

**“ESTRATEGIA PARA FAVORECER LA GESTIÓN DE LAS EMOCIONES Y
FORTALECER LA EMPATÍA ENTRE EL PERSONAL DOCENTE,
DIRECTIVO ALUMNOS Y PADRES DE FAMILIA”**

**EXPERIENCIA EN EL TRABAJO DEL ÁREA DE DESARROLLO PERSONAL Y
SOCIAL**

“EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL”

PROFRA. NORMA VICTORIA PIÑA

Villa Donato Guerra, Donato Guerra México; a 21 de abril de 2021.

ANTECEDENTES

PROPÓSITOS

FUNDAMENTACIÓN

OBJETIVOS

APRENDIZAJES ESPERADOS

ACTIVIDADES DE LAS SESIONES

RESULTADOS CON EVIDENCIAS

PROPÓSITO: Que el alumnado logre 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

| TIPO DE EXPERIENCIA | RECURSOS |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">❖ En esta experiencia de aprendizaje las niñas y los niños tienen diferentes oportunidades para expresar sus ideas, opiniones y emociones. Asimismo, tendrán la posibilidad de elegir sobre aquello que les gusta y no les gusta hacer❖ Con estas actividades de la estrategia implementada en Consejo Técnico se busca promover que las niñas y niños expresen sus opiniones, tomen decisiones y participen en las actividades del hogar❖ Para ello, participarán en tareas del hogar, en situaciones de juego y conversación en donde intercambien ideas y opiniones, elegir, y reflexionar sobre el porqué de sus elecciones | <ul style="list-style-type: none">❖ Fotografías❖ Espejo❖ Lápiz❖ Hojas blancas❖ Crayolas❖ Recortes de revistas❖ Cuento “cuando nace un monstruo” |

ANTECEDENTES

Esta “Estrategia para favorecer la gestión de las emociones y fortalecer la empatía entre el personal docente, directivo, alumnado y familias.” surgió por parte de la quinta sesión de Consejo Técnico en el trabajo en equipo, sobre la importancia de desarrollar la empatía en nuestros estudiantes y viceversa, asimismo, promover habilidades para identificar, comprender y regular las emociones, con la finalidad de establecer relaciones interpersonales positivas y constructivas, así como favorecer los procesos de aprendizaje en el contexto actual, se proponen actividades en torno a las emociones que como docentes y como padres, madres, tíos, abuelos de niñas, niños y adolescentes están enfrentando, comprendan las situaciones de vida de las madres, padres y cuidadores de sus alumnas y alumnos mediante la exploración de sus estados emocionales y el desarrollo de estrategias para aprender a gestionarlas así como, fortalecer la empatía entre personal directivo, docente y el alumnado.

FUNDAMENTACIÓN

Desde el enfoque pedagógico esta área se centra en el proceso de construcción de la identidad y en el desarrollo de habilidades emocionales y sociales; se pretende que los niños adquieran confianza en sí mismos al reconocerse como capaces de aprender, enfrentar y resolver situaciones cada vez con mayor autonomía, de relacionarse en forma sana con distintas personas, de expresar ideas, sentimientos y emociones y de regular sus maneras de actuar

APRENDIZAJES ESPERADOS:

- Reconoce y expresa características personales: su nombre, cómo es físicamente, que le gusta, que no le gusta, qué se le facilita y qué se le dificulta
- Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente.
- Habla sobre conductas y las de sus compañeros, explica las consecuencias de sus actos y reflexiona ante situaciones de desacuerdo

OBJETIVO

Compartir las emociones que han experimentado en el prolongado periodo de educación a distancia, para luego ponerse en el lugar del alumnado y sus familias; intentar comprender las circunstancias que están dificultando su aprendizaje e identificar estrategias que pueden ayudarles a afrontarlas

PRIMERA SESIÓN
TEMA: MI FAMILIA

❖ A partir de fotografías pláticanos sobre los miembros de tu familia, respondiendo a las siguientes preguntas:
¿Quiénes son? ¿Cómo se llaman?
¿Qué hacen? ¿A qué juegan? ¿Qué hacen juntos?
¿Qué les gusta hacer? Y ¿Qué no les gusta hacer?

