



GOBIERNO DEL
ESTADO DE MÉXICO

EDOMÉX
DECISIONES FIRMES, RESULTADOS FUERTES.

2021. "Año de la Consumación de la Independencia y la Grandeza de México"

**JARDÍN DE NIÑOS JUAN RULFO
CCT 15 EJN0452J**

ZONA ESCOLAR J070

ESTRATEGIA DIDÁCTICA: LA FERIA DE LAS EMOCIONES

**ABIGAIL GONZÁLEZ ARZOLA
ALMA HICHELA SALGADO HERNÁNDEZ
MARÍA DOLORES ZARZA VILCHIS**

MAYO 2021

Índice

Introducción	3
Desarrollo	4
Actividades de la feria de las emociones:	5
Descripción de las actividades	6
1.Rincón de la calma.	6
2.Un cuento antes de dormir.....	6
3.Burbujas especiales.....	6
4.Un rato de tranquilidad en familia.	6
5.Acuerdos en familia. Esta actividad cuenta con tres opciones.	6
6.Reconoce sus emociones.....	7
7.Somos diferentes.....	7
8.Aprendo a cuidar mi cuerpo.....	7
9.Aprendo a ser empático.....	7
10.Identifico que agrada a mi familia.	7
11.Jugamos en familia. Esta actividad tiene dos opciones:	8
12.Llegó el cartero.....	8
13.Cuidar de otro es cuidar de los demás (matrogimnasia).	8
14.Lo que más me gusta de mí.	8
15.Organizo mis juguetes.	8
16.¿Cómo me siento hoy y por qué?	8
17.Usamos las palabras mágicas.	8
18.Solicito apoyo cuando lo necesito.....	9
19.Cada quien su responsabilidad.....	9
20.Tengo miedo.....	9
21.En familia.....	9
22.¿Cómo somos?	9
23. Haciendo tus propios caminos.	10
24.Trompitas de elefante.	10
25. Versos para dedos.....	10
26.Amigos que suben y bajan.....	11
27. Semáforo de las emociones.	11
28. Juego de la oca de las emociones.....	11
29.Regulo mis emociones.	11
30. Platicar de las cosas que los hacen enojar y las que los hace sentirse feliz.	12
Conclusiones.	13
Referencias bibliográficas	14

Introducción

En el presente documento se muestra la estrategia didáctica “La feria de las emociones” que se diseñó en el Jardín de Niños “Juan Rulfo” ubicado en el municipio de Almoloya de Juárez, con el principal propósito de apoyar y reforzar el área socioemocional de los niños y sus familias, ante la difícil situación que se vive en muchas de nuestras casas, apoyándolos con una orientación para lograr el autoconocimiento emocional y encontrar la forma más adecuada de reaccionar en la búsqueda de una solución.

Los tiempos difíciles que nos asechan se han hecho presentes en los hogares de los alumnos que integran nuestra comunidad, las familias hacen un gran esfuerzo por evitar las adversidades que se les presentan, sin embargo, en ocasiones a pesar de estos, surgen problemáticas que afectan la parte socioemocional, estas se presentan en pérdidas de empleo, familiares enfermos y con grandes gastos por realizar, defunciones, incorporación de familiares al trabajo y con ello menor atención a los hijos, delegación del cuidado de hijos a abuelos, tíos, vecinos, problemas familiares, violencia intrafamiliar, cambio de residencia, por mencionar solo algunos. Estos cambios que suelen ser un tanto drásticos, sobre todo para los infantes generan un desbalance emocional, por lo que, como lo menciona el programa de educación básica, preescolar (2017, 34) “Es primordial fortalecer las habilidades socioemocionales que les permitan a los estudiantes ser felices, tener determinación, ser perseverantes y resilientes, es decir, que puedan enfrentar y adaptarse a nuevas situaciones, y ser creativos”.

Es por ello que se diseña esta estrategia didáctica que propone varias actividades dirigidas a la familia en general, intentando promover primero el conocimiento de las emociones, lo que las provoca, las reacciones, y las acciones que se emplean para su solución. Este es un esfuerzo en colectivo donde también se involucran promotores, por el bien de la comunidad escolar.

La pandemia no solo nos ha presentado desgracias en muchos ámbitos, como lo hemos mencionado, también, nos ha terminado de abrir los ojos para reconocer la gran importancia que tiene el aspecto socioemocional en el desarrollo integral de los niños, jóvenes y adultos, siendo parte esencial de cada momento en nuestras vidas, con ello, en la etapa preescolar y como parte del proceso de desarrollo se pretende que muestren autonomía al proponer estrategias de manera individual y en equipo, bases que en un futuro serán los cimientos de una persona objetiva emocionalmente.

Desarrollo

Durante este tiempo que los niños y su familia han estado en confinamiento en casa debido a la pandemia por COVID-19, como se mencionó anteriormente, se han suscitado diferentes situaciones familiares que han afectado el estado emocional de los alumnos y sus familias.

