

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 (3-5 años) aprendan a identificar, comprender y expresar sus emociones básicas como la alegría, tristeza, enojo y miedo, a través de actividades lúdicas y colaborativas basadas en un proyecto. Los estudiantes desarrollarán un mural emocional donde representarán diferentes sentimientos, fomentando el reconocimiento de sus propias emociones y las de sus compañeros. Este aprendizaje es fundamental para su desarrollo social y emocional, ayudándoles a manejar sus sentimientos de manera saludable y a relacionarse mejor con los demás. Además, se conecta con su vida cotidiana, pues desde temprana edad enfrentan diversas emociones que necesitan aprender a identificar y expresar para convivir en armonía.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y nombrar emociones básicas como alegría, tristeza, enojo y miedo.
- Expresar sus emociones mediante dibujos, gestos y palabras.
- Colaborar con sus compañeros para crear un mural que refleje diferentes emociones.
- Reconocer que todas las emociones son normales y forman parte de la vida diaria.

Recursos Necesarios

- Cartulina grande blanca (1 unidad para mural grupal)
- Hojas de papel blancas (20 unidades)
- Crayones, lápices de colores y marcadores (varios colores)
- Imágenes impresas de caras con diferentes expresiones emocionales (alegría, tristeza, enojo, miedo) – 4 sets
- Libro ilustrado corto sobre emociones (ejemplo: “El monstruo de colores”)
- Reproductor de audio para canciones infantiles sobre emociones
- Espacio amplio para trabajo en grupo y exposición del mural

Requisitos Previos

- Habilidades básicas de comunicación verbal para expresar ideas simples.
- Experiencia previa en actividades grupales y conocimiento básico de colores y figuras.
- Familiaridad con rutinas de aula y respeto por turnos para hablar y escuchar.

Actividades

Sesión 1: Explorando y Reconociendo Nuestras Emociones

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Hoy vamos a aprender sobre nuestras emociones, a reconocerlas y a compartir cómo nos sentimos para entendernos mejor.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** “¿Alguna vez se han sentido muy contentos o muy tristes? ¿Qué hacen cuando sienten eso?”
- **Estudiantes:** Responden con ejemplos y movimientos corporales.

Motivación y enganche:

- **Docente:** “Vamos a escuchar una canción muy divertida que habla sobre emociones. ¡Bailaremos y cantaremos juntos!”
- **Estudiantes:** Escuchan y participan cantando y moviéndose.

Contextualización:

Docente: “Las emociones son como colores que pintan nuestro día. Hoy aprenderemos a conocer esos colores de nuestros sentimientos para que podamos expresarlos con alegría.”

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Muestra imágenes de caras con expresiones emocionales básicas (alegría, tristeza, enojo, miedo) y las nombra en voz alta. Luego lee un cuento corto ilustrado que habla sobre emociones, haciendo pausas para preguntar qué sienten los personajes y por qué.

Actividad 1: “Caritas de emociones”

- **Objetivo:** Identificar y nombrar emociones básicas.
- **Instrucciones:** El docente muestra imágenes de caras con diferentes emociones y pregunta: “¿Qué emoción es esta? ¿Cómo se siente tu cara cuando estás así?” Los niños imitan la expresión.
- **Organización:** Plenaria
- **Producto:** Participación oral y expresión facial de emociones.
- **Tiempo:** 15 minutos

- **Rol del docente:** Guía las respuestas, anima a todos a participar y corrige suavemente pronunciaciones o nombres.

Actividad 2: “Dibuja tu emoción”

- **Objetivo:** Expresar emociones mediante dibujos.
- **Instrucciones:** Cada niño recibe una hoja y crayones para dibujar cómo se siente hoy o una emoción que conoce.
- **Organización:** Individual
- **Producto:** Dibujo personal de una emoción.
- **Tiempo:** 20 minutos
- **Rol del docente:** Observa, pregunta “¿Qué emoción dibujaste? ¿Por qué?”, ofrece apoyo a quien lo necesite.

Actividad 3: “Compartiendo emociones”

- **Objetivo:** Reconocer que todas las emociones son normales y compartirlas con otros.
- **Instrucciones:** En círculo, cada niño muestra su dibujo y dice qué emoción es y cuándo la siente.
- **Organización:** Grupo completo
- **Producto:** Expresión oral y escucha activa.
- **Tiempo:** 10 minutos
- **Rol del docente:** Fomenta respeto, escucha y validación de emociones.

Diferenciación:

- **Para quienes terminan antes:** Pueden ayudar a sus compañeros a elegir colores o a pensar en situaciones donde sienten ciertas emociones.
- **Para quienes necesitan más apoyo:** El docente ofrece ejemplos concretos y apoyo individual para expresar la emoción con palabras o gestos.

Transición: “Ahora que ya sabemos cómo se ven y se sienten nuestras emociones, en la próxima sesión haremos un gran mural para compartirlas con todos.”

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

Docente: “Vamos a decir juntos las cuatro emociones que aprendimos hoy: alegría, tristeza, enojo y miedo.”

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cuál emoción te gusta más y por qué?
- ¿Qué haces cuando estás triste para sentirte mejor?

- ¿Te gustaría compartir tus emociones con tus amigos?

Retroalimentación:

El docente felicita a cada niño por compartir sus emociones y dibujos, resaltando que todas las emociones son importantes y que hicieron un gran trabajo.

Transferencia:

Invita a los estudiantes a pensar en situaciones en casa donde puedan observar sus emociones y contarlas en la próxima clase.

