



ADRIANA OROZPE LOPEZ

TEMA

¿QUÉ TIPO DE EMOCIONES EXPERIMENTAN LOS
ALUMNOS EN LA VIDA VIRTUAL ?

J.N. "COLEGIO F. HERBART S.C"

Z.E.J215

C.C.T 15PJN0981F

TEMA

¿QUÉ TIPO DE EMOCIONES
EXPERIMENTAN LOS ALUMNOS EN
LA VIDA VIRTUAL ?

OBJETIVO

Concienciar al niño y la niña acerca de sus **emociones** y pensamientos en torno a su estado de ánimo. Desarrollar la capacidad de reconocer, comprender y expresar los propios sentimientos. Expresar sentimientos y **emociones** de una manera adecuada a través del lenguaje verbal y no verbal.

OBJETIVO EDUCATIVO

Adquirir un mayor conocimiento de las propias **emociones** e identificar mejor las de los demás. Desarrollar la habilidad para regular las propias **emociones**. Prevenir los efectos nocivos de las **emociones** negativas y desarrollar la habilidad para generar **emociones** y sinergias positivas

META

Se propone con la finalidad de sentirnos mejor y más unidos a nuestra verdadera naturaleza, un concepto estrechamente ligado a la educación y a la inteligencia **emocional**.

Enseñar a los **niños** a reconocer y gestionar **emociones**, les permite incrementar la percepción de control sobre aquellos que les ocurre, lo **que es** fundamental para un adecuado desarrollo de su autoestima y autoconcepto.

PROPOSITO

Enseñar a los **niños** a reconocer y gestionar **emociones**, les permite incrementar la percepción de control sobre aquellos que les ocurre, lo **que es** fundamental para un adecuado desarrollo de su autoestima y autoconcepto. El compartir las **emociones** con los demás es fundamental para el desarrollo social de nuestros hijos

PROBLEMATICA

Como docentes y padres hemos detectado que la vida virtual a los niños les afecta en clase y en casa, ya que se les ha cortado mucho la diversión fuera de casa y la socialización en las escuelas.


Por lo que queremos platicar un poco de las emociones y del trabajo que se realizó con los alumnos de nuestro colegio.

¿QUÉ ES UNA EMOCIÓN?

Las emociones son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos ambientales o de uno mismo.

Una emoción es un estado afectivo, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos.

- Situación – valoración – cambios fisiológicos – predisposición a la acción.



La emoción es un proceso multicomponente, formado por los niveles neurofisiológicos (taquicardia, rubor, sudoración, respiración, presión sanguínea) conductual (expresiones faciales, tono, volumen y ritmo de voz, movimientos corporales) y cognitivo (vivencia subjetiva).

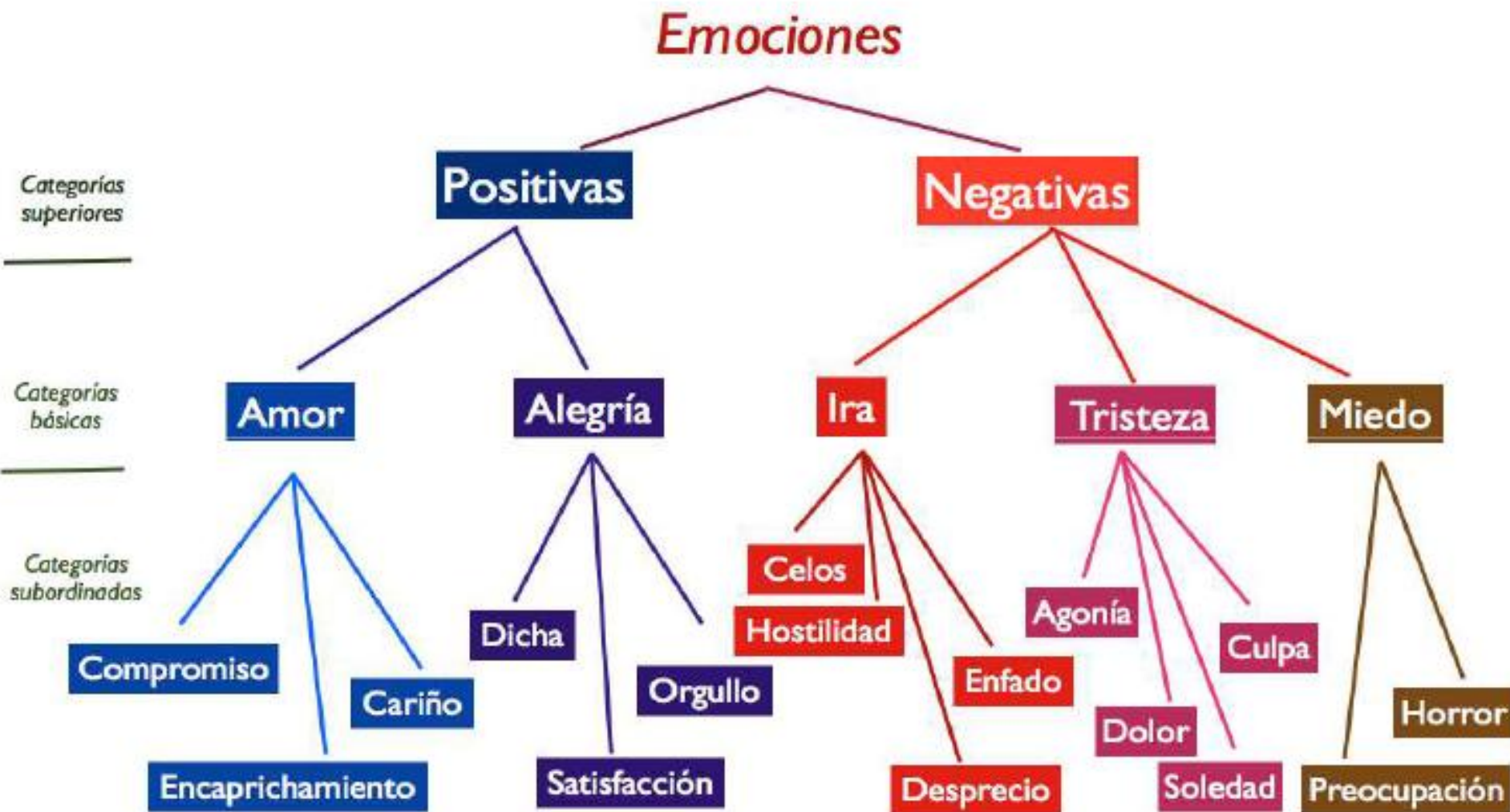
¿Cómo afectan las emociones en los niños?