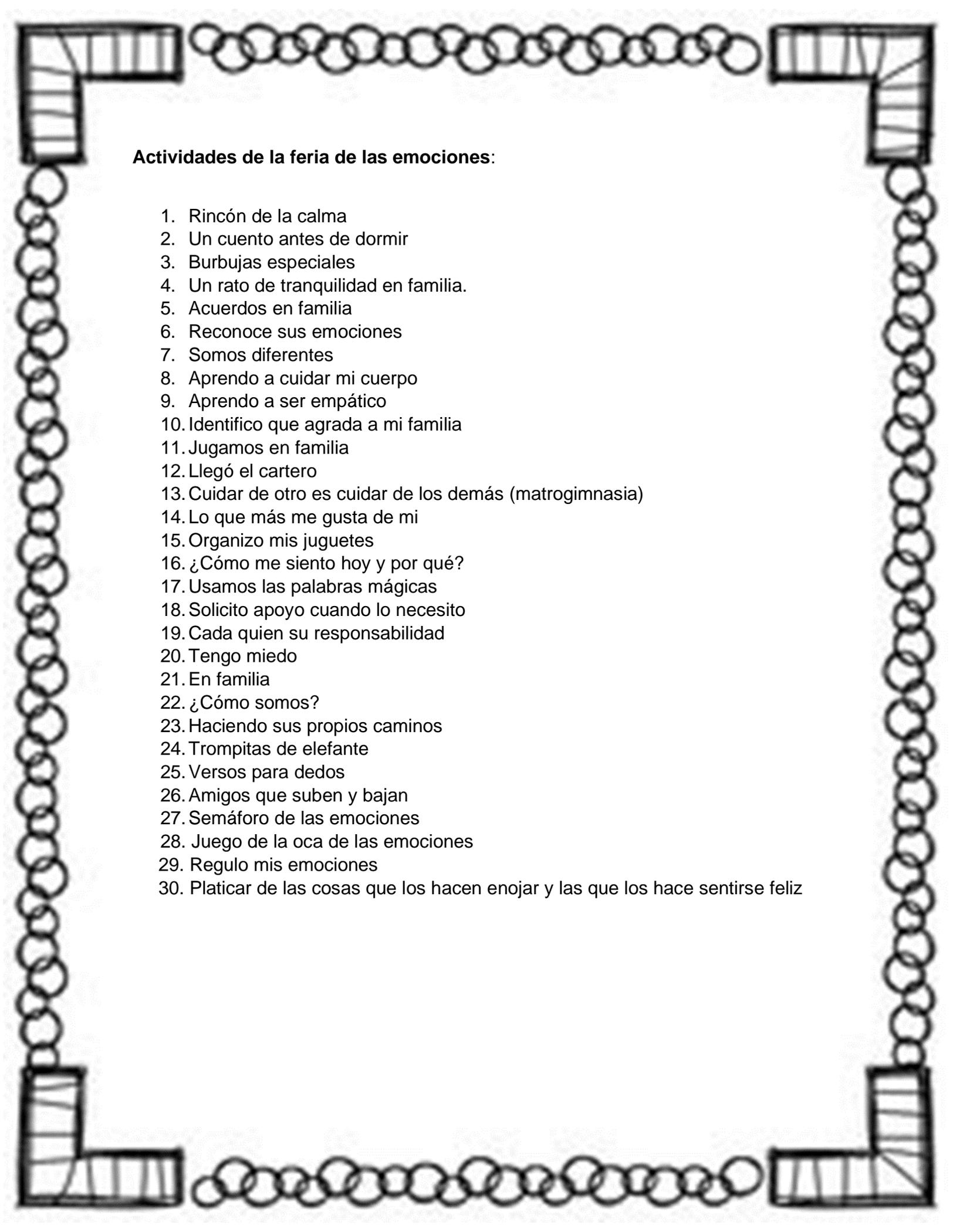
Dada esta situación los docentes del Jardín de Niños Juan Rulfo nos dimos a la tarea de implementar una estrategia didáctica titulada “la feria de las emociones”, ya que estamos preocupados por las emociones de los alumnos y sus familiares, puesto que de esto depende el rendimiento académico de los estudiantes, así como el establecimiento de relaciones sanas con su familia.

Después de conocer la estrategia didáctica e identificar la problemática: “Como consecuencia de la pandemia los alumnos y sus familias han experimentado diversas situaciones de conflicto que ponen en riesgo las relaciones familiares y el desarrollo emocional de los niños”, cada uno de los docentes se dio a la tarea de proponer actividades relacionadas con el área de desarrollo personal y social: educación socioemocional, y que por ende apoyaran a erradicar la problemática identificada, tomando como base los aprendizajes del Programa de Educación Preescolar 2017, seleccionando los que se relacionaban con la estrategia a implementar y lo que los alumnos de cada grupo necesitaban reforzar o retroalimentar de acuerdo a las necesidades identificadas.

Las actividades que se propone poner en práctica, en su mayoría fueron relacionadas con el reconocimiento e identificación de las emociones que han experimentado los alumnos, así mismo para identificar qué acciones le provocan cada una de las emociones de manera que poco a poco aprendan a regularlas.