Sesión 2: Creando Nuestro Mural de Emociones

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Hoy vamos a trabajar en equipo para hacer un mural con nuestras emociones y compartir lo que aprendimos.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** “¿Recuerdan las emociones que nombramos y dibujamos la vez pasada? Vamos a repasarlas con un juego rápido de imitar caras.”
- **Estudiantes:** Imitan las expresiones que el docente muestra.

Motivación y enganche:

Docente: “Hoy todos juntos haremos un mural grandote que mostrará cómo nos sentimos. ¿Quieren ver cómo quedará?” Muestra un ejemplo de mural con colores y caritas.

Contextualización:

Docente: “Cuando entendemos nuestras emociones y las compartimos, nos sentimos mejor y más felices con nuestros amigos y en casa.”

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Explica que el grupo creará un mural con dibujos, colores y palabras que representen las emociones aprendidas. Cada niño aportará con su trabajo.

Actividad 1: “Pintando emociones para el mural”

- **Objetivo:** Expresar emociones mediante arte colaborativo.
- **Instrucciones:** En grupos pequeños (3-4 niños), se les entrega cartulina y materiales para dibujar y colorear caritas o escenas que muestren una emoción.
- **Organización:** Grupos pequeños
- **Producto:** Paneles pequeños de dibujos emocionales para pegar en el mural.
- **Tiempo:** 25 minutos
- **Rol del docente:** Apoya a los grupos, sugiere ideas, pregunta “¿Qué emoción están dibujando? ¿Por qué?” y promueve la cooperación.

Actividad 2: “Armando nuestro mural de emociones”

- **Objetivo:** Colaborar para integrar el trabajo en un producto tangible.
- **Instrucciones:** Todos juntos pegan sus dibujos en la cartulina grande formando el mural. Se nombran las emociones que cada dibujo representa.
- **Organización:** Grupo completo
- **Producto:** Mural grupal de emociones.
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol del docente:** Facilita la organización, fomenta la participación y refuerza el aprendizaje con preguntas como “¿Qué emoción ves aquí? ¿Quién la dibujó?”

Diferenciación:

- **Para quienes terminan antes:** Ayudan a etiquetar los dibujos con palabras o dibujos adicionales.
- **Para quienes necesitan más apoyo:** El docente ofrece asistencia para expresar ideas y recortar o pegar.

Transición: “Ahora que nuestro mural está listo, vamos a compartir lo que aprendimos y cómo nos sentimos.”

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

Docente: “Vamos a mirar nuestro mural y decir juntos: ‘Reconozco mis emociones y las comparto con mis amigos’.”

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué emoción te gusta pintar más y por qué?
- ¿Cómo te sientes cuando compartes tus emociones con otros?
- ¿Qué aprendiste sobre tus amigos en esta actividad?

Retroalimentación:

El docente felicita el esfuerzo de todos, destaca la importancia de expresar emociones y anima a cuidarlas y compartirlas todos los días.

Transferencia:

Invita a los niños a mostrar el mural a sus familias y contar lo que aprendieron sobre las emociones en casa.

Tarea o reto:

“En casa, con ayuda de mamá o papá, haz un dibujo sobre cómo te sentiste hoy y tráelo para compartirlo con el grupo.”

Evaluación

Tipo de evaluación: Formativa durante el desarrollo y sumativa al cierre de cada sesión.

Criterios de evaluación:

- Identifica correctamente emociones básicas (alegría, tristeza, enojo, miedo) en imágenes y situaciones (Objetivo 1).
- Expresa emociones mediante dibujos, gestos y palabras (Objetivo 2).
- Participa colaborativamente en la creación del mural grupal (Objetivo 3).
- Reconoce la normalidad de las emociones y las expresa con respeto (Objetivo 4).

Instrumentos sugeridos:

- Observación directa durante actividades y participación oral.
- Lista de cotejo para identificar la expresión correcta de emociones.
- Portafolio con los dibujos individuales y mural grupal como evidencias.
- Preguntas guía para reflexión y autoevaluación sencilla (apoyo docente).

Evidencias de aprendizaje:

- Dibujos individuales que muestran la expresión de emociones.
- Participación activa en la identificación y expresión verbal de emociones.
- Mural grupal terminado que integra las emociones aprendidas.
- Respuestas a preguntas de reflexión que evidencian comprensión y valoración de las emociones.

Enriquecimientos

Cierre - Reflexionar

Preguntas de Reflexión Metacognitiva para el Cierre

- ¿Cómo te sentiste cuando hablamos de las emociones hoy?
- ¿Puedes mostrar con tu cara cómo se siente alguien cuando está feliz/triste/enojado?

- ¿Qué hiciste cuando sentiste una emoción fuerte durante la actividad?
- ¿Qué puedes hacer cuando te sientes triste o enojado para sentirte mejor?
- ¿Recuerdas alguna emoción que aprendimos y cómo se ve o se siente?

Actividades de Reflexión Metacognitiva para el Cierre

- **El Rincón de las Caritas:** Los niños eligen una carita de emoción (feliz, triste, enojado, sorprendido) y explican con ayuda de la maestra cuándo se han sentido así.
- **El Cuento de Mi Emoción:** Cada niño dibuja o señala una emoción que sintió durante las sesiones y comparte una pequeña historia sobre por qué la sintió.
- **El Juego del Espejo:** En parejas, un niño hace una expresión facial de una emoción y el otro la imita, luego comentan cómo se sienten al expresar y ver esa emoción.
- **La Caja de las Soluciones:** Los niños piensan en algo que pueden hacer cuando sienten una emoción difícil y lo representan con un dibujo o actuación sencilla.