



SECUENCIA DIDÁCTICA "LAS EMOCIONES DE NISSI"

AUTORES:

Fernández Hernández María de la Luz

Salgado Ruiz Laura Patricia

DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA, ARTÍSTICA Y SALUD

COORDINACIÓN DE ÁREA I027

EDUCACIÓN AMBIENTAL Y PARA LA SALUD

CCT: 15AOS2096S

Metepéc, México, 07 de diciembre de 2023



LICENCIA CC-BY-NC:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



SECUENCIA DIDÁCTICA "LAS EMOCIONES DE NISSI"





INTRODUCCIÓN

López, E. (2005) menciona, acertadamente, que “educar emocionalmente significa validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, poner límites, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas”

La educación socioemocional no sólo es presentar a los niños ciertas emociones para que aprendan a nombrarlas, sino llevarlos más allá, ayudándolos a identificar cada una, que aprendan a sentirlas y expresarlas, al mismo tiempo empatizar con ellos y apoyarlos para encontrar a forma de autorregulación.

Por otra parte, educar emocionalmente debe llevar a que niños y niñas conozcan actitudes afectivas para que, a partir de estas, logren equilibrar y autorregular sus pensamientos, emociones y llevarlos a la acción para lograr que en su vida diaria puedan afrontar problemas y resolverlos sin afectar su autoestima. (BACH & DARDER, 2002 en López, E., 2005),

El presente trabajo pretende presentar a los alumnos algunas emociones y que ellos a su vez aprendan a reconocer cómo y en dónde se siente cada una de ellas.



ESPECIFICACIONES SOBRE EL MATERIAL

Propósito: Que los alumnos reconozcan diversas emociones y distinguan las partes del cuerpo en donde pueden sentir cada una con sus diferentes sensaciones.

Recomendaciones:

La secuencia está dividida en 2 sesiones.

Se recomienda que el cuento se realice en algún lugar abierto en donde los niños puedan seguir indicaciones.

Se pueden imprimir las imágenes del cuento y/o personajes en grande para colocar en diferentes puntos en la escuela y pueda ser un cuento interactivo.

Estrategia de Igualdad de Género	
Objetivo general:	Que estudiantes de educación básica y media superior logren aprendizajes significativos para practicar y promover la igualdad de género con base en la comprensión y el cuestionamiento de las desigualdades, el ejercicio de los derechos humanos y la convivencia pacífica.
Objetivos de aprendizaje:	Que estudiantes de educación preescolar logren: <ul style="list-style-type: none"> - Distinguir comportamientos asociados a los tipos de violencia para promover relaciones saludables y pacíficas.





Enfoque pedagógico:	El enfoque pedagógico de la Estrategia Curricular de Igualdad de Género se concreta en tres ejes curriculares: igualdad de género, derechos humanos y cultura de paz, que dan cuenta de la perspectiva con la que se definió, considerando el contexto de las comunidades de educación básica y media superior del Estado de México
---------------------	---





SECUENCIA DIDÁCTICA

Nivel:	Preescolar	Grado sugerido:	3°	Promotores de Educación para la Salud
Estrategia de igualdad de género				
Eje:	Cultura de paz	Objetivo de aprendizaje:	Aprender a regular sus emociones para convivir de forma armónica.	
Tema:	¿Dónde siento las emociones?	Habilidad:	Reconocer cómo y dónde se sienten las emociones	
Valores:	Autoconocimiento	Aprendizaje para la vida:	Reconoce las emociones que siente y dónde las siente en el cuerpo	
SECUENCIA DIDÁCTICA				
SESIÓN 1				
INICIO				
<p>Se inicia saludando a los alumnos y preguntando ¿Cómo se sienten? ¿Por qué te sientes así?</p> <p>Hoy vamos a jugar a adivinar con mímica, la docente o algún alumno puede expresar con mímica una emoción y a razón por la que se siente de dicha forma, los demás deberán adivinar.</p> <p>Ejemplo: cara de alegría, (los alumnos adivinan la emoción), posteriormente la causa, estamos en la escuela (los alumnos adivinan la razón por la que está feliz), pueden ser varias emociones expresadas por la docente o por diversos alumnos.</p>				
DESARROLLO				
<p>Se les contará el cuento "Las emociones de Nissi" (ANEXO 1)</p> <p>SUGERENCIA: que los alumnos sigan el cuento expresando las emociones que se van mencionando, posteriormente</p>				



podrán seguir los pasos y las acciones que tiene el cuento.