Se trabajo también la empatía entendiéndose como la intención de comprender los sentimientos y emociones de los demás, tratando de experimentar de forma objetiva y racional lo que siente otro individuo.

En este caso, a pesar de que se planearon las actividades para desarrollarse durante una semana, se han estado retomando durante mas tiempo para que los alumnos y padres de familia sientan el apoyo de los docentes ante las situaciones que están viviendo. También se realizan llamadas telefónicas, donde se habla con las madres de familia para saber cómo están, como se sienten y por este medio se les escucha y sugieren actividades a realizar con sus hijos para que cada día se sientan mejor y vayan regulando sus emociones de mejor manera. A continuación, se enlistan y posteriormente se describe cada una de las actividades propuestas:



Actividades de la feria de las emociones:

1. Rincón de la calma
2. Un cuento antes de dormir
3. Burbujas especiales
4. Un rato de tranquilidad en familia.
5. Acuerdos en familia
6. Reconoce sus emociones
7. Somos diferentes
8. Aprendo a cuidar mi cuerpo
9. Aprendo a ser empático
10. Identifico que agrada a mi familia
11. Jugamos en familia
12. Llegó el cartero
13. Cuidar de otro es cuidar de los demás (matrogimnasia)
14. Lo que más me gusta de mi
15. Organizo mis juguetes
16. ¿Cómo me siento hoy y por qué?
17. Usamos las palabras mágicas
18. Solicito apoyo cuando lo necesito
19. Cada quien su responsabilidad
20. Tengo miedo
21. En familia
22. ¿Cómo somos?
23. Haciendo sus propios caminos
24. Trompitas de elefante
25. Versos para dedos
26. Amigos que suben y bajan
27. Semáforo de las emociones
28. Juego de la oca de las emociones
29. Regulo mis emociones
30. Platicar de las cosas que los hacen enojar y las que los hace sentirse feliz

Descripción de las actividades

1.Rincón de la calma.

Elegir un lugar de la casa para acudir cuando se experimente emociones fuera de control y colocar ahí un lugar para sentarse y estar tranquilos mirando objetos que les proporcionen tranquilidad y les propicien el pensar en ideas motivantes como muñecos de peluche, fotografías, una mantita, cuentos, entre otros.

2.Un cuento antes de dormir.

Acostarse con su hijo y contar un cuento inventado antes de dormir, expresar muestras de cariño al pequeño con abrazos, besos y palabras afectuosas.

3.Burbujas especiales.

Previamente jugar a hacer burbujas con jabón, posteriormente decir a cada integrante de la familia sus cualidades físicas, emocionales, sociales y/o destrezas e ir escribiendo una en cada burbuja de papel (elaboradas con anticipación) y pegarlas en la pared para tener un reconocimiento a cada miembro de la familia.

4.Un rato de tranquilidad en familia.

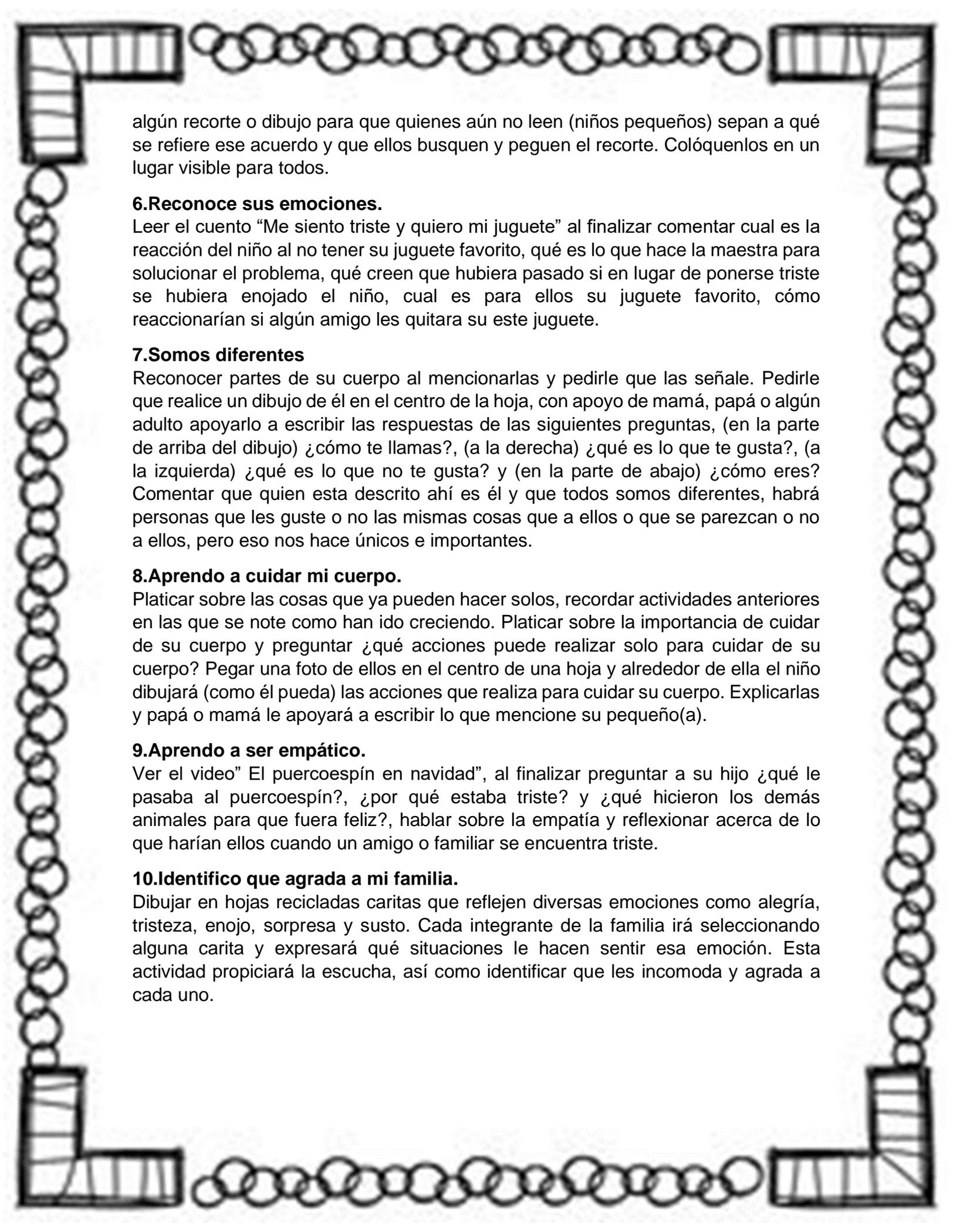
Tirarse de preferencia en el pasto y mirar el cielo, tener una plática tranquila en familia sobre temas agradables como experiencias alegres vividas o bien, qué vemos en el cielo o qué forma tienen las nubes, por ejemplo.

