja de instrucciones	catarinita de plastilina
MÚSICA, PINTURA Y EMOCIONES	Despertar recuerdos, experiencias y emociones	1. Poner piezas musicales diferentes y dejar que pinten libremente las emociones que les provoca.	Música Pinturas	Video
MÍMICA DE EMOCIONES	Que los alumnos presten atención a la comunicación emocional no verbal, a los gestos y expresiones corporales de las emociones.	1. Se preparan varias tarjetas y se escribe en ellas diferentes emociones, luego el niño toma una tarjeta y debe representar la emoción mímicamente, quien la acierte es el siguiente en salir	Tarjetas de emociones	Video/ fotografía
MI NOMBRE, MIS VIRTUDES	Promover el autococimiento de uno mismo	1. Escribir su nombre en letras grandes mayúsculas, luego deberán tomar cada una de las letras y	Hoja, marcador	Fotografía

		<p>buscar una virtud o cualidad positiva que posean y comience con esa letra, la escribirán en una hoja y la compartirán con el resto de las personas</p> <p>Ejemplo: A N A M E T A C E B I N L A T E A</p>		
MI ÁRBOL	Que cada alumno conozca y comprenda sus cualidades y virtudes.	1. Dibujar un árbol en las raíces debe escribir las cualidades positivas que tiene, en las ramas las cosas positivas que hace y en las hojas sus éxitos	Cartulina, marcadores o colores, lápiz	Fotografía
EL INVESTIGADOR: SHERLOCK HOLMES	Conocer a las demás personas. Favorecer la comunicación y lograr empatías. Desarrollar habilidades diversas	1. El docente o padre de familia tendrá a la mano los nombres de los integrantes del grupo o la familia, pueden ser también fotografías. 2. El docente o padre de familia propone esta actividad que consiste en que cada uno se imagine como detective que investigara un caso. 3. El docente o padre de familia dará a los niños únicamente la foto o el nombre del sospechoso a investigar (cada niño es investigador pero a la vez sospechoso). 4. Cada niño o integrante de la familia pondrá sus habilidades en juego para poder investigar los datos requeridos del sospechoso sin que	Fotografías Lista de sugerencias de datos a conseguir: Nombre completo del alumno o integrante de la familia. Pasatiempos favoritos. Golosinas preferidas. Comida que más le gusta. Amigos que tiene. Apodo o sobrenombre. Entre otros más que pudieran considerar.	La información requerida por el padre de familia o docente de grupo.

		este se dé cuenta. 5. Al final el padre de familia o docente podrá cotejar la información recabada y ver si esta es correcta		
EL DILEMA: USTEDES QUE HARÍAN ANTE ESTA SITUACIÓN...	Ampliar el autoconocimiento del alumno o hijo/a. Buscar una mejor solución. Tolerancia ante el debate y diferentes puntos de vista.	1. El docente o padre de familia tendrá a la mano diferentes situaciones ficticias que darán a conflictos en los alumnos e hijos, (situaciones no muy grandes o rebuscadas). 2. Presentarla al grupo o familia, alzar la mano quien está de acuerdo o no con la situación y porque, buscar la mejor solución entre todos. 3. Pedir a cada alumno o hijo que de su punto de vista referente al dilema planteado. 4. El conflicto o dilema deberá resolverse por la mayoría del grupo o integrantes de la familia, sin dar lugar a rivalidades por diferentes puntos de vista u opiniones.	Diferentes tarjetas con dilemas como los siguientes: Me encontré un billete de \$200 pesos en la escuela, que bueno que los encontré hoy que mis padres no me habían dado dinero para gastar, se que alguno de mis compañeros de escuela los perdió que importa si perdió el dinero, seguramente tendrá más o sus padres serán ricos, sé que a lo mejor lo regañaran o se enojaran con él. Que harías ante esta situación...	Conocimiento de mis alumnos o hijos en relación a problemas de valores éticos. Expresión de ideas y argumentos de los alumnos e hijos.
ENCONTRANDO LA PALABRA CORRECTA	Desarrollar atención Generar creatividad	1. Inicio: El padre de familia buscare objetos que comúnmente vemos en nuestra vida cotidiana y los recortara. En una hoja o cartulina se irán pegando y hará cuadros de acuerdo al número de letras que tiene cada objeto 2. Desarrollo: Con ayuda de su hijo escribirán letras de	Colores, Hojas blancas, lápiz, diferentes objetos, dibujos, imágenes.	Tarjetas con objetos y tarjetas con el abecedario una letra en cada tarjeta