Estas **emociones** van desde sentirse enojado, molesto, ridiculizado, orgulloso, entre otras, y **afectan** el aprendizaje porque influyen en la comunicación, la atención y la memoria, y en todo lo que necesitan para manejarlas


• Clasificación de las emociones

- Emociones básicas o primarias: (Sorpresa, aversión, miedo, alegría, tristeza e ira)
- Complejas (derivan de las primarias): (culpa, vergüenza, orgullo, celos, arrogancia, etc.)

Jerarquía de Emociones



- Diversos estudios han demostrado que los
- niños son capaces de reconocer emociones
- positivas y negativas desde los primeros
- meses de vida.
- • Alrededor del primer mes aparece la sonrisa
- en los bebés.



A partir de los cuatro años los niños son capaces de reconocer los sentimientos de los personajes de los cuentos, además de comprender que una misma situación puede provocar varias respuestas emocionales.

ACTIVIDAD PARA TRABAJAR EMOCIONES

- **REALIZAREMOS NUESTRA BOTELLA DE EMOCIONES.**
- **MATERIAL**
- • Necesitaremos un frasco con tapa.
- • Agua.
- • Aceite.
- • Diamantina del color de la emoción te que identifiques en estos momentos.
- • Colorante vegetal o liquido del color de la emoción te que identifiques en estos momentos.
- • Imprimir el anexo 1 y 2.