5.Acuerdos en familia. Esta actividad cuenta con tres opciones.

5.1.- Platicar sobre la hora de comer, preguntar a su hijo(a) sobre que se puede hacer a la hora de comer y qué es lo que no pueden hacer, comentar que en ese momento del día también hay reglas que seguir, por ejemplo, lavarse las manos antes, ayudar a poner la mesa, no levantarse si no han terminado, ayudar a recoger los platos, entre otras, dependiendo de la rutina que lleven en casa. Con apoyo de recortes o dibujos y en una hoja realizar el listado de los acuerdos que comentaron. Colocarlo en un lugar visible y retomarlo cuando sea hora de comer.

5.2.- Mencionar si alguna vez los han tratado mal y por qué. Observar con atención un video de empatía y comentar acuerdos. Dibujar en MI ALBUM DE PREESCOLAR una persona que siempre los trata con cariño.

5.3.- Juntos somos un equipo: reunirse en familia y observa el video “para que sirven las reglas” en el siguiente link: <https://youtu.be/bfhgzxQC5KM>. Al terminar comentar que fue lo que entendiste, en qué lugares o juegos existen las reglas y cuáles. Registrar tres acuerdos de convivencia que tienes en casa. Registren en familia en una cartulina los acuerdos a los que llegaron. Sugerencia: anotarlos con letra y con



algún recorte o dibujo para que quienes aún no leen (niños pequeños) sepan a qué se refiere ese acuerdo y que ellos busquen y peguen el recorte. Colóquenlos en un lugar visible para todos.

6.Reconoce sus emociones.

Leer el cuento “Me siento triste y quiero mi juguete” al finalizar comentar cual es la reacción del niño al no tener su juguete favorito, qué es lo que hace la maestra para solucionar el problema, qué creen que hubiera pasado si en lugar de ponerse triste se hubiera enojado el niño, cual es para ellos su juguete favorito, cómo reaccionarían si algún amigo les quitara su este juguete.

7.Somos diferentes

Reconocer partes de su cuerpo al mencionarlas y pedirle que las señale. Pedirle que realice un dibujo de él en el centro de la hoja, con apoyo de mamá, papá o algún adulto apoyarlo a escribir las respuestas de las siguientes preguntas, (en la parte de arriba del dibujo) ¿cómo te llamas?, (a la derecha) ¿qué es lo que te gusta?, (a la izquierda) ¿qué es lo que no te gusta? y (en la parte de abajo) ¿cómo eres? Comentar que quien esta descrito ahí es él y que todos somos diferentes, habrá personas que les guste o no las mismas cosas que a ellos o que se parezcan o no a ellos, pero eso nos hace únicos e importantes.

8.Aprendo a cuidar mi cuerpo.

Platicar sobre las cosas que ya pueden hacer solos, recordar actividades anteriores en las que se note como han ido creciendo. Platicar sobre la importancia de cuidar de su cuerpo y preguntar ¿qué acciones puede realizar solo para cuidar de su cuerpo? Pegar una foto de ellos en el centro de una hoja y alrededor de ella el niño dibujará (como él pueda) las acciones que realiza para cuidar su cuerpo. Explicarlas y papá o mamá le apoyará a escribir lo que mencione su pequeño(a).

