

"2021. AÑO DE LA CONSUMACIÓN DE LA INDEPENDENCIA Y LA GRANDEZA DE MEXICO"

TIPOLOGIA:

GUIAS Y DOCUMENTOS DE ORIENTACIÓN PEDAGOGICA

TÍTULO:

**ESTRATEGIAS PARA FAVORECER LAS  
EMOCIONES EN EDUCACIÓN PREESCOLAR**

ESCUELA:

**JARDIN DE NIÑOS BENJAMIN BLOOM**

**CCT 15EJN04640**

PRESENTA:

PROFRA. MARIEL CASTRO HUERTA

PROFRA. SOFIA VALENCIA NEGRETE

## PRESENTACIÓN

El presente trabajo está dirigido a los y las docentes de educación preescolar. Ofreciendo sugerencias didácticas para promover y fortalecer la educación emocional desde edad temprana en el aula. Es decir, proporciona herramientas metodológicas para el desarrollo de una educación integral, retomando los cuatro pilares de la educación en los que se hace referencia clara al mundo emocional:

1. Aprender a conocer, lo que equivale a dominar los instrumentos del conocimiento. Pero asegura que los métodos que deben ser utilizados para conocer deben favorecer el placer de comprender y descubrir, es decir, factores emocionales unidos al aprendizaje que lo potencian y lo hacen estimulante.
2. Aprender a hacer, lo que implica adquirir una formación para poder desempeñar un trabajo y a la vez una serie de competencias personales, como trabajar en grupo, tomar decisiones, etc. Estas son competencias que forman parte de la regulación emocional como veremos más adelante.
3. Aprender a convivir y trabajar en proyectos comunes. Este es uno de los retos para este siglo, donde la convivencia entre personas diferentes nos obliga a descubrir lo que tenemos en común y a comprender que todos somos interdependientes. Pero para descubrir al otro antes tenemos que descubrirnos a nosotros mismos. Otra vez el informe hace referencia a competencias propias del trabajo emocional, como el autoconocimiento, la empatía y la destreza social.
4. Aprender a ser, refiriéndose al desarrollo total y máximo posible de cada persona, a su proceso de autorrealización. Esta referencia a la educación integral, por sí sola justificaría la necesidad de considerar la relevancia de la educación emocional.

Es preciso reconocer, como nos dice Goleman en su libro Inteligencia emocional, que todos tenemos dos mentes: una que piensa y otra que siente, pero ¿acaso razón y emoción se oponen? Ahora sabemos que no, que son dos formas fundamentales de conocimiento que interactúan para construir nuestra vida. De ahí la importancia de retomarla dentro de las aulas, considerando que el docente es un elemento clave para el fortalecimiento integral de los alumnos, en el desarrollo de sus habilidades tanto sociales como emocionales, de tal manera que fortalezcan una educación de valores. Donde privilegien el diálogo, la mediación y los acuerdos para solucionar conflictos de forma asertiva, la empatía, etc.

Para ello nos apoyaremos de materiales ya disponibles y accesibles para los docentes, integrando algunos materiales nuevos como lecturas y material virtual que facilitaran el trabajo en el aula.

Ofreciendo tres apartados.

1. El primero propone actividades que se promuevan en las aulas dirigidas al manejo de las emociones.
2. Lecturas sobre las emociones
3. Bibliografía.

### **OBJETIVO GENERAL**

Proporcionar estrategias didácticas que favorezcan el manejo de las emociones en los alumnos de educación preescolar.

### **OBJETIVO ESPECÍFICO**

Facilitar actividades que ayuden a reconocer las diferentes habilidades y emociones que experimenta a través de juegos y lecturas.

## DESARROLLO DE LAS EMOCIONES

Las emociones son universales, propias del ser humano y sirven, entre otras cosas, para comunicarnos con los demás. Hay emociones que se las llama positivas, porque están asociadas con el bienestar y otras negativas que se acompañan de malestar, pero todas ellas son válidas y necesarias. No podemos evitarlas, pero sí aprender a manejarlas, ya que tienen una gran influencia en nuestra conducta y nuestro pensamiento.