ANEXO 1

Lamina del monstruo de colores

El monstruo de colores

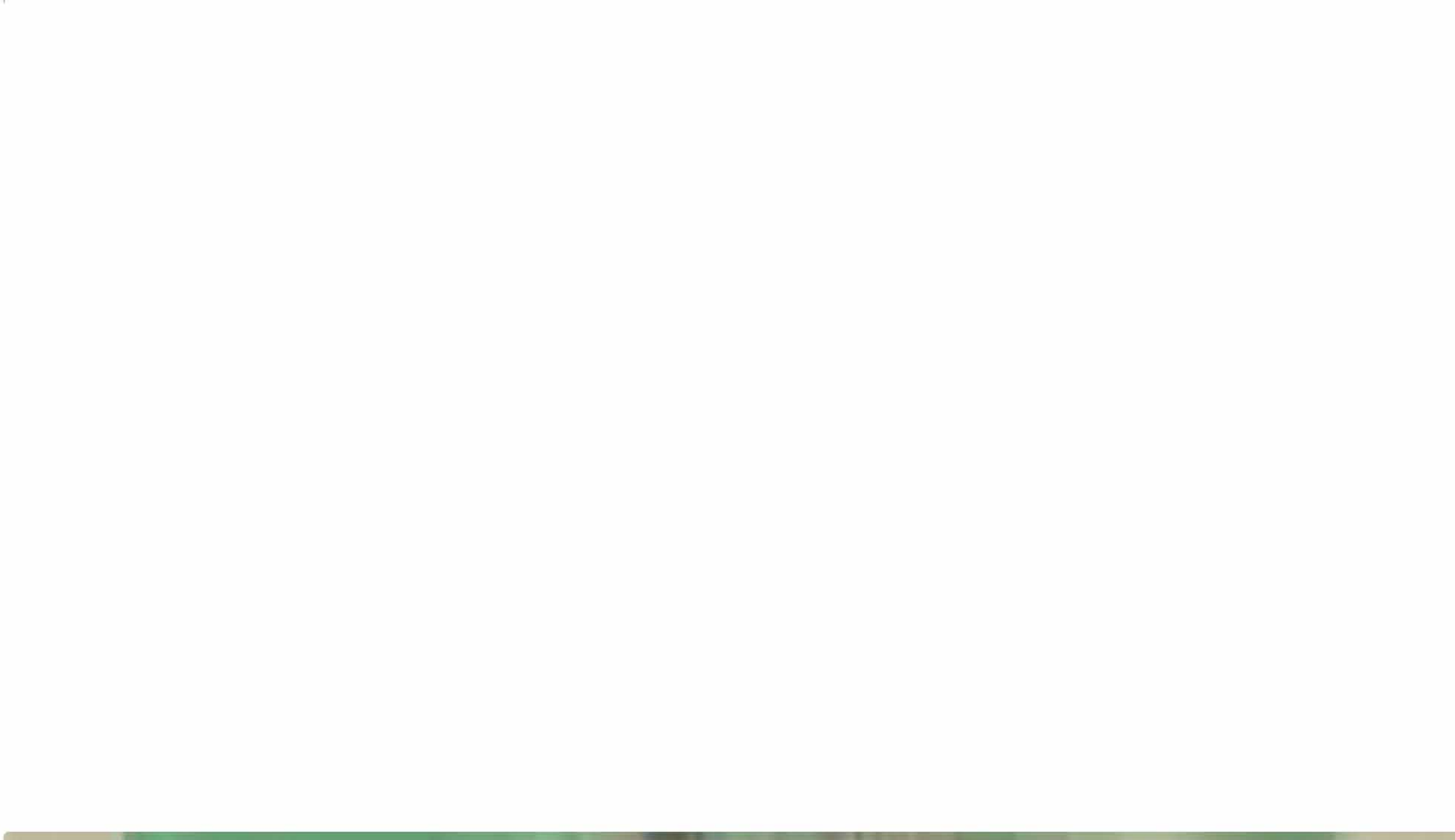
Colorea el frasco según la emoción del monstruo como lo viste en el cuento



Nombre: _____

ANEXO 2

Lamina del
monstruo de
colores



Aprender formas de controlarse:

- alejarte del lugar
- no volver hasta estar tranquilo
 - respirar profundamente
 - pensar en otra cosa
 - contar hasta 10
 - pasear
 - hablar con un compañero
 - escuchar música
 - leer
 - jugar
 - hablar con tus amigos
- imaginarte que estás en otro lugar
 - ver la TV
- recordar la letra de una canción, etc...

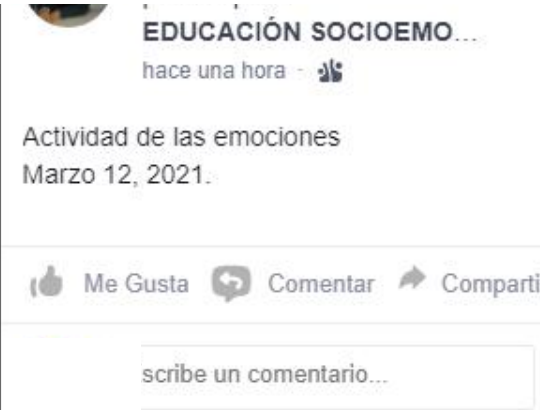
Análisis del trabajo

A continuación se presentan evidencia de trabajo, los alumnos mediante un cuento de emociones que se les transmitió

<https://www.youtube.com/watch?v=AhXjf9OHcp8&t=39s>

se les explico que podían canalizar su sentir mediante colores, es por eso que se realizo una botella sensorial y que ellos escogieran el color con el que mas se identificaban expresando una emoción, así cada vez que se sintieran estresados o ansiosos pudieran jugar con su botella sensorial y poder tranquilizar o mejorar la emoción

Evidencias de las actividades realizadas



Bibliografía:

***Aprende en casa: Educación Socioemocional**

***Planes y programas: Aprendizajes clave para la Educación Integral/ la Educación Socioemocional preescolar socioemocionales.**

***<https://www.unicef.org/media/48611/file>**

***<https://www.fundacionfade.org/aula-virtual->**