Posterior a la lectura, se realizan preguntas sobre el cuento para garantizar la comprensión del mismo. Algunas pueden ser: ¿Qué emoción sintió el oso? ¿Cómo podemos saber que el conejo estaba enojado? ¿Qué hacía sentir triste a la rana? ¿Qué otras emociones hay en el cuento?

Se entrega hoja de trabajo (ANEXO 2) en donde dibujarán las 4 emociones para posteriormente recortarlas.

CIERRE

Cuando el alumno tenga sus 4 recortes, se tendrán preparadas 4 cajas o botes forrados con caras que representen la emoción (feliz, enojado, triste, asustado). Se les pedirá a los alumnos que muestre sus dibujos, comenten a sus compañeros qué situación es y coloquen cada dibujo en la caja de emociones que corresponda.



SESIÓN 2
INICIO
<p>Se inicia saludando a los alumnos, se pregunta ¿cómo se sienten el día de hoy? ¿Felices o tristes? ¿Enojados tal vez? ¿Por qué te sientes así?</p> <p>Después de escuchar algunos comentarios de los alumnos, se pide que ubiquen algunas partes de su cuerpo, se mencionan y los alumnos tendrán que tocarlas en ellos mismos.</p> <p>Corazón, cabeza, estómago, mejillas, ojos pudieran ser algunas a mencionar.</p>
DESARROLLO
<p>Se muestra una silueta del cuerpo humano (ANEXO 3) y al mismo tiempo se muestran caras con emociones (ANEXO 4)</p> <p>NOTA: se pueden mostrar menos o más emociones, dependiendo el grado.</p> <p>Se eligen algunos alumnos al azar y se les entrega una carita del Anexo 2, se les pide que comente qué emoción es, cómo se ve (ojos, boca, etc.) y por último se pregunta que cuando se sienten de esa manera, en qué parte de su cuerpo lo sienten para colocar su carita en la silueta, dirigido en la parte del cuerpo que hayan comentado.</p> <p>Ejemplo: Me tocó la carita asustada, se ve con los ojos y la boca muy abierta. Cuando estoy asustada siento en mi estómago un hueco (Pegar la carita en el estómago).</p> <p>Entregar a cada alumno la hoja del anexo 3 en donde cada alumno colocará las caritas en la parte del cuerpo en donde sienten cada emoción</p>
CIERRE
<p>Se comparten algunos trabajos de los alumnos, en donde compartan dónde colocaron cada emoción.</p>



Cantar con ellos la canción:

"Mis emociones son" (ANEXO 5)

(Se canta en tono de Pin Pon)



CONCLUSIONES

El presente trabajo fue diseñado para el uso de docentes, principalmente promotores de Educación ambiental y de salud.

Todo el material es obra inédita de las autoras, el cuento con imágenes y la canción fueran de creación propia, así como las actividades.





REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

LÓPEZ CASSÀ, È., (2005). La educación emocional en la educación infantil. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19(3), 153-167.

Secretaría de Cultura y Turismo del Gobierno del Estado de México., (2022). Educación preescolar, Igualdad de Género. Libro para docentes. ISBN: 978-607-490-449-9. México.

Secretaría de Educación Pública., (2017). Programa de Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Ciudad de México, México. Editorial Libra S.A. DE C.V.



ANEXOS
ANEXO 1
CUENTO "LAS EMOCIONES DE NISSI"



Era el primer día de verano, era una mañana hermosa, con un sol radiante entrando por la ventana de la pequeña Nissi.

Nissi abrió los ojos y exclamó: ¡por fin, vacaciones! Será un día sensacional, iré a dar una vuelta por el bosque y buscaré aventuras. Después de desayunar y lavarse la cara y los dientes, Nissi salió de casa con sus zapatos favoritos y muy EMOCIONADA.