Parafraseando a Elizabeth B. nos menciona como se desarrollan las emociones, ella nos explica que desde edad pre neonatal los pequeños son capaces de reaccionar emocionalmente ante situaciones diversas, es decir: “la capacidad de responder emocionalmente está presente en el recién nacido como parte del proceso de desarrollo y no necesita ser aprendida”<sup>1</sup>.

Posteriormente conforme crece el niño nos menciona que su repertorio emocional es cada vez mayor, mostrando respuestas como alegría, rabia, miedo celos, felicidad, curiosidad, envidia y odio. Estas nuevas formas de conducta pueden ser aprendidas de su contexto inmediato. “las emociones no son entidades fijas. Cambian con la edad a lo largo de la infancia, la niñez y la adolescencia.”<sup>2</sup>

Por consiguiente, durante la edad preescolar su contexto se amplía y la responsabilidad se vuelve compartida, tanto educador como padres de familia tendrán que promover el desarrollo integral de las niñas y los niños. Begoña Ibarrola, menciona que “hay al menos 3 aspectos importantes que distinguen el desarrollo: el conductual, el cognitivo y el emocional, a lo que lo mismo su comportamiento, su forma de pensar y su forma de sentir”<sup>3</sup>.

De acuerdo a nuestra cultura estamos acostumbrados a dar mayor importancia a los dos primeros aspectos, la conducta y los cognitivo, dejando a un lado lo emocional, siendo este el factor más relevante para su vida personal y en sus relaciones con los demás. Tal situación se ve reflejada no solo en el convivir de las familias, si no en el currículo de los planes y programas donde la prioridad es desarrollar habilidades básicas como matemáticas y lenguaje.

Hoy en día se sabe que las dimensiones emocionales abren las posibilidades del aprendizaje, mientras que otras las cierran. Hay muchas emociones que inhiben y son amenazas para que pueda ocurrir el aprendizaje en los niños. Por ejemplo, el miedo puede llamar la atención, pero por solo unos instantes, muy rápidamente produce vacíos, originando así distracción. El sentirse amenazado, da lugar a un

- 1) (TEORIAS CONTEMPORANEAS DEL DESARROLLO Y APRENDIZAJE DEL NIÑO, 2004) Elizabeth B. México, D.F. 1998, pág. 30.
- 2) Ibídem
- 3) Conferencia: ¿Cómo educar las emociones de nuestros hijos? por Begoña Ibarrola celebrada el 5 de abril de 2011

efecto de vulnerabilidad que produce desamparo, haciendo que los niños no se sientan seguros para abrirse a las posibilidades de aprender y los lleva a no enfrentar los desafíos que implica el aprendizaje, los deja con el sentimiento que no pueden acceder a sus propias capacidades.

Investigaciones recientes apuntan a que las emociones son un factor importante y estable en la predicción del desempeño de los alumnos. Emociones tales como la vergüenza que sienten los alumnos, la rabia, el aburrimiento, la pena o la desesperanza no son favorables al aprendizaje porque socavan el esfuerzo, producen pensamiento irrelevante y distraen. Por otra parte, las emociones favorables como la apertura, el entusiasmo, el gusto por aprender, el orgullo, la esperanza de aprender, son todas emociones favorables al aprendizaje.

De acuerdo al análisis anterior podemos decir que las emociones son estados internos caracterizados por pensamientos, sensaciones, reacciones fisiológicas y conductas que son subjetivos. Estas pueden ir acompañadas de expresiones faciales, motoras, etc. Y surge como una reacción a una situación externa concreta, aunque puede provocarla una información del propio individuo, pues recordemos que algunas de ellas son de origen genético.

Nuevamente Begoña Ibarrola menciona que las emociones son fenómenos multidimensionales caracterizados por cuatro elementos: cognitivo, (como se llama y que significa lo que siento), fisiológico (que cambios biológicos experimento), conductual (hacia donde dirige cada emoción mi conducta) y expresivo (a través de que señales corporales se expresa).

Es ampliamente reconocido que en la etapa preescolar se configuran las emociones, por ello es necesario que reconozcan sus emociones y aprendan a manejarlas, sobre todo en los contextos de emergencia que se está viviendo en la actualidad. Pues reconozcamos que fue de gran impacto emocional para muchos niños en edad temprana que enfrentan ambientes familiares difíciles de manejar tales como la violencia física y psicológica, económica y sobre todo escases de afecto.

