



# MIS SENTIMIENTOS

Autor(a): MARTINEZ SANCHEZ MA. TERESA  
MARIA ENRIQUETA CAMARILLO DE PEREYRA  
15EJN3190J

Municipio del centro de trabajo  
ATIZAPAN DE ZARAGOZA

Fecha completa de finalización del RDE  
05 – Enero – 2022

Logo de la licencia



# Introducción

El presente Recurso Digital Educativo (RDE) ha sido creado con la finalidad de contribuir a la formación continua que impulse, enriquezca y fortalezca a maestras y maestros en su quehacer cotidiano.

La propia actualidad demanda “la adquisición de nuevas habilidades, saberes y competencias con vistas hacia una cultura digital que permita alcanzar una innovación creativa permanente, además de la apertura de un nuevo universo ético de oportunidades formativas” (Agenda Digital Educativa, 2020, p.12).

Este aporte digital le permitirá al docente contar con un recurso didáctico de fácil manejo y apoyo pedagógico, con el propósito de que sus alumnos desarrollen un sentido positivo de sí mismos y aprendan a regular sus emociones; así como el reconocimiento de situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente.

Este RDE se encuentra disponible en formato power point; iniciando con la bienvenida al alumnado, considerando la fecha en la que se aplique, enseguida cuenta con el acervo cultural titulado “monstruo triste, monstruo feliz” de los autores Ed Emberly y Anne Miranda, donde los protagonistas muestran los sentimientos: cariñoso, enojado, preocupado, asustado, feliz, divertido, triste. A partir del reconocimiento de estos se podrá llevar a cabo un análisis de reflexión por parte de los alumnos mediante cuestionamientos que se incluyen. Aplicando dos ejercicios de relajación que coadyuven en el control de sus emociones y finalmente mediante el juego de memoria podrá evocar alguna situación personal que le haya hecho sentir feliz, enojado, asustado, triste; dependiendo de la localización correspondiente al par de tarjetas con el mismo sentimiento.

Con la firme convicción de que este recurso didáctico pueda ser de utilidad para fortalecer las habilidades y conocimientos en un proceso permanente de enriquecimiento entre colegas.

# Propósito

**Esta referenciado en el plan, programas de estudio y libros de texto**

Propósito para la educación preescolar: desarrollar un sentido positivo de sí mismos y aprender a regular sus emociones.

Organizador curricular 1: Autorregulación

Organizador curricular 2: Expresión de las emociones

Área de desarrollo personal y social: Educación socioemocional

**Se elabora en función de un aprendizaje esperado del mapa curricular vigente**

Aprendizaje esperado: Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente.



# Contenido

## VALORES ACADEMICOS

### **Es un documento de carácter pedagógico o académico**

El documento cuenta con una intención pedagógica al generar aprendices activos, creativos, interesados por aprender y por lograr los aprendizajes de calidad que demanda la sociedad actual; partiendo del reconocimiento que haga de sus propios sentimientos, posteriormente regulándolos, lo que le permita mantener una relación armónica con los demás.

La parte académica del documento permite contar con un recurso didáctico que cuenta con una secuencia de actividades que guía la labor docente.

Contando con un orden específico en las actividades que se incluyen: lectura de cuento, identificación de sentimientos en los personajes, argumentación de lo que les hace sentir feliz, enojado, triste, preocupado, divertido, asustado, regulando sus emociones mediante los ejercicios de relajación y finalmente reforzando este aprendizaje a través del juego de memoria.

Cuenta con la apertura a la flexibilidad del docente al tomar la decisión de emplear este documento en los momentos que considere oportunos.

### **Responde a una concepción de aprendizaje**

A medida que se dialogue acerca de los estados emocionales, identificarlos en uno mismo y en los demás, reconociendo sus causas y efectos, ayuda a los estudiantes a conducirse de manera más efectiva, es decir, autorregulada, autónoma y segura. De esta manera los estudiantes participaran y colaboraran con los demás de una forma pacífica y respetuosa.

Contribuirá a la mejor convivencia humana, fortaleciendo el aprecio y respeto por la diversidad cultural, la dignidad de la persona e integridad de la familia.

### **La utilización del material didáctico plantea un reto cognitivo para el alumno**

A partir del reconocimiento que el alumno realice de las diferentes emociones plasmadas en el rostro de los personajes y las identifique en él mismo mediante el cuestionamiento: ¿Cómo cuál de los amigos de la

historia te sientes hoy? Y argumente ante la interrogante: ¿Qué te hace sentir así? Le implicará tomar conciencia sobre lo que responderá; considerando como una opción de autorregulación ante esas emociones la posibilidad de realizar algunos ejercicios de relajación, dicho reto cognitivo se verá proyectado al momento de relacionarse con sus compañeros.

Además en el juego de memoria pondrá en juego su capacidad para pensar y recordar el lugar en el que se localizan las emociones que son iguales entre ellas, siendo así podrá evocar alguna experiencia que recuerde le haya hecho sentir feliz, enojado, triste, preocupado, divertido, asustado.

### **Motiva el desarrollo de la creatividad del estudiante para acercarse a la comprensión de su realidad.**

A partir de las situaciones mencionadas por los alumnos, sobre todo aquellas que pudieran ser preocupantes para los demás como el hecho de sentirse tristes, enojados, preocupados, asustados, se podrá invitar al resto del grupo para externar frases de aliento y motivación o en su caso algún consejo para ayudar a su compañero a sentirse de la mejor manera posible. Considerando estas posibilidades de empatía desde el momento en el que surjan dentro de la jornada de trabajo y que de igual manera las puedas aplicar en su entorno familiar y social.