9.Aprendo a ser empático.

Ver el video” El puercoespín en navidad”, al finalizar preguntar a su hijo ¿qué le pasaba al puercoespín?, ¿por qué estaba triste? y ¿qué hicieron los demás animales para que fuera feliz?, hablar sobre la empatía y reflexionar acerca de lo que harían ellos cuando un amigo o familiar se encuentra triste.

10.Identifico que agrada a mi familia.

Dibujar en hojas recicladas caritas que reflejen diversas emociones como alegría, tristeza, enojo, sorpresa y susto. Cada integrante de la familia irá seleccionando alguna carita y expresará qué situaciones le hacen sentir esa emoción. Esta actividad propiciará la escucha, así como identificar que les incomoda y agrada a cada uno.

11. Jugamos en familia. Esta actividad tiene dos opciones:

11.1-En familia comentar sobre los juegos que les divierte. Practicar en familia algunos de esos juegos propuestos. Al final, reflexionar sobre los beneficios de jugar en familia.

11.2.- Preguntar a sus papás acerca de sus juegos de infancia (Nombre/reglas/implementos). Llevar a cabo algunos de estos juegos en familia. Comentar los juegos que más y menos les agradaron. Dibujar en MI ALBUM a la persona con la que más le gusta jugar.

12. Llegó el cartero.

Cada integrante de la familia elabora una carta, puede realizarse un sorteo mediante papelitos para saber a quién se le escribirá. Pueden escribirla o bien dibujar lo que quieran expresar, procurando que lo que se les exprese sea para hacerlos sentir bien. Ya que hayan terminado sus cartas se reunirán en algún lugar cómodo de la casa para entregarlas y expresarse lo que escribieron.

13. Cuidar de otro es cuidar de los demás (matrogimnasia).

Llevar a cabo ejercicios en familia como caminar, caminar de puntitas, de alones, saltar con un pie, con los dos pies, gatear entre otros con palabras clave: rápido como tigre, despacio como tortuga.

14. Lo que más me gusta de mí.

Con la silueta de papel del pequeño él se describirá físicamente y comentará acerca de qué partes de su cuerpo le agrada y desagradan. Invitar a la familia a que comenten "Qué es lo que les gusta de cada uno". El alumno dibujara a su familia y expresara qué es lo que le gusta de ellos. Finalmente, agradecer a la familia con muestras de afecto su participación en la realización de las actividades del día.

15. Organizo mis juguetes.

Organizar con el pequeño su propio espacio. Invitar a la familia a tener limpia y ordenada la casa, eso les ayudara a sentirse mejor.

16. ¿Cómo me siento hoy y por qué?

Retomar el tema de las emociones, en familia observar las caritas de las emociones, colorearlas y pegarles un palito atrás para que se puedan manipular, mamá le pregunta a su hijo como se siente hoy mostrándole las caritas para que el elija una y diga HOY ME SIENTO PORQUE, el niño realizara este mismo ejercicio acercándose a otro familiar para preguntarle cómo se siente hoy.

17. Usamos las palabras mágicas.

En familia platicar acerca de lo que hacen o tendrían que hacer para llevar una relación sana y pacífica, implementar las palabras mágicas GRACIAS, POR

FAVOR, DISCULPA, CON PERMISO, escribir cada una en una hoja y con ayuda de los niños decorarlas para colocarlas en casa y estarlas usando constantemente.

18.Solicito apoyo cuando lo necesito.

Ver el video <https://www.youtube.com/watch?v=9SiNFya55Fo>, comentar con los niños lo que sucedió y explicarles que todos en algún momento necesitamos ayuda y siempre debemos pensar que sentirá la otra persona cuando no puede hacer las cosas o cuando no le quieren ayudar.

19.Cada quien su responsabilidad. Esta actividad cuenta con dos opciones.

19.1-Platicar con la familia acerca de las responsabilidades que cada uno tiene. Reflexionar sobre ¿cuáles son mis responsabilidades?, ¿las realizo a diario?, ¿qué pasa si no las hago? Elaborar UN CRONOGRAMA de actividades a realizar, donde muestre con imágenes la actividad y los días que se realizarán, colocarlo en un lugar visible para tenerlo presente.

19.2.- Asumo mis responsabilidades. - Dibújate haciendo una actividad que antes no sabías hacer y ahora ya la realizas o te cuesta menos trabajo.

20.Tengo miedo.

Conversar sobre las siguientes preguntas: ¿Qué te da miedo? _____
¿Por qué? _____ ¿Qué crees que necesitas hacer para que se te quite ese miedo? _____ Dibujar un niño sin cabello, pero con expresión de asustado y pintar el cabello con la técnica de soplado.

21.En familia.

Se van a reunir en familia en donde van a organizar una actividad diaria que tendrán que hacer en familia, por ejemplo, un día ver una película todos en familia o un programa de televisión, juegos de mesa, cenar etc. Tienen que establecer horarios y acuerdos que se deberán de cumplir

22.¿Cómo somos?