En este sentido, es necesario fortalecer el desarrollo de habilidades socioemocionales para contribuir a que los integrantes de las comunidades escolares afronten las situaciones ocasionadas por los cambios a la forma de vida que implican los diferentes contextos y que pueden originar enojo, tristeza, temor, angustia, ansiedad, depresión, frustración, apatía, falta de motivación, entre otras emociones y sentimientos. Siendo de suma importancia brindar afecto, calidez y sentimientos positivos, con el fin de formar un individuo estable, emocionalmente.

La educación es una llave que ejerce un verdadero impacto, por tanto, es vital que en preescolar se guíe las emociones con actividades didácticas que ayuden al auto conocimiento y auto control de las mismas. Basándose en dos estrategias de aprendizajes básicas para nuestro nivel que son el juego y la expresión oral (lectura). El juego, que es el mecanismo diseñado por la propia naturaleza para empujar al niño a aprender, así como un gran medio para practicar habilidades y capacidades (y así poder aprenderlas de una forma eficiente). Y los cuentos, con cuyas historias ofrecen a los niños un marco de entrenamiento emocional sin igual, pues el lector puede vivir experiencias emocionales muy diversas, pero desde una distancia de seguridad que le permite sentir, pero sin riesgos. Es decir los libros permiten la introspección, la autoconciencia y el autoconocimiento. Además, siempre es más fácil hablar de lo que les pasa a los demás, que hablar de lo que le pasa a uno mismo. Es importante recomendar a los niños que siempre deben tratar de hablar desde el “yo” y no desde el “tú”, es decir: “yo me he sentido enfadado cuando me has quitado el juguete” en lugar de “tú me has hecho enfadar porque...”.

A continuación, desarrollaremos algunas actividades de soporte socioemocional que les faciliten a los niños un desarrollo integral. Considerando objetivos, materiales y desarrollo, para facilitar el desarrollo en el proceso de enseñanza. Esperamos que el presente trabajo apoye a desarrollar en los alumnos aprender a ser, aprender a convivir, aprender a conocer y aprender a hacer. Para sentirse bien con ellos mismos y con las demás personas.

## INDICE

### **ACTIVIDADES**

1. Mi cuerpo
2. Mis cinco sentidos
3. Adivina adivinador
4. Guiñol emocional
5. Conozco mis emociones
6. El guía
7. Mi temperatura

### **LECTURAS**

1. El cumpleaños de Sara
2. ¿Qué le pasa a Mugan?
3. La tristeza de Alfredo
4. ¡Me han quitado mi juguete!

### **BIBLIOGRAFIA**

# **APARTADO I**

Actividades que promueven en las aulas el manejo de las emociones.

**“De nada sirve que el  
Entendimiento se adelante  
Si el corazón se queda atrás”**

Begoña Ibarrola

## 1. Mi cuerpo

**Objetivo:** Desarrollar una imagen positiva mediante el conocimiento y exploración de las características físicas.

**Materiales:** Espejo, ficha de trabajo, tijeras, colores, hojas blancas y lápiz.

**Desarrollo:** La maestra puede comenzar con el juego de completar la frase; manos en la cabeza...ta, manos en la boca...ta, etc. A continuación, invita al alumno a observarse en un espejo y mencionar aquello que más le gusta de él. Posteriormente se le solicitara realizar un dibujo de él, señalando las partes que de su cuerpo que más le gustan.

Para concluir pueden compartir sus dibujos a sus compañeros y formar un collage de dibujos en un lugar especial del salón, recuerden que es importante registrar su nombre.

## 2. Mis cinco sentidos

**Objetivo:** Desarrollar una imagen positiva mediante el conocimiento y exploración de las cosas que puede hacer con su cuerpo.

**Materiales:** Lamina didáctica de segundo grado; Vamos a jugar, hojas blancas, lápiz y colores.

**Desarrollo:** La maestra inicia conversando lo que le gusta hacer cuando está en casa, propiciando que los alumnos conversen sobre lo que a ellos más les agrada hacer, para ello pueden utilizar la lámina Vamos a jugar de segundo grado de preescolar. Posteriormente se solicita que dibujen en una hoja lo que les gusta ver, oír, oler, saborear y tocar o sentir en la piel, en otra hoja realizaran lo mismo, pero ahora con la intención de que expresen lo que no les gusta ver, lo que les molesta oír, oler, etc. Finalmente conversan sobre sus productos a través de una lluvia de ideas.