- ❖ Observarse en familia en un espejo y posteriormente deberán dibujarse tal y como se observaron, utilizar la frase “yo soy así”
- ❖ Cada uno de los miembros de la familia tendrá la oportunidad para que mencionen cómo son a través de su dibujo que hicieron

❖ Comparte con tu familia y maestra la producción que hiciste mencionando características más sobresalientes sobre las emociones que experimentaste

❖ Fotografías, espejo, lápiz

SEGUNDA SESIÓN

TEMA: CARAS Y GESTOS DE EMOCIONES

❖ Antes de iniciar la actividad mamá y papá preguntarle a sus hijos que emociones sobresalen más en ellos y en que situaciones se ven reflejadas mencionarl

- ❖ Coloquen sobre una mesa las tarjetas de las emociones proporcionadas con el texto hacia abajo.
- ❖ Formen dos equipos y decidan quién tomará el primer turno.
- ❖ Un integrante del equipo, toma una tarjeta al azar. Sin que nadie del equipo la vea, debe expresar con mímica esa emoción para que su equipo adivine de cuál se trata. Tienen un minuto para intentar adivinar.
- ❖ Una vez que el equipo adivina, para ganar la tarjeta, el participante en turno debe compartir cuándo ha sentido esa emoción y cómo puede transformarla o fortalecerla, según se indica en cada tarjeta.

❖ Al terminar el juego, escriban en una hoja doblada a la mitad, de un lado las emociones desagradables y del otro las agradables y compártelas con tu familia y maestra

❖ Hojas blancas, lápiz.

TERCERA SESIÓN
TEMA: ME CONOZCO

| | | | |
|---|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ Realizar los siguientes cuestionamientos a sus hijos • ¿Menciona que cosas son tus favoritas y porque? • ¿Sabes escribir tu nombre? | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Realiza un dibujo de ti en el centro de tu cuaderno, arriba de tu dibujo escribe tu nombre como tú puedas sin ayuda de papá, y dentro de tu cuerpo 5 cosas que sean tus favoritas. ❖ En la parte de atrás de tu hoja dibuja 4 cosas que sea muy difícil de realizar pero que te gustaría mucho hacer pero que ya lo has intentado y no te sale | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Contesta las siguiente preguntas ¿Qué haces cuando lo intentas y no te resulta como tú lo quieres? ¿Te enojas, dejas de intentarlo? ¿Avientas las cosas? Comparte con tu maestra tus respuestas | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Cuaderno, lápiz, colores |
|---|---|---|--|

CUARTA SESIÓN
TEMA: CUADERNILLO DE LAS EMOCIONES

| | | | |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ Menciona que objetos de tu casa te gustaría tocar, oler, sentir, probar o escuchar y comparte con tu familia y maestra | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Realizar un circuito donde el alumno o alumna pueda tocar, oler, sentir, probar, escuchar etc. Con los ojos cerrados, dejándose guiar por un adulto que a su vez interactuará con él o ella durante todo el recorrido y propiciará que éste o ésta exprese lo que siente al interactuar con los elementos que está percibiendo a través de alguno de sus sentidos. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Menciona que te agradó más de la actividad y plásmalo a través de un dibujo | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Hojas blancas o de rehuso |
|--|--|---|---|

QUINTA SESIÓN

TEMA: EL COFRE DE LA FELICIDAD Y EL SEMÁFORO DE LA EMOCIONES

❖ Cuestionar al alumno mediante las siguientes preguntas:

- ¿En qué momentos has transmitido la emoción de enojo, miedo, alegría y tristeza

❖ Divide una hoja blanca en 4 partes iguales y escribe en cada una de ellas el nombre de las siguientes emociones básicas: enojo, miedo, alegría y tristeza.

❖ Ilustra cada una de las emociones con recortes de revistas o bien puedes realizar dibujos que vallan de acuerdo al tipo de emoción

❖ Una vez que terminen, pregunte a su hijo (a) lo siguiente:

- a) ¿En qué momentos han sentido miedo?
- b) ¿en qué parte de su cuerpo lo han sentido más?
- c) ¿qué hicieron cuando se sintieron temerosos?

❖ Hojas blancas, lápices, revistas y colores

SEXTA SESIÓN

TEMA: LAS CONDUCTAS BUENAS Y MALAS

❖ Proporcionar una hoja y pedir que la doblen en dos partes y que dibujen una conducta adecuada y otra inadecuada, de acuerdo a sus conocimientos previos mostrarla y explicarla.

❖ Lectura del cuento: "Cuando nace un monstruo", retomar algunas partes del mismo promoviendo la reflexión sobre qué pasaría si...