Jugaran en familia a compartir las cualidades. Con ayuda del pequeño/a seleccionar varias fotografías de la familia. Escriban su nombre a cada fotografía. Se colocan boca abajo, empieza mamá volteando una fotografía y expresará 1 o 2 cualidades y 1 o 2 características físicas de la persona de la fotografía. Y seguirán a la derecha todos expresaran sus 2 cualidades y características de la misma persona de la foto que volteó mama. Luego otro integrante de la familia volteara otra fotografía y expresara sus 2 cualidades y 2 características físicas y todos los demás integrantes harán lo propio. Y así sucesivamente hasta que pasen todos los integrantes de la familia. Expresen cada integrante de la familia lo que sintió cuando le decían sus cualidades. Cada quien registrará sus cualidades y características físicas que le dijeron sus familiares. Cada miembro de la familia pegara su registro cerca de su cama para verlo por las noches y las mañanas y recordarlas.

23. Haciendo tus propios caminos.

1. Previamente, dibuje un camino sobre el piso o sobre un papel, ya sea con gis, marcadores, cinta adhesiva o cualquier material a su disposición. También, consiga pelotas suaves para cada participante que puedan moverse por el camino; incluso puede hacerlas con papel. Asimismo, reúna popotes o enrollen hojas de periódico que niñas y niños usarán para soplar.
2. Explique que jugarán a mover la pelota por el camino sin salirse de este, usando solo su respiración, para lograrlo, necesitarán respirar suave y lento, inhalando por la nariz y exhalando por el popote para mover la pelota poco a poco.
3. Anime a niñas y niños a proponer otra forma de jugar, haciendo sus propios caminos.

24. Trompitas de elefante.

1. Pedir a niñas y niños que se sienten en el suelo con las piernas ligeramente abiertas.
2. Solicite que estiren sus brazos al frente, a la altura de su cara y los junten.
3. Explique que jugarán a respirar como elefantes y que sus brazos serán sus trompitas.
4. Pida que hagan lo siguiente para respirar como elefantes:
 - a). Tomen aire por la nariz lenta y profundamente, sintiendo cómo se infla su estómago; mientras toman aire, suban poco a poco sus brazos por encima de su cabeza.
 - b). Suelten el aire por la boca muy lentamente e imitando el sonido que hacen los elefantes con sus trompas; también al soltar el aire, bajen sus brazos poco a poco.
 - c). Repitan las veces que sean necesarias hasta que todas y todos se sientan calmados.
5. Anime a niñas y niños a proponer otro animal para imitar su respiración; incluyan movimiento.

25. Versos para dedos.

1. Indique a su pequeño que realizarán un juego con los dedos para concentrarse mejor.
2. Póngase en un lugar donde todos puedan verle.
3. Modele la actividad mostrando con sus dedos una secuencia de movimientos simples, de más simples a más complejos. Acompañela con un verso.

4. Repita el verso con sus respectivos movimientos al menos tres veces, o hasta que todos lo puedan hacer.

5. Cierre la actividad con voz suave y pausada, invitándoles a continuar las actividades. **VERSOS PARA DEDOS** - Toc, toc (golpean los pulgares) - ¿Quién es? (golpean los índices) - Visitas (golpean los medios) - Pasen, pasen (golpean los anulares) - ¡Muack! ¡Muack! (golpean los meñiques como besos de saludo) - Este dedito tenía hambre (muestra el meñique) - Este compró un huevito (anular) - Este lo frío (medio) - Este le echó sal... (Índice) - ¡Y este pícaro gordo se lo comió! (muestra el pulgar y hace cosquillas).

26. Amigos que suben y bajan.

1. Pida a niñas y niños que tomen un peluche pequeño u otro objeto que sea su favorito.

2. Indique que se recuesten boca arriba, ya sea en el piso o en colchonetas, y pongan el peluche u objeto favorito en su estómago.

3. Explique qué respirarán profunda y lentamente, observando cómo su peluche u objeto favorito, sube y baja en su estómago al ritmo de sus inhalaciones y exhalaciones profundas.

4. Repitan las veces que sean necesarias hasta que todas y todos se sientan calmados y pida que piensen en la imagen del peluche u objeto subiendo y bajando cuando quieran volver a calmarse.