Al salir de casa, Nissi se adentró en el bosque y se encontró una pequeña hada, Nissi abrió los ojos muy grandes y con la boca abierta de par en par, ASOMBRADA por lo que veía, le preguntó al hada "¿qué haces aquí?", el hada inmediatamente sacó una pequeña mochila, acompañada de un trozo de papel, aquello parecía un mapa, el hada le dijo: "tú ya eres una niña muy feliz, ahora comparte esa ALEGRÍA con los demás y encontrarás tu recompensa". El hada desapareció inmediatamente.

Nissi desenrolló el trozo de papel que decía "Comparte tu ALEGRÍA con los demás", en efecto, era un mapa. -¿Será un mapa para encontrar un tesoro?- se preguntó Nissi.

En la mochila había un tarro de miel, galletas, un costal y una lupa, así que la pequeña, se la puso al hombro y empezó a seguir el camino que venía en el mapa. ¡Vamos, acompañemos a Nissi en





su aventura! ¿Quieres que sigamos el mapa?

(A PARTIR DE AQUÍ SE PUEDE SACAR A LOS ALUMNOS AL PATIO PARA "SEGUIR EL MAPA DEL TESORO INCLUIDO EN LOS ANEXOS, LOS ALUMNOS SEGUIRÁN EN FORMA DE TRENECITO AL DOCENTE SIGUIENDO LAS INDICACIONES QUE SE MENCIONAN)

Nissi comenzó a caminar por el bosque. El mapa decía: da 10 pasos de gigante, Nissi comenzó a contar 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10. Pero ¡oh sorpresa! Cayó en un hoyo, Nissi tenía mucho MIEDO, empezó a sentir un hueco en su estómago, la piel de sus brazos se le erizó y un frío se sentía por todo su cuerpo, y ahora, ¿cómo saldré de aquí?, se preguntó. De repente comenzó a escuchar unos pasos muy fuertes y se sintió aún más asustada, vio la sombra acercarse, era un oso, un oso enorme, el miedo recorría todo su cuerpo, no sabía qué hacer, cuando de pronto, escuchó al oso gritar de miedo. Nissi sorprendida se preguntaba qué le podía estar pasando al oso, por qué gritaba así, qué le causaba tanto miedo. La pequeña niña lo saludó con voz temblorosa, -Ho o o ola señor oso, ¿está usted bien? Preguntó.

-¿Qué? ¿Que si estoy bien? ¿Cómo puedo estar bien si estoy viendo un humano cerca? Dijo el oso

-¿Un humano? ¿Lo dices por mí? Pero yo no doy miedo, yo soy pequeña y tú eres enorme, con dientes afilados y unas garras gigantes.

-Claro que lo digo por ti, los humanos nos ponen trampas para luego hacernos daño. Pero mira, ahora tú has caído en la trampa que he puesto.

-Pero yo no quiero hacerte daño, yo puedo ser tu amiga, mira, tengo un poco de miel, te la regalo para que veas que no te haré daño, por favor ayúdame a salir.

El oso, ayudó a Nissi a salir del hoyo, ella le dio la miel y las galletas que compartieron juntos mientras reían por lo sucedido. En ese momento Nissi se dio cuenta que no

importa lo grande que puedas ser, todos podemos sentir miedo y nos sentimos muy





pequeños aún teniendo el tamaño que sea. Nissi se despidió del oso y siguió el camino que indicaba el mapa.

Deberás dar 15 brincos como un conejo, después gateando contarás hasta el 8... Nissi brncó y gateó pero al lado del camino encontró un hermoso huerto con zanahorias, ¡pero qué deliciosas zanahorias, mis favoritas! -exclamó Nissi. Notó que las zanahorias comenzaban a desaparecer debajo de la tierra, ¿qué está pasando? -se preguntó. Era un conejo, un conejo que se estaba robando todas las zanahorias.



Nissi estaba muy ENOJADA, no podía creer lo que estaba pasando, sintió un calor recorriendo todo su cuerpo, su cara se puso roja, apretaba los dientes y sentía que su estómago iba a reventar, no era posible que ese conejo se estuviera robando las zanahorias.

