

Descubriendo y expresando nuestras emociones

Ética y Valores | Ética y valores | Aprendizaje Basado en Proyectos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que niños y niñas de preescolar (3 a 5 años) aprendan a reconocer, nombrar y expresar sus emociones de manera segura y positiva. A través de actividades lúdicas y colaborativas, los estudiantes explorarán emociones básicas como la alegría, tristeza, miedo y enojo, comprendiendo que todas son normales y forman parte de la vida diaria. El proyecto central consiste en crear un "Libro de las Emociones" ilustrado con dibujos y expresiones de cada niño, que les ayudará a identificar cómo se sienten y cómo comunicarlo a otros.

Este aprendizaje es fundamental para el desarrollo socioemocional temprano, promoviendo la empatía, la autorregulación y mejores relaciones con sus compañeros y adultos. Además, se conecta con situaciones cotidianas que enfrentan en casa y la escuela, fortaleciendo su bienestar emocional y su capacidad para resolver conflictos de manera pacífica.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y nombrar al menos cuatro emociones básicas (alegría, tristeza, miedo y enojo) en sí mismos y en los demás.
- Expresar sus emociones a través de dibujos, gestos y palabras simples.
- Colaborar con sus compañeros para crear un producto colectivo que represente las emociones aprendidas.
- Reconocer la importancia de compartir cómo se sienten para mejorar la convivencia y el respeto mutuo.

Recursos Necesarios

- Hojas blancas tamaño carta (al menos 2 por niño)
- Crayones, lápices de colores y marcadores (varios colores)
- Cartulina grande para portada del libro
- Imágenes impresas de rostros con diferentes emociones (alegría, tristeza, miedo, enojo)
- Reproductor de música y canciones infantiles relacionadas con emociones
- Cuento corto ilustrado sobre emociones (impreso o libro físico)
- Espacio cómodo para trabajo en grupo (alfombra o tapete)

Requisitos Previos

- Habilidades básicas para sostener crayones y hacer trazos o dibujos simples.
- Capacidad para escuchar una historia corta y atender instrucciones sencillas.

- Experiencias previas de interacción social básica con compañeros y adultos.

Actividades

Sesión 1: Conociendo nuestras emociones

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Vamos a aprender qué son las emociones y conocer cómo se sienten en nuestro cuerpo para poder decirlas con palabras y dibujos.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** "¿Alguna vez has sentido feliz o triste? ¿Puedes hacer una carita de cómo te sientes ahora?"
- **Estudiantes:** Imitan las expresiones y dicen palabras simples como "feliz", "triste".

Motivación y enganche:

- **Docente:** Muestra una imagen grande de una carita sonriente y dice: "¿Sabían que todos tenemos un corazón que siente cosas? Hoy vamos a descubrir qué siente nuestro corazón y cómo lo podemos mostrar."
- **Estudiantes:** Observan y expresan curiosidad.

Contextualización:

- **Docente:** "Cuando jugamos con amigos o en casa, sentimos cosas que nos gustan o no. Aprenderemos a entender esas sensaciones para ser más felices y ayudar a los demás."
- **Estudiantes:** Asienten y participan con sus comentarios.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Mediante una historia corta ilustrada, se presentarán cuatro emociones básicas: alegría, tristeza, miedo y enojo. Se utilizarán imágenes de caras para que los niños reconozcan las expresiones faciales asociadas.

Actividad 1: Cuento "Las Aventuras de Emociones"

- **Objetivo:** Identificar emociones básicas y sus expresiones.
- **Instrucciones:**

- **Docente:** Lee el cuento en voz alta mostrando las imágenes y pregunta: "¿Cómo se siente este personaje? ¿Puedes hacer su cara?"
- **Estudiantes:** Escuchan, observan, imitan expresiones y responden.
- **Organización:** Plenaria
- **Producto:** Respuestas orales y gestos de emociones.
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol del docente:** Observa la participación, valida respuestas y motiva la expresión corporal.

Actividad 2: Juego "Caritas de emoción"

- **Objetivo:** Practicar el reconocimiento y expresión de emociones con el cuerpo y la voz.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Coloca imágenes de emociones en el piso. Dice una emoción en voz alta y los niños deben ir rápidamente a la imagen correcta y mostrar una cara que la represente.
 - **Estudiantes:** Corren hacia la imagen indicada y hacen la expresión facial correspondiente.
- **Organización:** Grupos pequeños (3-4 niños a la vez para seguridad)
- **Producto:** Participación activa y reconocimiento de emociones.
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol del docente:** Da instrucciones claras, anima y corrige suavemente si hay confusión.