❖ Comentar situaciones que sean familiares para los niños con las cuales se busque propiciar la reflexión sobre una consecuencia negativa y una positiva retomando el ejemplo del cuento e invitándolo a que expliquen los posibles efectos de cada una de las opciones:

- Un amigo y tú quieren utilizar un juguete al mismo tiempo, pueden pasar dos cosas: lo pides por favor o te lo llevas a escondidas.

- Tu mami te dice que no puedes ver televisión hasta que hayas terminado tus deberes, pueden pasar dos cosas: enciendes la tele en ese momento o hasta que termines tus trabajos.

- No sabes dónde dejaste tu suéter, pueden pasar dos cosas: lloras porque no la encuentras o lo buscas junto con tu familia.

❖ Al finalizar la sesión cuestionar a los niños y niñas sobre cómo fue su conducta el día de hoy y si tuvieron conductas adecuadas o inadecuadas.

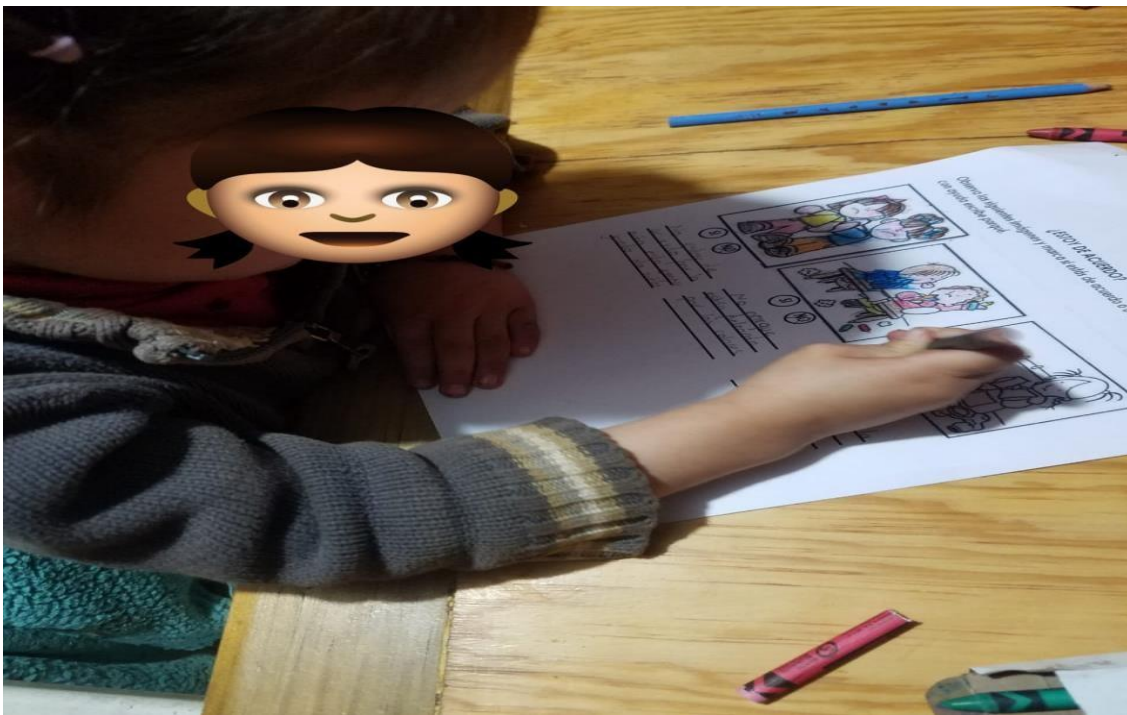
❖ Cuento "cuando nace un monstruo"

RESULTADOS OBTENIDOS

Los niños logran la comprensión de sus propias emociones y las de otros, aspectos que sientan las bases para que autorregulen su comportamiento y eviten arranques de conducta emocional, lo que pueden lograr cuando aprenden a pensar en las repercusiones de sus acciones.

Con las actividades realizadas en casa se obtuvieron resultados significativos los alumnos se socializaron y se relacionaron mejor, aprendieron a seguir reglas, y colaboraron positivamente en sus actividades; se desarrollaron habilidades sociales que son necesarias para el ajuste social como son: la toma de turnos, compartir, ayudar, escuchar, expresar verbalmente los sentimientos, establecer el autocontrol. Los alumnos comprendieron y manejaron cada una de sus emociones.