### **3. Adivina adivinador**

**Objetivo:** Aprender a expresar mediante gestos las emociones de alegría, tristeza y enfado.

**Materiales:** Tarjetas llamativas con dibujos de las diferentes emociones.

**Desarrollo:** La docente elige a uno de los niños y le muestra una tarjeta con la emoción que debe de representar a sus compañeros. El alumno deberá realizar gestos y actuar según la emoción que le toque dramatizar. El resto de la clase ha de adivinar de qué sentimiento se trata. Una vez identificado, la maestra pregunta a los participantes ¿En qué situaciones se encuentran así?

Para concluir el juego se toman tres fotos a todos los niños de la clase, una en la que estén todos tristes, otra en la que estén todos alegres y otra en la que estén todos enfadados. Luego se colocan en el rincón de las emociones si lo tienen o en un espacio para recordar la actividad. (También se puede ampliar añadiendo otras emociones como y el miedo, la vergüenza, etc.)

### **4. Guiñol emocional**

**Objetivo:** expresar las emociones y sentimientos a través de la expresión corporal

**Materiales:** un guiñol, tarjetas de emociones.

**Desarrollo:** En las tarjetas con dibujos de emociones el niño deberá de elegir 3 tarjetas, después deberá representar una historia que contenga esas tres emociones. Si ves que le cuesta pensar en tres o es demasiado fácil, incrementa el nivel añadiendo o disminuyendo las emociones o los personajes que deben sentir.

Nota: Hablar de emociones no siendo tú el protagonista, ayuda a entender y fomenta la expresión de nuestros sentimientos

## 5. Conozco mis emociones

**Objetivo:** Lograr que identifique sus emociones y las exprese.

**Materiales:** tarjetas con imágenes de situaciones de emociones, círculos de cartulina.

**Desarrollo:** Proporcione cuatro imágenes con diferentes situaciones como por ejemplo un niño peleando por un juguete y solicite que, de manera individual, las observe.

Proporcione un círculo para que dibujen el sentimiento que les genera cada situación.

Si lo considera pertinente, mencione algunos ejemplos.

Pida a los alumnos que formen un círculo y que cada uno comparta con el grupo lo que sintió al ver las imágenes, luego solicite que mencione algunas situaciones donde han experimentado esos sentimientos.

Posiblemente algunos alumnos compartan algo muy personal, procure ser empático ante la situación y genere un ambiente de respeto.

Para concluir mencione que hay otros sentimientos y que es importante conocerlos.

## 6. El guía

**Objetivo:** Lograr una confianza suficiente para la colaboración.

**Materiales:** paliacates para tapar los ojos.

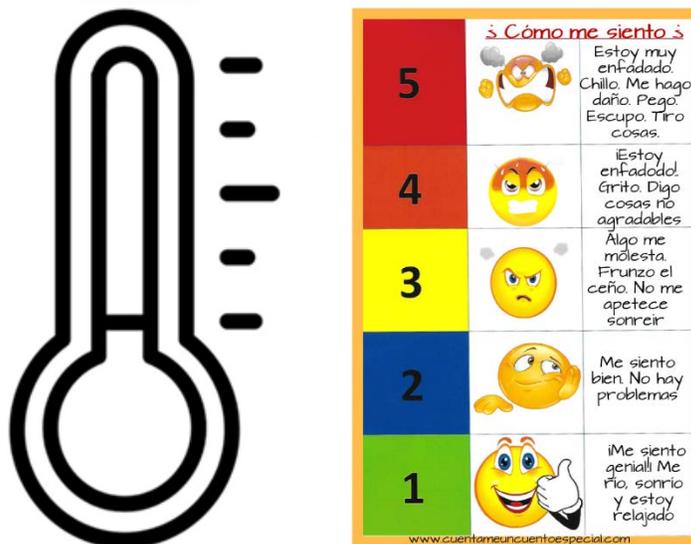
**Desarrollo:** Dividir al grupo en dos equipos la mitad del grupo tendrá los ojos vendados, la otra parte serán guías. (Están agrupados de dos en dos un ciego y un guía). Los guías eligen a los ciegos sin ser identificados. Durante unos minutos los lazarillos conducen a los ciegos, después de un rato, se cambian los papeles. Los nuevos guías vuelven a elegir a su ciego sin ser vistos. Después se hablará de los sentimientos que cada niño ha tenido.

