

# “Las emociones en mi familia”

PROFESORA: TANIA GUADALUPE MORALES GONZÁLEZ

*La identidad, las emociones y las relaciones interpersonales se desarrollan en la convivencia cotidiana, en las formas como las personas se expresan acerca de otras frente a los niños y se dirigen unos a otros; en síntesis, en las relaciones en todo momento.<sup>1</sup>*

El hombre cómo ser social, forma parte de diferentes contextos en los cuales participa de manera activa, sin embargo el primero de ellos en el cual se forjan ciertas bases para su desarrollo cognitivo, lingüístico y social se da en la familia, concebida como parte importante de la sociedad; de ahí que desde muy temprana edad los niños tienen la necesidad de comunicarse con las personas con quienes interactúa de manera más cercana: sus padres; ellos son quienes a partir de sus vivencias guían al niño para incorporarse poco a poco en la sociedad misma enseñando valores y normas con las que podrá desempeñarse como un sujeto activo.

Durante todo este proceso el lenguaje es importante ya que sin él la comunicación entre personas no podría establecerse. Es bien sabido que después de nacer el niño no usa un lenguaje convencional, pero hace uso de manifestaciones sonoras, como el llanto, para poder comunicar aquellos que siente y que requiere.

Cuando los niños llegan a la escuela, cuentan con un repertorio de experiencias que reflejan lo aprendido en casa por lo que es aquí donde el aspecto socioemocional cobra importancia debido a que hay más pequeños iguales a él con los cuales debe compartir y convivir, por lo que las emociones juegan un papel importante por aquellos que pueden o no regular al interactuar con sus compañeros.

De esta necesidad y retomando la situación mundial de salud que se vive actualmente con el COVID-19 surge esta situación de aprendizaje denominada:

## “Las emociones en mi familia”

Que atiende al Área de Desarrollo Personal y Social: Educación Socioemocional, del Programa de Educación Preescolar 2017.

<b>CAMPO O ÁREA :</b> *EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	<b>ORGANIZADOR CURRICULAR</b> 1: *AUTORREGULACIÓN	<b>ORGANIZADOR CURRICULAR</b> 2:* EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES
<b>APRENDIZAJE ESPERADO:</b> * <b>RECONOCE Y NOMBRA SITUACIONES QUE LE GENERAN ALEGRÍA, SEGURIDAD, TRISTEZA, MIEDO O ENOJO, Y EXPRESA LO QUE SIENTE.</b>		
<b>TIEMPO: 9 SESIONES, DE 30 MIN.</b>		
<b>SECUENCIA DE ACTIVIDADES</b>		<b>RECURSOS</b>
<b>El cofre de las emociones:</b>	Recuperar con los niños si han escuchado hablar sobre los cofres y para qué se usan los cofres. Motivar a crear uno, haciendo uso del material que puedan tener en casa, puede	Material que tengan en casa para hacer el cofre, pedazos de hojas y lápices

<sup>1</sup> Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Preescolar, Plan y programas de estudios, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación, SEP., 2017, México, p.310

	<p>ser una caja de zapatos, un bote con tapa, etc.</p> <p>Comentar a todos los integrantes de la familia que deberán registrar en un pedazo de papel alguna situación que durante el día les haya causado alegría, amor, tristeza, miedo, rabia; después la guardarán dentro del cofre, en el caso de los niños puede hacer un dibujo o solicitar ayuda para poder registrarlo.</p> <p>Cada integrante iniciara a guardar sus momentos en el cofre desde ese día después de haberles compartido el propósito del cofre.</p>	
<p><b>El dado de las emociones:</b></p>	<p>Se elaborará un dado, en cada cara del dado deberá colocarse una cara con las siguientes emociones (alegría, tristeza, miedo, rabia o enojo y amor)</p> <p>Por turnos cada integrante de la familia deberá tirar el dado, según la emoción que caiga deberá comentar a los demás qué emoción identifica y platicar brevemente sobre una situación de su vida donde haya sentido esa emoción.</p> <p>Cuando todos los integrantes hayan participado en dos rondas se cuestionará a los niños:</p> <p>*¿Por qué no has ido a la escuela durante estos días?, ¿cómo te sientes de no ir a la escuela y tener que trabajar en casa? Podrías expresarlo mediante un dibujo.</p> <p>Se registrará la respuesta que el niño (a) comente y se finalizará con el dibujo como respuesta de la segunda pregunta</p>	<p>Dado de las emociones, hojas y colores.</p>
<p><b>Adivina cuanto te quiero</b></p>	<p>Se cuestionará a los niños ¿Qué es para ellos el amor? Y registrar su respuesta en una hoja. Presentar a los niños el video del cuento "Adivina cuanto te quiero"</p> <p>Contestar después de haber escuchado el cuento: ¿Recuerdas alguna forma de cómo la liebre pequeña le expresa su cariño a la liebre grande?, ¿Cuál?</p> <p>Con ayuda de tu familia elaboren un pequeño cartel donde recuperen ¿Cómo se demuestran el amor en familia? Pueden hacer uso de dibujos, imágenes, recortes, colores, etc.</p>	<p>Hojas, colores e imágenes o recortes y video</p>
<p><b>El dado de</b></p>	<p>Para llevar a cabo el juego se requiere de la</p>	<p>Un dado con</p>

