

Espacios Compartidos con Armonía: Habilidades Socioemocionales para Preescolar

Persona y sociedad | Habilidades Socioemocionales | para estudiantes de preescolar (3-5 años) | 4 semanas

Descripción del Curso

Este curso está diseñado para niños y niñas de 3 a 5 años con el propósito de fortalecer sus habilidades socioemocionales dentro de los espacios compartidos del centro de educación prebásica. A través de actividades lúdicas, cuentos, juegos y dinámicas grupales, se busca fomentar la convivencia respetuosa, la empatía, la cooperación y la resolución pacífica de conflictos, creando ambientes armónicos y seguros para el aprendizaje y la interacción social.

Dirigido a educadores y docentes de educación preescolar, este curso ofrece una guía estructurada para promover relaciones interpersonales saludables entre los más pequeños, adaptando estrategias pedagógicas a sus características cognitivas y emocionales. Se enfoca en el desarrollo integral del niño a través de metodologías prácticas y participativas que estimulan la expresión emocional y la comunicación asertiva.

Al finalizar el curso, los estudiantes serán capaces de reconocer y expresar sus emociones, respetar turnos y espacios, compartir con sus compañeros y resolver desacuerdos de manera positiva, contribuyendo así a un ambiente armonioso y colaborativo en el aula y en otros espacios comunitarios.

Objetivos Generales

- Identificar y nombrar emociones propias y de sus compañeros en diferentes situaciones cotidianas.
- Mostrar comportamientos de respeto y colaboración durante actividades grupales.
- Aplicar estrategias básicas para la resolución pacífica de conflictos en el aula.
- Participar en actividades que promuevan la empatía y la amistad con otros niños.

Competencias

- Reconocer y expresar emociones básicas de forma adecuada al contexto social.
- Practicar habilidades para compartir y respetar turnos en actividades grupales.
- Demostrar empatía y comprensión hacia los sentimientos de los demás niños y adultos.
- Resolver conflictos simples mediante la comunicación y el diálogo guiado.
- Participar activamente en juegos cooperativos que fomenten la colaboración.

Requerimientos

- Conocimiento básico por parte del docente sobre desarrollo socioemocional infantil en preescolar.

- Materiales lúdicos como pelotas, muñecos, libros ilustrados y materiales para manualidades.
- Espacios amplios y seguros para actividades grupales y juegos.
- Apoyo de recursos visuales y materiales didácticos adaptados a la edad.
- Actitud abierta y empática del educador para facilitar la participación de los niños.

Unidades del Curso

Unidad 1: Conociéndonos y expresando emociones

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar y nombrar al menos tres emociones básicas (alegría, tristeza, enojo) mediante la observación de imágenes y expresiones faciales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de expresar sus propias emociones utilizando gestos, palabras o dibujos durante actividades lúdicas en el aula.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de reconocer emociones similares en sus compañeros durante juegos grupales, señalando o imitando las expresiones observadas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de participar respetuosamente en actividades que promuevan la empatía, escuchando y mostrando interés en las emociones de otros niños.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar una estrategia básica para manejar emociones negativas, como pedir ayuda o respirar profundo, en situaciones simuladas dentro del aula.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a las emociones básicas

- Definición sencilla de emociones: Explicación breve y con ejemplos de qué son las emociones y por qué las sentimos.
- Emociones básicas: Alegría, tristeza y enojo
- Reconocimiento de emociones en imágenes y expresiones faciales: Cómo identificar estas emociones en fotografías y rostros.

2. Expresión de las propias emociones

- Formas de expresar emociones: Uso de gestos, palabras y dibujos para comunicar cómo se siente cada niño.
- Actividades lúdicas para la expresión emocional: Juegos, canciones y dibujos que facilitan la expresión de emociones.

3. Reconocimiento de emociones en los demás

- Observación de emociones en compañeros: Cómo identificar emociones similares en otros niños mediante juegos y actividades grupales.
- Imitación de expresiones emocionales: Práctica de imitar gestos y expresiones para fortalecer el reconocimiento.

4. Desarrollo de la empatía

- Escuchar y mostrar interés en las emociones ajenas: Técnicas para fomentar la atención y el respeto hacia los sentimientos de los demás.
- Actividades para promover la empatía: Dinámicas grupales que incentivan la comprensión y el apoyo entre compañeros.

5. Estrategias básicas para el manejo de emociones negativas

- Identificación de emociones negativas: Cómo reconocer cuando se siente tristeza o enojo.
- Estrategias para manejar emociones negativas: Respirar profundo y pedir ayuda.
- Prácticas simuladas en el aula: Juegos y actividades que permiten ensayar estas estrategias en situaciones controladas.

Actividades

Actividad 1: "El Muro de las Emociones"

Objetivo: Identificar y nombrar las emociones básicas (alegría, tristeza, enojo) mediante la observación de imágenes y expresiones faciales.

Descripción:

- El docente coloca en un mural imágenes grandes con rostros que expresan alegría, tristeza y enojo.
- Se invita a los niños a observar cada imagen y nombrar la emoción que ven, ayudándolos con preguntas guiadas.
- Después, cada niño elige una imagen y la señala mientras dice el nombre de la emoción.
- Finalmente, se hace un juego rápido donde el docente muestra imágenes y los niños responden en voz alta la emoción que representa.