## 7. Mi temperatura

**Objetivo:** Regular las emociones que experimenta para mejorar la convivencia entre pares.

**Materiales:**

**Desarrollo:** Converse con sus alumnos sobre las emociones que experimentan ante situaciones como: Un compañero los insulta, alguien se burla de ellos, alguien los acusa, alguien dice cosas de ellos que no son ciertas. Tratan de medir sus reacciones en un termómetro como el de la imagen.



Termómetro de las emociones recuperado de: <https://especialcolima.com/2020/04/26/las-emociones-en-los-ninos/>

Posteriormente conversen sobre cómo podrían dar solución a cada situación, y reflexionen sobre las siguientes preguntas: cuando nos enojamos ¿pensamos con claridad antes de actuar? Si estamos enojados ¿podríamos lastimar a los demás o a nosotros mismos? Finalmente invita a los alumnos a realizar un dibujo sobre lo que ellos hacen cuando se enojan y coméntenlo a través de una lluvia de ideas.

## **APARTADO II**

### **Lecturas sobre las emociones**

**“De qué sirve que un niño sepa  
colocar en el universo a Neptuno.**

**Si no sabe dónde poner  
la tristeza o su rabia”**

José María Toro

## EL CUENTO DE LAS EMOCIONES

### *El cumpleaños de Sara*

Érase una vez dos hermanitos, Sara y Pedro, que se querían mucho y pasaban todo el día junto. Sara tenía tres años y Pedro, cuatro. Se acercaba el cumpleaños de Sara y entre todos empezaron a preparar una gran fiesta para celebrarlo. Los padres de Sara y Pedro prepararon invitaciones para los amiguitos de Sara. Iban a ir muchos niños porque Sara era muy simpática y agradable con todo el mundo y tenía muchos amigos: todos los niños de su clase y todos los vecinos de su edad. Todo el mundo ayudaba en algo para la fiesta y Pedro empezaba a estar un poco cansado porque no se hablaba de otra cosa durante todo el día y no le hacían mucho caso a él. Además, esa no era su fiesta.

El día del cumpleaños de Sara, sus padres se levantaron temprano para decorar toda la casa. Había un gran cartel que ponía «Muchas felicidades, Sara». Cuando llegó la hora de levantarse, los padres de Pedro y Sara fueron a la habitación de Sara para despertarla y felicitarla. Sara estaba contentísima, porque además le habían llevado un gran regalo envuelto en un papel de muchos colores y con una gran cinta roja alrededor. Lo desenvolvió con cuidado: ¡Era un oso de peluche enorme! Estaba muy alegre y no paraba de dar las gracias a sus padres por ese regalo tan bonito. Sara preguntó por Pedro, que se tenía que haber despertado con todo el ruido, pero no había ido a felicitarla todavía. Así era, Pedro lo estaba escuchando todo, pero él también quería regalos y no le apetecía ir a darle a Sara el suyo, pero fueron sus padres a despertarlo y a decirle que debía ir a felicitar a su hermana. Así lo hizo, pero Sara, aunque no dijo nada, se dio cuenta de que no lo hacía de corazón como solía hacerlo. Desayunaron todos juntos, aunque Pedro no estaba alegre como solía estar el resto de las mañanas.

Preguntas de análisis: ¿por qué estaba contenta Sara?, ¿por qué motivos se enfadó Pedro?, ¿por qué se puso triste Sara?

***¿Qué le pasa a Mugán?  
(Begoña Ibarrola)***

En la selva de Taimán vivía una gran familia de monos. Su jefe se llamaba Torunga y cuidaba de todos como un padre afectuoso, aunque se enfadaba si alguien no cumplía sus órdenes o quería mandar más que él.

El grupo estaba formado por Miranda y Tobías, que tenían dos monitos pequeños, Tumbí y Tumbé, y por tres jóvenes monos: Ciro, Mugán y Corinda.