¡Oye tú, conejo, no puedes hacer eso, no puedes robarte las zanahorias! -gritó la niña. El conejo salió de su escondite debajo de la tierra, la miró enojado y le dijo: Niña, ¿qué no ves que ayudo en este huerto a sacar todas las zanahorias que ya están listas? Las saco y las junto para después entregarlas a su dueño, ese es mi trabajo, pero hoy

estoy muy molesto porque está a punto de llover y no puedo terminar de recolectar todas las zanahorias, Nissi buscó en su mochila, encontró el costal y rápidamente ayudó al conejo a recolectar todas las zanahorias. Por fin terminaron y en ese momento comenzó a llover, conejo invitó a Nissi a entrar a su madriguera y tomar una rica taza con chocolate caliente en lo que paraba de llover. Nuevamente Nissi logró que un nuevo amigo se sintiera muy feliz por haber terminado su trabajo y estar disfrutando de su chocolate.

Cuando paró de llover, Nissi se despidió del conejo y continuó su camino, el mapa le mostró un río pero para llegar a él tuvo que dar 3 brincos de rana y 7 pasos de gigante.

Por fin llegó a un hermoso río, a lo lejos vio algo que parecía una montaña verde, pero qué extraño, las montañas no son verdes, además estaba dentro del río sobre una hoja y al parecer estaba llorando.



Nissi se acercó un poco más y alcanzó a ver una enorme rana verde, era tan grande que parecía una enorme montaña, la rana estaba muy TRISTE, lloraba tan fuerte que lastimaba los oídos de la pequeña Nissi, quien se sintió con el corazón encogido y con un gran vacío.

-¿Qué pasa contigo ranita?- preguntó Nissi.

-Perdí a mi amigo tritón, no sé dónde está, lo extraño mucho, a lo mejor se fue porque ya no quería ser mi amigo y eso me hace sentir muy triste- continuó llorando la enorme rana.

Nissi buscó en su mochila y encontró una lupa, sin embargo, no sabía cómo era un tritón. -Dime cómo es tu amigo y te ayudaré a buscarlo- le dijo a la rana

-Mi amigo es chiquito, con los ojos grandes como huevo, delgadito y con una cola larga y plana, no puede correr tan rápido porque sus patas son cortas, así que no pudo ir muy lejos.

Nissi empezó a buscar con su lupa cerca del río, debajo de las piedras pero no lograba encontrar el tritón, después de un largo rato y ya cansada se sentó a la orilla del río, la enorme rana pegó un brinco enorme para acomodarse junto a Nissi y en ese momento, en la hoja en la que estuvo todo el tiempo la rana, Nissi notó algo, se acercó con su lupa y ¡oh sorpresa, era el tritón! Todo este tiempo había estado bajo la rana.

La enorme rana le preguntó a su amigo por qué se había escondido ahí abajo, el tritón algo aturdido le respondió: "Habíamos quedado en vernos en esta hoja hoy por la mañana, llegué muy temprano a esperarte y de repente llegaste a sentarte encima de mí pero por más que grité, no me escuchabas".

Todos se rieron de lo ocurrido y la tristeza había desaparecido.

Empezó a oscurecer y Nissi tenía que regresar a casa, tomó el mapa y leyó la última indicación: "Haz hecho felices a muchos hoy, lograste compartir tu FELICIDAD y ahora es tu turno de encontrar tu





recompensa, da 5 brincos de alegría y luego avanza 10 pasos"

¡Qué emoción! Nissi llegó a casa, abrió la puerta y rápidamente le llegó un aroma delicioso de su pastel favorito, su mamá lo había horneado y la esperaba para servirle una rebanada enorme. Nissi y su familia disfrutaron juntos el pastel y Nissi comprendió que la felicidad se puede encontrar en cualquier parte, incluso en las cosas simples de la vida.

FIN



ANEXO 2

INSTRUCCIONES: En el siguiente cuadro dibuja lo que te haga sentir feliz, triste, enojado y asustado.