5. Anime a niñas y niños a proponer otra forma de jugar, por ejemplo, incorporando sonidos.

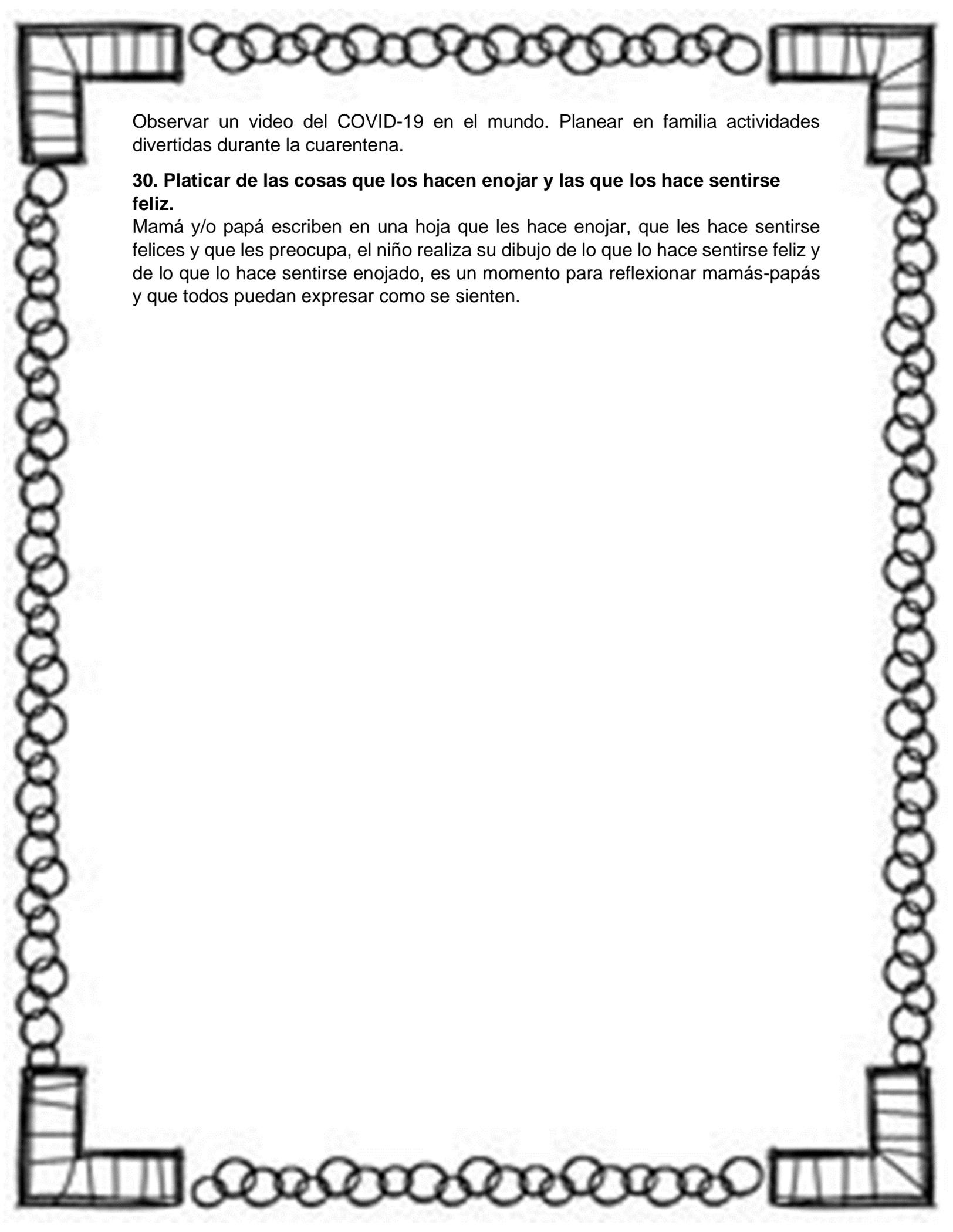
27. Semáforo de las emociones.

Usar imágenes de las diferentes emociones y durante el día detenerse en las actividades e identificar lo que sienten y mencionarlo de forma clara y concreta: Me siento... por qué...

28. Juego de la oca de las emociones.

Se les explicara como se juega, la docente proporcionara la hoja del juego de la oca, cada integrante lanzara el dado y avanzara la cantidad de casillas que indique y de acuerdo al lugar donde caiga el alumno tendrá que contestar una pregunta relacionada con la emoción que indique.

29. Regulo mis emociones. Comentar con su familia lo que ha ocasionado el COVID-19 tanto positiva como negativamente en la relación. Dibujar algunas acciones que ha realizado para protegerse del virus y tenerlas presente.



Observar un video del COVID-19 en el mundo. Planear en familia actividades divertidas durante la cuarentena.

30. Platicar de las cosas que los hacen enojar y las que los hace sentirse feliz.

Mamá y/o papá escriben en una hoja que les hace enojar, que les hace sentirse felices y que les preocupa, el niño realiza su dibujo de lo que lo hace sentirse feliz y de lo que lo hace sentirse enojado, es un momento para reflexionar mamás-papás y que todos puedan expresar como se sienten.