Todos tenían un tiempo para trabajar y un tiempo para divertirse. Pero cuando llegaba el tiempo para divertirse, Mugán se quedaba sentado encima de una rama, pensativo, mientras sus amigos saltaban, jugaban o se bañaban en el río.

A la hora de comer, Mugán no demostraba tener apetito, aunque la comida le gustara mucho. ¡Con lo tragón que había sido!

Cuando le tocaba trabajar cortando ramas o buscando frutas en la selva, Mugán lo hacía sin ganas, como si estuviera cansado.

Una tarde el jefe Torunga reunió a todo su grupo y dijo:

-Mugán, estamos muy preocupados por ti. Casi no comes, todo lo haces con desgana. Y tampoco juegas con los demás. ¿Quieres contarnos lo que te pasa? Mugán se puso colorado y dijo que no, moviendo la cabeza.

-Está bien, entonces vamos a pensar entre todos por qué estás triste, y mañana seguiremos hablando.

-¿Qué os parece? –dijo Torunga.

La idea les pareció muy buena y cada uno se puso a pensar.

Al día siguiente se volvieron a reunir y Torunga fue preguntando uno a uno, comenzando por el más pequeño.

Tumbí se sintió muy orgulloso de ser el primero en hablar:

-Yo creo que Mugán está triste porque no le gusta este lugar, le gustaba más donde vivíamos antes.

-Buena respuesta, Tumbí. A veces nos sentimos tristes si tenemos que abandonar el lugar donde vivíamos felices. Aún recuerdo nuestras montañas, pero con los cazadores y los incendios era peligroso seguir allí. ¿Estás triste por eso, Mugán?

Pero Mugán dijo que no.

-Tumbé, ¿tú que piensas?

-Yo creo que está triste porque no es tan ágil como nosotros. El otro día nos reímos de él porque se cayó del árbol al saltar de una rama a otra, y le llamamos mono patoso.

-Puede ser un motivo –dijo Torunga-, pero ya sabes que a unos se les da muy bien saltar, a otros encontrar comida y a otros avisar de los peligros. A Mugán se le da muy bien encontrar frutos. ¿Estás triste porque se han reído de ti?

Pero Mugán dijo que no.

A ver, Ciro, danos tu opinión.

-Yo creo que Mugán está triste porque Corinda le gusta y ella no le hace ni caso.

Todo el grupo miró hacia Mugán y luego hacia Corinda y ella se puso roja hasta las orejas. Pero Mugán no dijo nada.

Y tú, Corinda, ¿qué opinas?

-Creo que Mugán piensa que no somos sus amigos. El otro día se enfadó mucho y dijo que nunca le dejamos hablar.

-Tiene razón a veces le interrumpimos cuando habla porque es más lento contando las cosas.

-Muy bien, Corinda, ya sabes que uno puede sentirse triste si no se le escucha con respeto.

¿Estás triste por eso, Mugán?

Pero Mugán dijo que no.

Y tú, Miranda, que eres una madre para él, ¿nos das alguna idea?

- Yo creo que está triste porque no le hago tanto caso como antes y puede creer que no lo quiero. Como Tumbí y Tumbé son pequeños pasó más tiempo con ellos.

Pero, Mugán, quiero que sepas que te quiero muchísimo y estoy muy preocupada por tí - dijo mientras le daba un beso.

Mugán siguió callado.

Tobías, tú que eres un padre para Mugán. Cuando lo encontraste en la selva, lo acogiste como a un hijo. ¿Qué crees tú que le puede pasar?

-Creo que se está haciendo mayor y se hace muchas preguntas. Yo no tengo mucho tiempo para hablar con él y a lo mejor por eso está triste.

Pero Mugán dijo que no con la cabeza.

Torunga se levantó y dirigiéndose a todos les dijo:

-Habéis aportado buenas ideas y os estoy muy agradecido.

Todos nosotros ayudamos cuando alguien tiene un problema. Pero para ayudar a Mugán hay que saber qué le pasa, así que ahora él y yo vamos a dar un paseo. Todos se levantaron y continuaron con sus ocupaciones. Torunga puso su enorme y peludo brazo sobre los hombros de Mugán y se fueron caminando juntos hacia el interior de la selva. Cuando regresaron del paseo, todos notaron que algo había cambiado porque Mugán estaba sonriente. Torunga, ¡al fin! había descubierto lo que le pasaba a Mugán y le había dado muy buenos consejos.