<p><b>los apapachos:</b></p>	<p>participación de todos los integrantes de la familia.          Se hará uso de dos dados: uno con la numeración del 1 al 6 y el segundo deberá decir una acción: abrazos, besos, caricias, palmadas en la espalda, palabras de cariño, cosquillas.          Los integrantes deberán estar en círculo, por turnos cada integrante tirara los dos dados, de acuerdo a los resultados que se muestren en cada dado, por ejemplo 5 abrazos, el resto de la familia deberá realizar esa acción con quien tiro los dados y así sucesivamente hasta completar dos rondas.          Finalmente platicar y registrar <u>¿cómo se sintió cada integrante de la familia con los apapachos recibidos? Este registro puede guardarse en el cofre de las emociones.</u></p>	<p>numeración y un dado con los apapachos indicados (abrazos, besos, caricias, palmadas en la espalda, palabras de cariño, cosquillas)</p>
<p><b>Un bonito recuerdo</b></p>	<p>Se les compartirá el cuento “Yo siempre te querré” de Hans Wilhelm de los libros de la biblioteca escolar          Después de la lectura contestar: ¿Qué le paso a Elfie?, ¿Qué sentía dentro de sí la familia cuando Elfie ya no estaba con ellos?          Platicar con los papás sobre la tristeza y que hacen ellos para no sentirse tristes.          Hacer un dibujo donde los niños puedan plasmar <u>¿Qué extrañan de la escuela? ¿Qué los pone tristes en casa? , esta última pregunta pueden incluirla como registro del cofre de las emociones</u></p>	<p>Cuento “Yo siempre te querré”, hojas y colores.</p>
<p><b>Con cariño para ti:</b></p>	<p>Platicar con los niños sobre cómo se comunicaban antes las personas que no se podían ver o que vivían muy lejos.          Recuperar la pregunta y respuesta del día anterior: ¿Qué extrañan de la escuela?          Con ayuda elaborarán una carta para alguna personita de la escuela que extrañan mucho y que por ahora no pueden ver.          Escribir la carta indicando para quien va dirigida y que les gustaría contarles a esa personita que eligieron.          Al finalizar escribir el nombre de quien la manda y la guardaran para poder entregarla cuando puedan ver a quien eligieron.          Recuperar que sintieron al poder hacer una carta para alguien especial</p>	<p>Hojas y colores o lápices.</p>
<p><b>Hoy me</b></p>	<p>Comentar a los niños que saben sobre la ira o</p>	<p>Videos, hojas y colores.</p>

**siento... y tu cómo te sientes:**

el enojo. Observar el video "lidiando con las emociones" y "sintiendo tantas emociones" de Daniel tigre  
Después de haber visto los videos comentar registrar  
¿Qué te hace sentirte enojado (a)?  
¿Qué haces para no sentirte así?  
¿Qué situaciones hicieron enojar a Daniel?  
Dibuja dos de ellas  
¿Qué canción cantaba Daniel cuando se sentía enojado?  
Pregunta a tus papás o hermano(as) cómo se sienten este día y regístralo con caritas finalmente dibuja cómo te sientes y guárdalo en el cofre de las emociones

**El frasco de la calma**

Leer lo siguiente: **solo detente, está bien estar enojado y no, no está bien alguien herir...**  
¿Quién dice eso? Y ¿Por qué lo dice?  
Elaborar con los niños a elaborar un frasco de la calma: para ello se requiere un frasco, agua y diamantina.  
Se coloca agua en al frasco casi hasta llenarlo, se vierte en el agua la diamantina, se tapa el frasco y listo ya se tiene el frasco de la calma.  
Se colocará en un lugar que éste al alcance de los niños y tener presente que se usará cuando se sientan enojados y requieran calmarse.

Frasco, agua, diamantina.

**Borrón y cuenta nueva:**

Se pedirá que todos o la mayoría de los integrantes de la familia puedan participar.  
Se pedirá que todos los participantes formen un círculo y busquen en sus hogares un lugar donde puedan realizar un poco de fuego (fogata pequeña).  
Se llevara consigo el cofre que se estuvo trabajando los días atrás, cada integrante leerá en voz alta el papel que saco del cofre: **si es un momento triste, de miedo o de rabia quemará el papel en la fogata, en cambio sí es un momento de alegría o de amor el papel se volverá a guardar en el cofre. La finalidad de quemar los momentos de miedo, de rabia o tristes es para que se den cuenta de que ya pasaron y que cómo familia valoren la importancia de los momentos alegres y de amor.**  
Al finalizar de compartir todos los momentos

Cofre de las emociones, lugar para la fogata

	<p>guardados en el cofre se apagará la fogata y todos se darán un abrazo grupal.</p> <p>EN CASO DE NO PODER REALIZAR UNA FOGATA PEQUEÑA PUEDE ROMPERSE EL PAPEL EN MUCHOS PEDACITOS Y USAR EN UN BOTE DE BASURA.</p>	
<p><b>Un tesoro especial</b></p>	<p>Platicar con los niños sobre la experiencia anterior y cuestionar ¿Qué te hace sentir alegre?, ¿Qué piensas que es la alegría? Recuperar los momentos que quedaron guardados en el cofre de las emociones y con apoyo de los integrantes de la familia hacer un cartel donde se incluyan esos momentos, pueden usar palabras, imágenes, lo que se les ocurra, ya que eso forma parte de lo valioso que tiene su familia, Para finalizar peguen su cartel en un lugar visible para todos</p> <p>Y dar respuesta a la pregunta ¿qué fue lo que más me gusto hacer durante estos días? ¿Qué aprendí durante estos días?, registrar las respuestas.</p>	<p>Cuento y material para el cartel, momentos que se quedaron en el cofre de las emociones.</p>
<p><b>ASPECTOS A OBSERVAR</b></p>	<p>*¿Qué emociones identifica?</p> <p>**Relaciona algunas situaciones o momentos vividos con alguna emoción</p>	