Organización: Grupo completo

Producto esperado: Participación activa nombrando emociones y señalando imágenes.

Duración estimada: 30 minutos

Actividad 2: "Dibujo de Mi Cara Feliz, Triste o Enojada"

Objetivo: Expresar emociones propias utilizando dibujos durante actividades lúdicas.

Descripción:

- Se entrega a cada niño una hoja con el contorno de una cara para colorear.
- El docente explica que pueden dibujar o colorear la cara para mostrar cómo se sienten (feliz, triste o enojado).
- Los niños usan crayones o lápices de colores para expresar su emoción.

- Al final, cada niño muestra su dibujo al grupo y describe la emoción representada.

Organización: Individual

Producto esperado: Dibujos con expresión emocional y explicación verbal simple.

Duración estimada: 40 minutos

Actividad 3: "El Juego de las Caritas"

Objetivo: Reconocer emociones similares en compañeros durante juegos grupales, señalando o imitando expresiones.

Descripción:

- El docente muestra una expresión facial de alegría, tristeza o enojo y pide a los niños que la imiten.
- Luego, un niño voluntario hace una expresión y los demás intentan adivinar qué emoción está mostrando.
- Se invita a los niños a señalar la expresión en sus compañeros y repetirla con gestos o sonidos.
- Se repite la actividad varias veces, rotando a los niños que hacen las expresiones.

Organización: Grupo completo

Producto esperado: Participación en la imitación y reconocimiento de expresiones emocionales.

Duración estimada: 30 minutos

Actividad 4: "Respira y Pide Ayuda"

Objetivo: Aplicar una estrategia básica para manejar emociones negativas (como enojo o tristeza) en situaciones simuladas.

Descripción:

- El docente explica la técnica de respirar profundo para calmarse y cómo pedir ayuda a un adulto o compañero.
- Se simulan pequeñas situaciones donde los niños pueden sentirse enojados o tristes (por ejemplo, perder un juego o no compartir un juguete).
- Los niños practican respirar profundo varias veces juntos y luego piden ayuda en voz alta.
- El docente refuerza la importancia de usar estas estrategias para sentirse mejor.

Organización: Grupos pequeños o grupo completo

Producto esperado: Demostración de la estrategia aprendida en simulaciones.

Duración estimada: 30 minutos

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimiento previo sobre emociones básicas y capacidad para identificar expresiones faciales.

Cómo se evalúa: Mediante una dinámica de observación de imágenes con rostros emocionales y preguntas simples para que los niños indiquen qué sienten.

Instrumento sugerido: Lista de cotejo observacional donde el docente registra las respuestas y reacciones de cada niño.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Participación activa en actividades de expresión y reconocimiento emocional, imitación de expresiones, y uso de estrategias para manejar emociones.

Cómo se evalúa: Observación continua durante las actividades, registro anecdótico de intervenciones y respuestas, y retroalimentación inmediata.

Instrumento sugerido: Diario de campo o bitácora docente para anotar progresos individuales y grupales durante las actividades.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Capacidad para identificar y nombrar emociones básicas, expresar emociones propias, reconocer emociones en otros, participar con empatía y aplicar estrategias básicas para manejar emociones negativas.

Cómo se evalúa: Actividad final donde cada niño muestra imágenes de emociones, realiza un dibujo expresando cómo se siente, participa en un juego de imitación de emociones y practica la estrategia de respirar y pedir ayuda en una situación simulada.

Instrumento sugerido: Rúbrica sencilla con criterios para cada objetivo, valorando la identificación, expresión, reconocimiento, empatía y manejo emocional.

Unidad 2: Compartir y respetar el espacio común

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar cuándo es necesario compartir objetos y espacios durante actividades grupales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de expresar verbalmente la importancia de respetar el turno y el espacio personal de sus compañeros en el aula.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de participar activamente en juegos y actividades que requieran cooperación y respeto mutuo.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de mostrar comportamientos de colaboración y respeto al interactuar con sus compañeros en espacios comunes.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de reconocer y nombrar emociones propias y de otros relacionadas con compartir y respetar el espacio común.

Unidad 3: Empatía y cuidado hacia los demás

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar y nombrar emociones básicas en personajes de cuentos leídos durante las actividades grupales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de expresar verbalmente cómo se sentiría en situaciones presentadas en dramatizaciones, mostrando comprensión de los sentimientos ajenos.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de participar en juegos colaborativos respetando turnos y cuidando a sus compañeros, demostrando comportamientos de empatía y cuidado.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de describir acciones amables que puede realizar para ayudar a un compañero que se siente triste o molesto durante las actividades del aula.

Unidad 4: Resolución pacífica de conflictos

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar desacuerdos comunes en situaciones de juego con sus compañeros utilizando ejemplos visuales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de nombrar emociones propias y ajenas relacionadas con conflictos mediante actividades de expresión emocional guiadas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de practicar estrategias básicas de resolución pacífica, como pedir ayuda o compartir, durante actividades grupales supervisadas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de expresar verbalmente soluciones positivas para resolver desacuerdos en escenarios simulados con apoyo del docente.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de demostrar comportamientos de respeto y escucha activa en dinámicas de diálogo para resolver conflictos en el aula.