Y tú, ¿por qué crees que estaba triste Mugan?

## La tristeza de Alfredo

Cuando Raquel lo veía pasar por el parque arrastrando los pies, cabizbajo, con ese rictus de tristeza en la cara, se le partía el corazón.

Llevaba meses así: no levantaba cabeza.

- ¡Hola Alfredo! - saludó a su amigo intentando mostrar normalidad.

Alfredo solo hizo un amago de saludo con la mano sin levantar la cabeza.

- ¿Quieres venir conmigo a pasear esta tarde? He descubierto un lugar que te encantará - le dijo.

Alfredo, contra todo pronóstico, aceptó la oferta, y Raquel lo citó a las cinco en el primer árbol que estaba en el camino que llevaba al río.

Entraba la primavera y el bosque estaba especialmente bonito en esos días. Al llegar, Raquel vio a Alfredo apoyado en el árbol del camino.

- ¡Holaaaa! - saludó de lejos.

Alfredo no levantó la cabeza, miraba algo en el suelo que lo tenía muy entretenido.

- ¿Ves ese pájaro? - le dijo cuando estuvo a su lado.

Raquel se agachó para verlo más de cerca. Un bebé gorrión se había caído del árbol y piaba con todas sus fuerzas muy asustado.

- ¡Así me siento yo! - dijo de repente Alfredo sin mirarla a la cara.

A Raquel le dio una punzada en el corazón; su amigo nunca le había hablado tan abiertamente de sus sentimientos.

De pronto bajaron del cielo dos pájaros más grandes y revolotearon alrededor del gorrioncillo calmándolo, a la vez que Raquel le ponía la mano cariñosamente en el hombro. Alfredo se fijó de dónde venían las aves, y vio el nido en una rama no muy alta.

- ¡Tengo que subir ahí! - dijo.

Alfredo se adelantó, tomó al bebé gorrioncillo en sus manos y escalando por el tronco logró devolver al pequeño a su nido.

Cuando Raquel ayudó a su amigo a bajar del árbol vio que en su mirada había cambiado algo; por primera vez, en mucho tiempo, sus ojos mostraban algo más que tristeza.

- ¿Oyes eso? - preguntó Raquel.

Alfredo guardó silencio: el gorrioncillo, más tranquilo, ya no piaba.

Llegaba el agradable ruido del río.

Al llegar a la orilla vieron a un pobre gatito que, resbalando una y otra vez, se agarraba a unas ramas para no caer al agua.

- ¡Así me siento yo muchas veces! - dijo Alfredo. Raquel lo abrazó.

Alfredo corrió en su ayuda y pudo salvar al animal. De nuevo ese destello de brillo asomó en su mirada.

Los dos amigos siguieron su paseo por el bosque.

- ¿Qué era eso que me querías enseñar? - preguntó Alfredo de repente, rompiendo el silencio.

- ¡Sígueme! - gritó Raquel, y salió corriendo entre los árboles.

Alfredo corrió detrás de ella hasta que paró en un hermoso valle. Lo condujo por una cueva hasta llegar a la parte de atrás de una preciosa cascada que caía al río. Las gotas que formaban la bonita cortina de agua bañaron su cara, y entonces ocurrió algo sorprendente: Alfredo suspiró y sonrió. Raquel al verlo feliz dio una sonora carcajada y gritó:

- ¡Así me siento yo cuando te veo alegre!

Alfredo escuchó a su amiga y esta vez fue él quien la abrazó, siendo consciente de lo que sentía en ese momento.

Gracias a todo lo sucedido esa tarde, Alfredo comprendió que la alegría está en ayudar y en saber recibir el apoyo de los demás, en nuestra actitud ante la vida, y aunque es normal que a veces estemos tristes, depende principalmente de nosotros ir con ese brillo en los ojos, el paso ligero y la cabeza bien alta.

- ¿Cómo se sentía Alfredo al principio del cuento?
- ¿Qué le invitó a hacer Raquel?
- ¿Qué le ocurría el pequeño pájaro que vieron en el bosque?
- ¿Y al gato?
- ¿Cómo se sintió Alfredo cuando les ayudó?
- ¿Y cuándo fue con Raquel a ver la cascada?