### **El diseño del material didáctico es inclusivo para dar respuesta a las características, las necesidades, los intereses y estilos de aprendizaje de los estudiantes.**

Debido a que en el material se incluye lectura, preguntas detonantes para la reflexión y el análisis, dinámicas de relajación y juego de memoria; el docente podrá darle la flexibilidad que considere apropiada y oportuna para trabajarlo; esto es, decidirá si aborda en una sola clase todo su contenido o lo dosifica, a partir de las características de su grupo.

### **Es significativo en el contexto de los estudiantes.**

El material se encuentra en presentación power point; considerándolo atractivo, novedoso y de interés para los alumnos, debido a lo colorido y a las animaciones que se incluyen.

**Emplea de manera innovadora recursos digitales como: audio, video, imagen, entre otros.**

Cuenta con imagen extraída (escaneada) del cuento titulado “monstruo triste, monstruo feliz” de los autores Ed Emberly y Anne Miranda, imágenes animadas (gifs), además se incluyen animaciones hechas a la propia presentación.

**De acuerdo con el formato en el que se presenta cumple con las siguientes características**

Gráfico: imágenes (escaneos y gifs)

- Orden en la información que se requiera trabajar.
- Imágenes sencillas y esquemáticas con buena resolución, para la explicación de las actividades
- Tamaño visible y apropiado de letra.
- Ortografía.
- Color, tonalidades y contrastes.
- Legibilidad.



# La presentación

El RDE en su formato power point está conformada por 30 diapositivas. Enseguida se da a conocer la propuesta de trabajo a realizar en el orden en el que ésta se encuentra:

Numero diapositiva	Docente	Alumno
1	Da la bienvenida	Atienden a la cortesía
2	Da a conocer la fecha de su aplicación	Identifican la fecha
3	Muestra portada, menciona título y autores del acervo cultural	Observan y escuchan
4 a la 25	Da lectura al cuento y de forma simultanea muestra cada una de las imágenes.	Observan y escuchan
26	Muestra uno a uno los rostros de los personajes al tiempo en el que pregunta ¿Cómo se siente este personaje... y este? Formula los cuestionamientos: ¿Cómo cuál de los amigos de la historia te sientes hoy? ¿Qué te hace sentir así?	Reconocen los diversos sentimientos y los mencionan  De forma voluntaria argumentaran sus sentimientos y experiencias propias
27	Mostrar uno a uno los gifs correspondientes al aplicar el ejercicio de relajación: Gatito – abrir y cerrar la palma de ambas manos de forma lenta al tiempo en el que se les solicita inhalar (cerrar), exhalar (abrir). El chicle – lentamente inhalaran (con boca cerrada) enseguida exhalaran (simulando realizar una bomba de chicle)	Ejecutan los ejercicios de relajación al inhalar y exhalar.
28	Muestra y da lectura al nombre del juego memorama que se llevara a cabo.	Observa y escucha

29	<p>Explica la dinámica del juego memorama: podrán participar uno a uno, eligiendo dos tarjetas (mencionando dos números del 1 al 15) en los cuales la docente dará clic para hacerla girar y poder mostrar el rostro del personaje correspondiente a uno de los sentimientos.</p> <p>De ser iguales las tarjetas el participante habrá ganado y podrá compartir una experiencia que recuerde le haya hecho sentir: cariñoso, enojado, preocupado, asustado, feliz, divertido, triste. En caso de haber seleccionado tarjetas diferentes, se regresan a su posición inicial, dándole lugar a otro alumno.</p> <p>Procede a iniciar el juego memorama, cediendo la participación a los voluntarios o de manera directa.</p>	<p>Escucha con atención las consignas del juego.</p> <p>Participa de manera voluntaria en la selección de las tarjetas, en la identificación de sentimientos y comparte experiencias que le generan cariño, enojo, preocupación, susto, felicidad, diversión, tristeza.</p>
30	Comparte gif al tiempo en el que les felicita por su participación.	Atienden a la cortesía



# Conclusiones

El docente podrá darle la flexibilidad que considere apropiada y oportuna para trabajarlo; esto es, decidirá si aborda en una sola clase todo su contenido o lo dosifica, a partir de las características de su grupo.

Considerando que la evaluación tiene un enfoque formativo, la cual se lleva a cabo con el propósito de obtener información para que cada uno de los actores involucrados tomen decisiones que favorezcan los propósitos educativos; se sugiere llevar un registro de las argumentaciones y actitudes que el alumno presente a lo largo del desarrollo de las actividades.



# Referencias

Manual de licencias Creative Commons, Resumen Acervo Digital Educativo (ADE) Material de apoyo (2022)  
Maira Yuritz Becerril Tinoco

Manual para el uso del Tesoro de la Unesco, Resumen Acervo Digital Educativo Material de Apoyo (2022)  
Mtra. Beda Lujano Pedraza

Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación (2017).  
Secretaria de Educación Pública

Cuento “monstruo triste, monstruo feliz” (1997),  
Ed Emberly, Anne Miranda, editorial océano.

Imagen animada, gif [http://1.bp.blogspot.com/-WpK7uxdXcTU/VpXXKxlyMhI/AAAAAAAAjQM/DfoLHOqU\\_z4/s320/Gifs%2BAnimados%2BProfesores%2B5.gif](http://1.bp.blogspot.com/-WpK7uxdXcTU/VpXXKxlyMhI/AAAAAAAAjQM/DfoLHOqU_z4/s320/Gifs%2BAnimados%2BProfesores%2B5.gif)  
<https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSRbBNpJqLNZp5LeIUbj3O16uEnBXqwT59UsMEB2-XEfw&s>