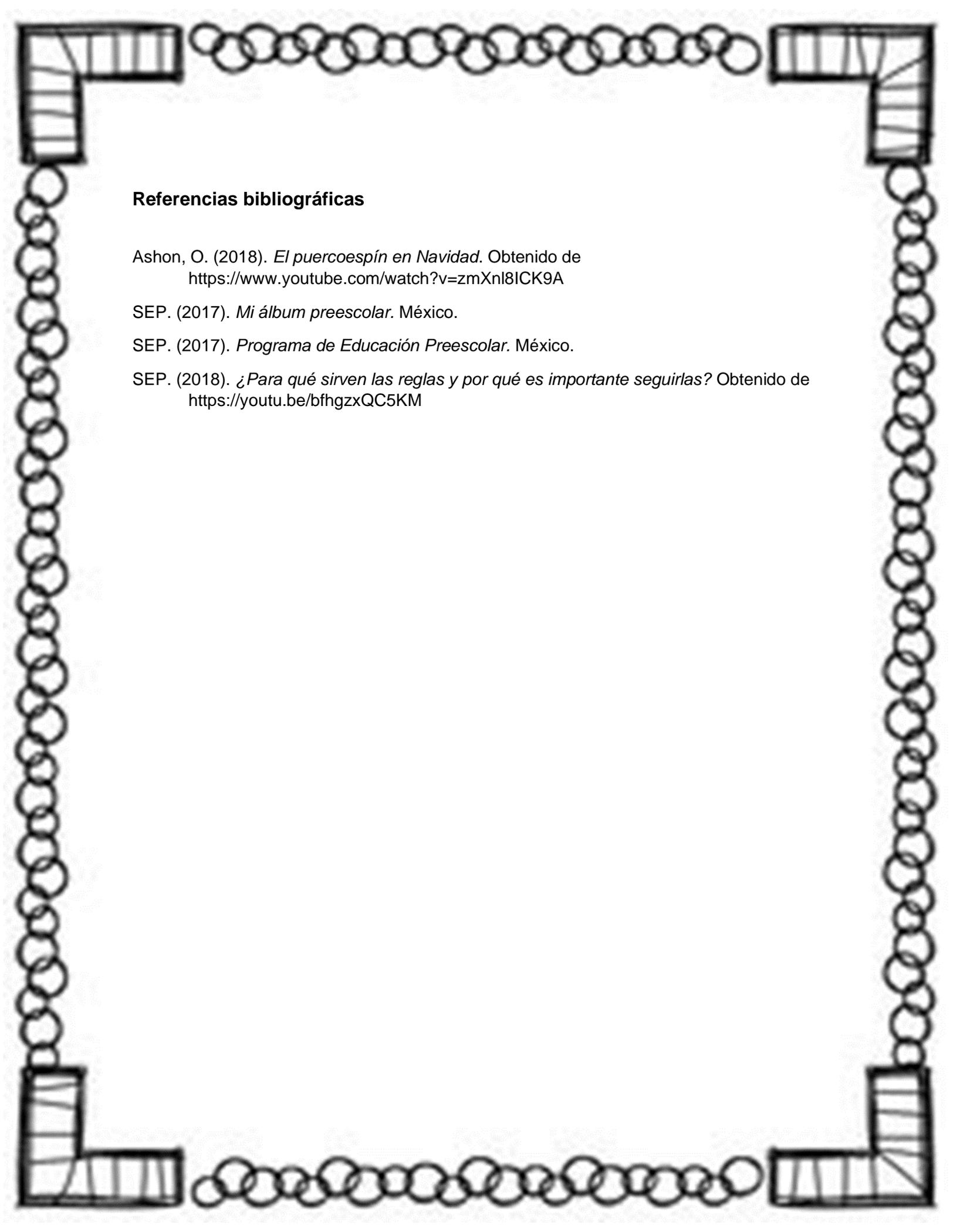
Conclusiones.

El aspecto socioemocional es el fundamento para fortalecer la autoestima, establecer relaciones con armonía y posibilitar la construcción de conocimientos. Cuando el ser humano desde pequeño aprende a identificar sus emociones y la causa que las provoca, se le facilita controlarlas, no para reprimirse, sino para gestionarlas en su propio beneficio y de quienes le rodean.

Para lograr la motivación de los alumnos es fundamental atender como prioridad el área socioemocional para ellos y sus familias, sobre todo, en esta época que se está viviendo, donde la salud emocional ha sido afectada como consecuencia de diversos acontecimientos derivados de la pandemia por COVID 19.

Con el desarrollo de cada una de las actividades se logró que en las familias se estableciera un ambiente de confianza y armonía, además comprendieron por qué sus hijos de repente se ponían de mal humor o se enojaban, entendieron la importancia de que sus hijos aprendieran a regular sus emociones. Así mismo los alumnos identificaron que acciones de los integrantes de la familia hacen que mamá o papá se moleste y la razón.

Cabe señalar que esta estrategia no es fácil, ya que se requiere del apoyo de los padres de familia y en algunos casos, de otros familiares como abuelos, tíos o amigos, puesto que los padres tienen que salir a trabajar. Además de que se tiene que dar apertura a que lleven a cabo las actividades en el momento que tengan disponible, incluso durante el fin de semana, ya que en esos días los padres tienen más tiempo para realizarlas. Sin embargo, a través de este documento se propone como una estrategia de apoyo que puede desarrollarse en casa o en la escuela.



Referencias bibliográficas

Ashon, O. (2018). *El puercoespín en Navidad*. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=zmXnl8ICK9A>

SEP. (2017). *Mi álbum preescolar*. México.

SEP. (2017). *Programa de Educación Preescolar*. México.

SEP. (2018). *¿Para qué sirven las reglas y por qué es importante seguirlas?* Obtenido de <https://youtu.be/bfhgzxQC5KM>