Actividad 3: Dibujando mis emociones

- **Objetivo:** Expresar emociones mediante dibujos personales.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Entrega hoja y crayones. Pide a cada niño que dibuje una carita feliz o triste, según cómo se sientan en ese momento. Pregunta: "¿Qué colores usas para mostrar tu emoción?"
 - **Estudiantes:** Dibujan y comentan sus colores y emociones.
- **Organización:** Individual
- **Producto:** Dibujo personal de una emoción.
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol del docente:** Ofrece ayuda a quien la necesite, pregunta para ampliar vocabulario y reconoce esfuerzos.

Diferenciación:

- Para estudiantes que terminan antes: Invitarlos a hacer otra carita con diferente emoción o contar una pequeña historia de cuándo sintieron esa emoción.
- Para estudiantes que requieren apoyo: Usar imágenes para señalar y repetir palabras, acompañar con gestos y ofrecer ayuda individual para el dibujo.

Transiciones:

Después del juego de caritas, el docente invita a sentarse y preparar materiales para dibujar, conectando la emoción vista con su expresión personal.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

- **Docente:** "Ahora vamos a decir en voz alta una emoción que aprendimos hoy y mostrar cómo se ve con nuestra cara."
- **Estudiantes:** Participan nombrando y mostrando expresiones.

Reflexión metacognitiva:

- "¿Cuál emoción te gusta más y por qué?"
- "¿Qué haces cuando te sientes triste o enojado?"
- "¿Puedes decir una emoción que viste en un amigo hoy?"

Retroalimentación:

El docente ofrece comentarios positivos sobre la participación y los dibujos, reforzando que todas las emociones son importantes y que expresarlas ayuda a sentirse mejor.

Transferencia:

Se explica que en la próxima sesión usaremos los dibujos para crear juntos un libro especial de emociones que todos pueden compartir y aprender.

Sesión 2: Creando nuestro libro de emociones

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Vamos a recordar las emociones que aprendimos y luego usaremos nuestros dibujos para hacer un libro que nos ayudará a compartirlas con amigos y familia.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Muestra las imágenes y dibujos de la sesión anterior y pregunta: "¿Se acuerdan de estas emociones? ¿Cuál fue tu dibujo favorito?"
- **Estudiantes:** Responden y comentan.

Motivación y enganche:

- **Docente:** "Hoy seremos artistas y escritores de nuestro propio libro mágico que habla de cómo sentimos. ¿Les gusta la idea?"
- **Estudiantes:** Expresan entusiasmo y esperan participar.

Contextualización:

- **Docente:** "Este libro nos ayudará a contar a otros cómo nos sentimos para que nos entiendan mejor."
- **Estudiantes:** Asienten y participan.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Se guía a los niños para que expliquen su dibujo y lo peguen o coloquen en hojas para formar un libro colectivo. Se introduce la idea de que cada página tendrá una emoción y un dibujo.

Actividad 1: Compartiendo mi dibujo

- **Objetivo:** Expresar verbalmente la emoción representada en su dibujo.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Invita a cada niño a mostrar su dibujo y decir qué emoción es y cuándo la sienten.
 - **Estudiantes:** Muestran y explican con ayuda del docente si es necesario.
- **Organización:** Plenaria con turnos
- **Producto:** Explicación oral y dibujo presentado.
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol del docente:** Escucha activamente, hace preguntas guía como "¿Qué te hace sentir así?" y refuerza el vocabulario emocional.

Actividad 2: Construcción del libro de emociones

- **Objetivo:** Colaborar para crear un libro colectivo con las emociones aprendidas.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Distribuye hojas y pegamento. Cada niño pega su dibujo en una hoja y ayuda a decorar con crayones o stickers.
 - **Estudiantes:** Trabajan en sus páginas y decoran.
 - **Docente:** Une las hojas para formar el libro, colocando la cartulina como portada con el título: "Nuestro Libro de Emociones".
- **Organización:** Grupos pequeños para facilitar apoyo

- **Producto:** Libro colectivo ilustrado.
- **Tiempo:** 25 minutos
- **Rol del docente:** Facilita materiales, apoya en pegado y fomenta colaboración y comunicación.