		<p>cada palabra y las recortarán. Se sugiere que sean de 15 a 20 palabras y de preferencia que lleven silabas compuestas (trabadas) o silabas vibrantes /r/ para que poco a poco el alumno vaya pronunciando las palabras.</p> <p>3. Final: ¡El alumno buscará el nombre de cada objeto e irá colocando las letras para formar la palabra correcta! Se debe de tener en cuenta con que ritmo lo hace el alumno y si es necesario el padre de familia lo apoyará en descifrar algunas si lo requiere.</p>			
DIBUJANDO MI HOGAR	<p>Crear un ambiente de confianza en familia</p>	<p>un de en</p>	<p>1. Desarrollo: El padre de familia comenzará la actividad haciéndole preguntas esporádicas como ¿Quién vive en tu casa? ¿Qué te gusta realizar por las tardes? ¿Quién te ayuda en la realización de tareas? ¿Con quién juegas en tu casa?</p> <p>2. Inicio: El alumno realizará un dibujo, en donde exprese la forma que tiene su Casa, el color de la fachada, además que dibujará a los integrantes de su familia y Que me los nombre verbalmente. Los dibujos los realizará el alumno por sí solo, para ver el grado de creatividad y</p>	<p>Hojas blancas, colores, lápiz, goma,</p>	<p>Dibujo de la Familia</p>

		<p>expresión que tiene el niño.</p> <p>3. Cierre: Cerrando la actividad, el alumno utilizará acuarelas para colorear su dibujo. Los papás observarán como es que su hijo visualiza las cosas dentro de su hogar. Si llegará a ver un incidente con la información recabada por el alumno, se platicará con los papás acerca ese tema</p>		
BAILEMOS JUNTOS	Lograr socializar y establecer un ambiente de confianza y armonía en familia	<p>1. Comente a su hijo que el día de hoy se divertirán bailando una canción.</p> <p>2. Preguntar ¿Cual canción extrañas más cuando asistías a la escuela en tu salón?</p> <p>3. Escuchar la canción Caminar y parar, realizar los movimientos que indican la misma.</p> <p>4. Nuevamente escuchar la canción del chuchuhua y seguir los pasos que menciona la canción.</p> <p>5. Reunidos en familia pedirle a su hijo que baile la canción favorita y de preferencia acompañarlo para realizar los pasos del baile.</p>	Grabadora	Expresión corporal
ADIVINA QUE ES	Lograr socializar y establecer un ambiente de confianza y armonía en familia	<p>1. Invite a su hijo a jugar “Adivina que es “. Mencionar que haremos uso de un pañuelo para tapar los ojos.</p> <p>2. Explicar que se le vendaran los ojos y mamá y papá elegirán un objeto que tengan</p>	Pañuelo Diversos objetos palpables	Expresión corporal

		<p>en casa, el niño deberá adivinar que objeto es.</p> <p>3. Mamá y Papá deberán mencionar las características del objeto que eligió hasta que el niño adivine que es.</p> <p>4. Ahora es turno de invertir los papeles, mamá y papá se vendarán los ojos y el niño elegirá algún objeto y lo describirá.</p>		
--	--	---	--	--

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 de la lectoescritura en sus procesos de análisis perceptivos primarios, los procesos léxicos, procesos sintácticos o procesos semánticos según el nivel en los que se encuentre el alumno, además del objetivo y la forma de evaluar los contenidos, metodología, actividades y evaluación.

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

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

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

Gileitores, libro 500 dinámicas grupales