## **¡Me han quitado mi juguete!**

Érase una vez, en el bosque secreto de los animales, un grupo de pequeños animalitos a los que les encantaba ir al colegio.

Su profesora, la Señorita Ardilla, era una gran maestra y contaba los mejores cuentos del mundo.

A todos los animalitos les gustaban las actividades que la profesora preparaba: pintar en las hojas, hacer figuras con la plastilina, y muchas cosas más.

Una mañana, la Señorita Ardilla les dijo que tenía una gran sorpresa para todos. Había un gran baúl justo en el centro de la clase y les pidió que lo abriesen.

Cuál fue la sorpresa de todos los animalitos cuando vieron que el baúl estaba lleno de juguetes.

Los pequeños metieron la cabeza en el baúl y cogieron un gran peluche con forma de oso. Todos querían el mismo juguete y cada uno tiraba de una pata o de la oreja del pobre peluche para intentar hacerse con el gran oso.

La profesora les dijo que el oso era de todos y que si no sabían compartir tendrían que dejarlo en el baúl.

Los animalitos se quedaron muy tristes sin su oso de peluche y la profesora también estaba muy triste al ver que sus alumnos no sabían compartir.

Al día siguiente la Señorita Ardilla volvió a abrir el baúl, pero en esta ocasión les dijo a sus alumnos que tenían que jugar con el oso de peluche por turnos.

Los animalitos jugaron con el oso de uno en uno, pero no jugaron juntos. Primero jugó la rana, que se apartó de sus amigos para que nadie la molestara; después fue el conejo, que ni siquiera dejó a su hermano que se acercase al oso; luego fue el pequeño zorro; y así fue pasando el oso de peluche de un animalito a otro.

La Señorita Ardilla seguía muy triste, porque sus alumnos no sabían compartir. Es verdad que en esta ocasión no se habían peleado, pero tampoco habían jugado y disfrutado juntos de aquel precioso oso.

Al siguiente día, los animalitos entraron en clase sin hablarse. Todos estaban esperando su turno para jugar con el oso. Pero se encontraron al oso sentado en una mecedora de madera morada.

– Hoy el oso está enfermo y necesita que todos vosotros lo curéis. Unos tenéis que ponerle el termómetro, otros tendréis que prepararle la sopa y otros debéis mantenerle calentito y contarle un cuento. – Indico la profesora.

.---

Todos los animalitos se pusieron manos a la obra. Había que cuidar al gran oso de peluche y así lo hicieron. Pasaron todo el día jugando juntos, riendo y cuidando del maravilloso peluche que la Señorita Ardilla les había traído. Todos fueron amables entre ellos y nadie tuvo el gran oso sólo para él. El peluche era de todos y todos lo disfrutaron juntos.

Al finalizar el día, la Señorita Ardilla estaba muy contenta.

– Hoy lo habéis hecho muy bien. Habéis sido capaces de jugar todos juntos con el oso, os habéis reído, habéis sido amables y habéis compartido.

Todos los animalitos estaban contentos, porque habían jugado juntos con el gran oso y lo habían pasado fenomenal.

¿Qué sorpresa había preparado la Señorita Ardilla a los animalitos?

¿Qué hicieron los animalitos cuando abrieron el baúl?

¿Qué juguete querían coger todos?

¿Se pelearon los animalitos por el oso?

¿Qué hizo la profesora?

Cuando la profesora puso el oso en la camita ¿Qué hicieron los animalitos?

¿Cuándo se lo pasaron mejor los animalitos? ¿Jugando juntos o jugando solos?

## **Bibliografía**

Plan y Programa de Estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación. Educación Preescolar. Primera edición, 2017. Secretaría de Educación Pública, 2017. Impreso en México

Teorías Contemporáneas del Desarrollo y Aprendizaje del Niño compendio, Departamento de Educación Preescolar, Toluca, edo. Mex., mayo de 2004

Conferencia: ¿Cómo educar las emociones de nuestros hijos? por Begoña Ibarrola celebrada el 5 de abril de 2011

Me conozco, me quiero, me cuido Diseño de la estructura y organización de contenidos: María Elena Iglesias López Ilustraciones: Beatriz Chung Oré. Edición 2005 con el apoyo de CORDAID. Edición 2014.