Feliz

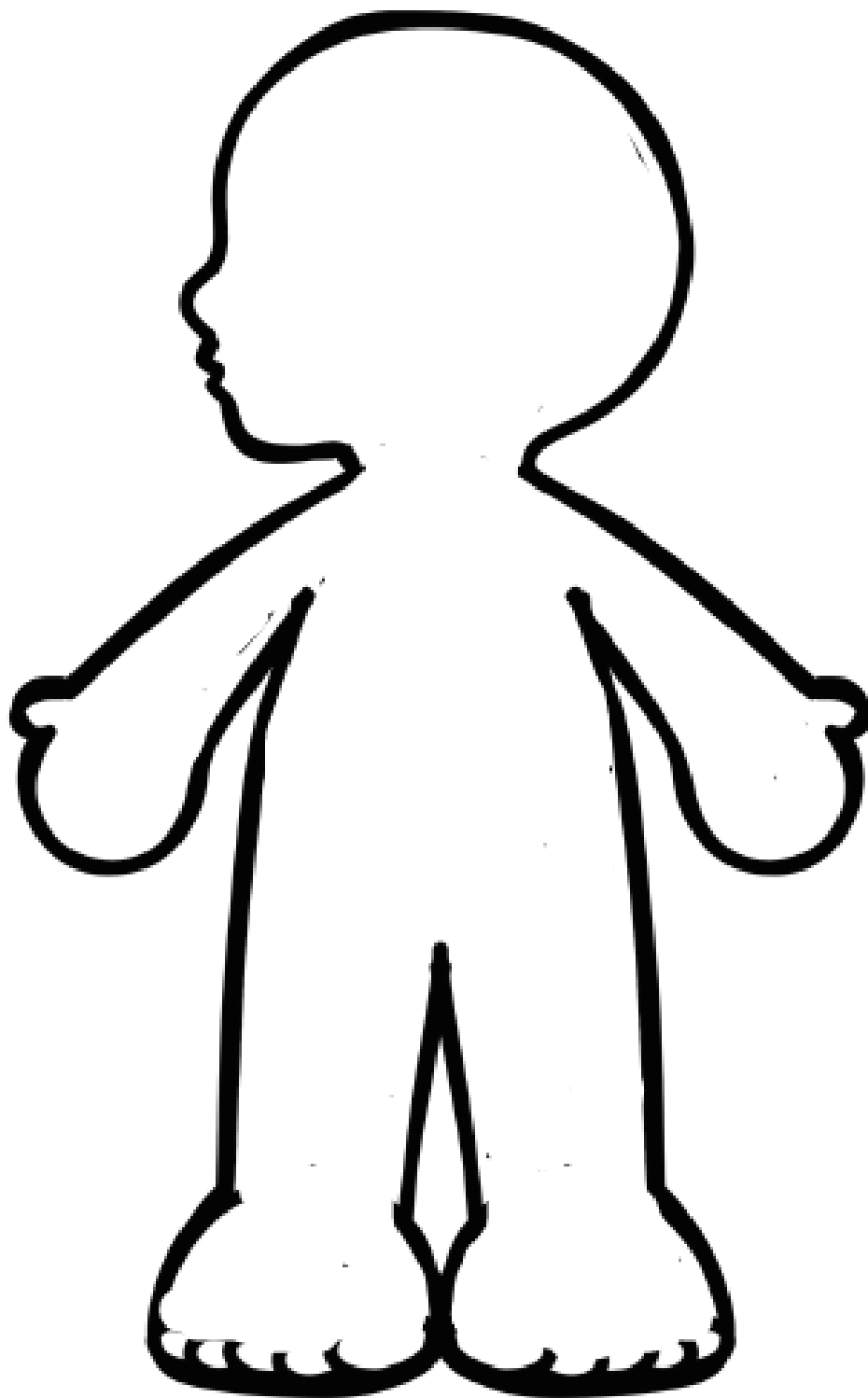
Triste

Enojado

Asustado

2022. "Año del Quincentenario de la Fundación de Toluca, Capital del Estado de México".

ANEXO 3



2022. "Año del Quincentenario de la Fundación de Toluca, Capital del Estado de México".