Actividad 3: Canción de las emociones

- **Objetivo:** Reforzar el aprendizaje de las emociones a través de la música y el movimiento.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Pone una canción infantil sobre emociones e invita a los niños a cantar y hacer gestos que expresen cada emoción mencionada.
 - **Estudiantes:** Cantan y bailan, expresando emociones con caras y movimientos.
- **Organización:** Plenaria
- **Producto:** Participación activa y recordación de vocabulario emocional.
- **Tiempo:** 5 minutos
- **Rol del docente:** Motiva, marca ritmo y felicita la participación.

Diferenciación:

- Para estudiantes que terminan antes: Ayudan a decorar la portada o a organizar las hojas del libro.
- Para estudiantes que requieren apoyo: Se les asigna un compañero tutor para ayuda en pegar y decorar, y se usan palabras simples y gestos para explicar.

Transiciones:

Después de crear el libro, el docente invita a sentarse en círculo para escuchar la canción y practicar movimientos, cerrando el trabajo manual con un momento de juego y diversión.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

- **Docente:** "¿Qué aprendimos hoy? Vamos a decir tres palabras que nos ayuden a recordar las emociones que vimos."
- **Estudiantes:** Responden con palabras y gestos.

Reflexión metacognitiva:

- "¿Cómo te sientes cuando haces una carita feliz?"
- "¿Qué puedes hacer si te sientes enojado?"
- "¿Quieres contarle a alguien en casa lo que aprendiste?"

Retroalimentación:

El docente felicita la colaboración, resalta la importancia de expresar emociones y anima a compartir el libro con sus familias.

Transferencia:

Se sugiere a los niños llevar el libro a casa para mostrarlo a sus familias y contar lo aprendido, fomentando la comunicación emocional en casa.

Tarea o reto:

Invitar a los niños a dibujar en casa una cara con la emoción que más sienten y traerla para compartir en la siguiente semana.

Evaluación

Tipo de evaluación: Formativa durante el desarrollo; sumativa al cierre de la segunda sesión.

• Criterios de evaluación:

- Reconoce y nombra correctamente al menos cuatro emociones básicas (Objetivo 1).
- Expresa emociones mediante dibujos y palabras (Objetivo 2).
- Participa activamente y colabora en la creación del libro colectivo (Objetivo 3).
- Demuestra comprensión de la importancia de compartir emociones para una buena convivencia (Objetivo 4).

• Instrumentos sugeridos:

- Observación directa durante actividades orales y de juego.
- Lista de cotejo para identificar reconocimiento de emociones y participación.
- Portafolio con dibujos y libro colectivo como evidencia tangible.
- Registro anecdótico de respuestas en reflexión metacognitiva.

• Evidencias de aprendizaje:

- Participación en juego de caritas y expresiones faciales.
- Dibujo personal de emociones.
- Explicación oral del dibujo en la segunda sesión.
- Libro colectivo terminado con páginas individuales.

Enriquecimientos

Cierre - Reflexionar

Preguntas de Reflexión Metacognitiva para el Cierre

- ¿Cómo te sentiste cuando aprendimos sobre las emociones?

- ¿Puedes mostrar con tu cara una emoción que aprendimos hoy?
- ¿Qué hiciste cuando sentiste alegría/tristeza/enfado?
- ¿Qué te gusta hacer para sentirte mejor cuando estás triste?
- ¿Puedes contarme una historia corta sobre una emoción que tú has sentido?
- ¿Qué aprendiste hoy sobre tus sentimientos?

Actividades de Reflexión Metacognitiva para el Cierre

- **El espejo de las emociones:** Cada niño se mira en un espejo pequeño y hace una expresión facial que muestra cómo se siente después de la clase. Luego, comparte con el grupo qué emoción está mostrando y por qué.
- **El cuento de mi emoción:** Invitar a los niños a dibujar una cara que muestre una emoción que aprendieron y contar brevemente una situación en la que se sintieron así.
- **El semáforo de las emociones:** Usando tarjetas de colores (rojo, amarillo y verde), los niños indican cómo se sienten ahora, ayudándolos a identificar y verbalizar sus emociones.
- **Canción de las emociones:** Cantar juntos una canción sencilla que mencione diferentes emociones y pedir a los niños que muestren con gestos cómo se sienten al escuchar cada emoción.
- **El abrazo del amigo:** Para cerrar, se invita a los niños a dar un abrazo a un amigo y decirle una cosa bonita, promoviendo la empatía y el reconocimiento emocional.