A CONTINUACIÓN PRESENTO ALGUNAS EVIDENCIAS ACERCA DE LAS ACTIVIDADES TRABAJADAS.



Evidencia 1



Evidencia 2



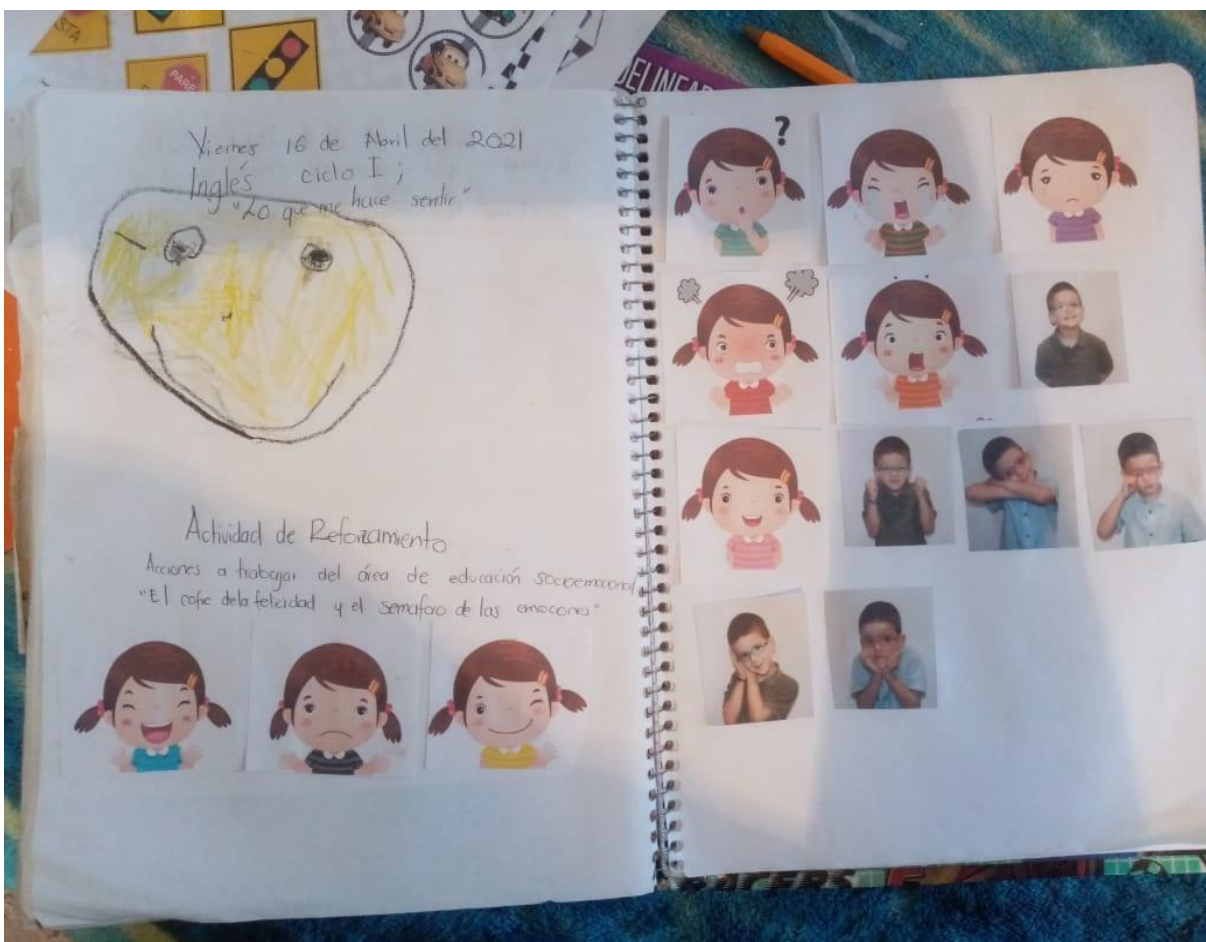
Evidencia 3



Evidencia 4



Evidencia 5



Evidencia 6

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Secretaria de Educación Pública. (2017). Argentina28, Centro 06020 Ciudad de México: Editorial SEP. (Mayer, 2017, págs. 302-327)
- Moctezuma, B.E (2020). Secretaria de Educación Pública: SEP. Argentina 28, Centro, 06020, Ciudad de México. Editorial SEP. (Sánchez, 2018, págs. 108-133)