ANEXO 4

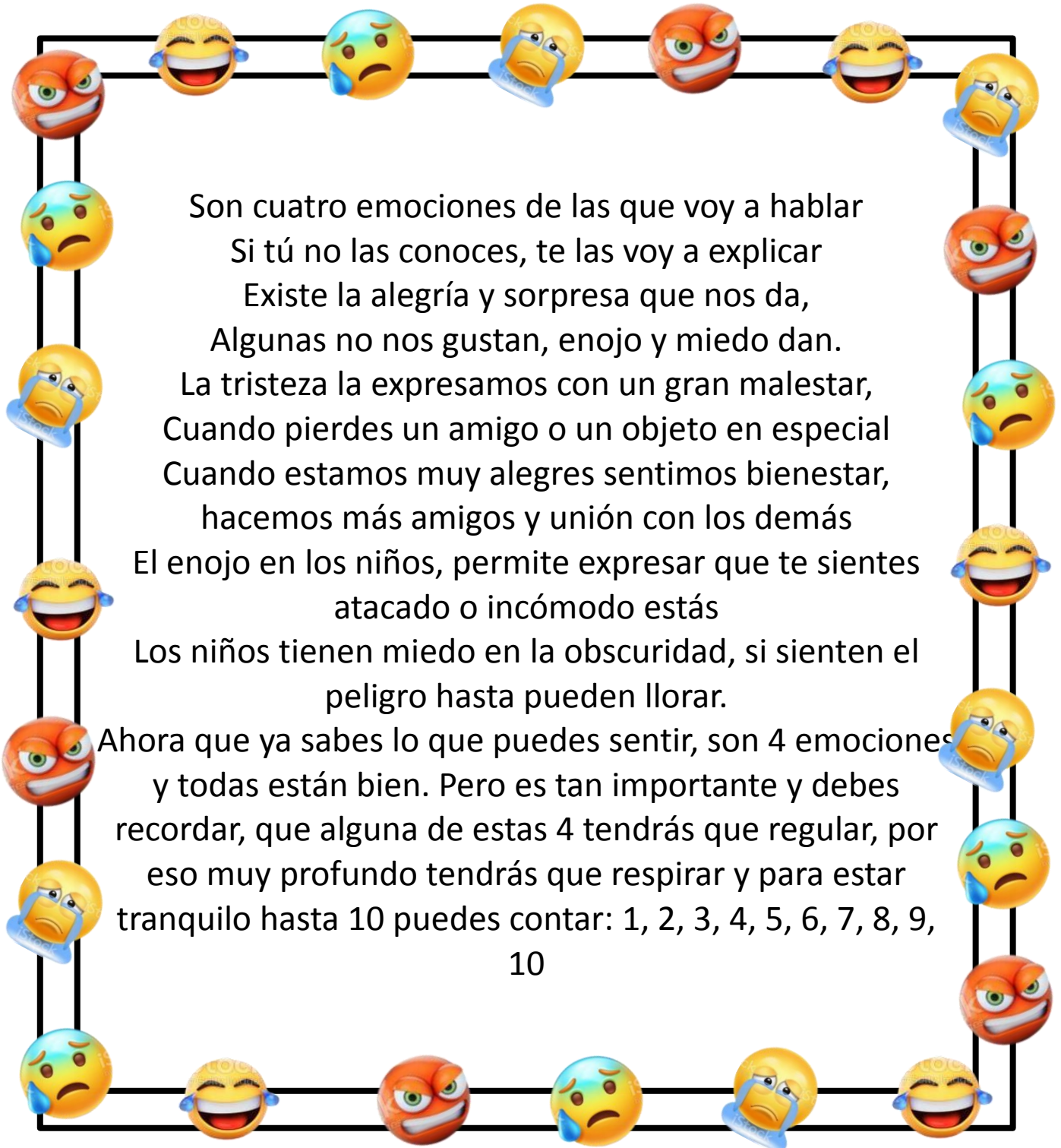


Triste	Sorprendido	Enojado	Alegre
--------	-------------	---------	--------



Feliz	Amado	Tranquilo	Asustado
-------	-------	-----------	----------

ANEXO 5



Son cuatro emociones de las que voy a hablar
Si tú no las conoces, te las voy a explicar
Existe la alegría y sorpresa que nos da,
Algunas no nos gustan, enojo y miedo dan.
La tristeza la expresamos con un gran malestar,
Cuando pierdes un amigo o un objeto en especial
Cuando estamos muy alegres sentimos bienestar,
hacemos más amigos y unión con los demás
El enojo en los niños, permite expresar que te sientes
atacado o incómodo estás
Los niños tienen miedo en la obscuridad, si sienten el
peligro hasta pueden llorar.
Ahora que ya sabes lo que puedes sentir, son 4 emociones
y todas están bien. Pero es tan importante y debes
recordar, que alguna de estas 4 tendrás que regular, por
eso muy profundo tendrás que respirar y para estar
tranquilo hasta 10 puedes contar: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9,
10

