

## **QUINTO ENCUENTRO PROFESORES JEFE KINDER A TERCERO BÁSICO CONCIENCIA EMOCIONAL IDENTIFICO Y COMPRENDO LAS EMOCIONES DE LOS DEMÁS**

El objetivo de esta sesión es crear una instancia en la que niños y niñas puedan identificar sus propias emociones y reconocer las de sus compañeros/as. La estrategia está vinculada al objetivo de aprendizaje **“Reconocer y distinguir sus emociones y practicar formas apropiadas de expresarlas”**.

Es importante que nuestros niños y niñas aprendan a identificar las emociones en los otros.

EJE: Crecimiento Personal

OA\_1 Observar, describir y valorar sus características personales, sus habilidades e intereses.

OA\_2 Identificar emociones experimentadas por ellos y por los demás (por ejemplo, pena, rabia, medo, alegría) y distinguir diversas formas de expresarlas.

### **Actividad**

Todas las personas sentimos emociones, y podemos reaccionar de distintas maneras de acuerdo a La situación en que nos encontremos. Aprender a reconocer lo que sentimos es la base para expresar y mostrar nuestras emociones de manera adecuada. Ello a su vez, ayudará a que quienes nos rodean Puedan comprendernos mejor y saber cómo y cuándo apoyarnos.

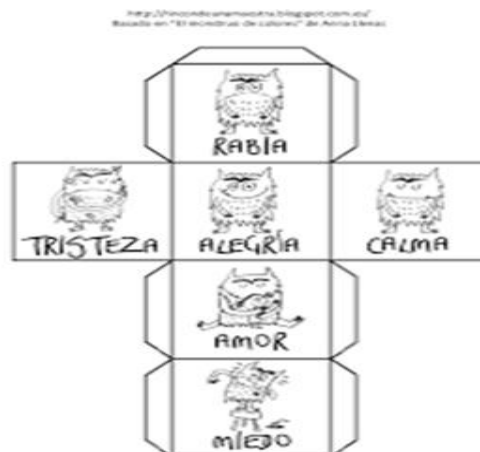
“El dado de las emociones” es un juego que invitará a sus estudiantes a representar distintas

Emociones con el fin de que sus compañeros identifiquen la emoción que caracteriza la imagen.

La Actividad finaliza con la reflexión y la invitación a seguir jugado con su dado durante la semana.

### **Materiales**

Pedir con anterioridad a los niños y niñas que confeccionen un dado de 10X10 o de las medidas que usted considere. Pídeles que peguen imágenes de los monstruos o dibujos hechos por ellos mismos.



### 1.- Oración (PPT N° 1)

2.- Comenzar recordando la actividad de la semana pasada. “Todo el día estamos sintiendo diversas sensaciones: pena, alegría, vergüenza, rabia, etc. Para poder entendernos a nosotros mismos y a los demás, es importante conocer estas sensaciones llamadas “emociones”. Los invito a que juguemos a descubrir las emociones propias y la de los demás.

### 3.- Presentar el video

<https://www.youtube.com/watch?v=TcBI8y27ZVg>

### 4. Realizar preguntas sobre el cuento del monstruo de colores en tiempos de Covid

- ¿Te has sentido como el monstruo de colores en estos días?
- ¿Si fueras el monstruo de qué color te sentirías?

5.- la actividad consiste en tirar el dado, identificar la emoción de la imagen y explicar una situación en la que se sienta esa emoción.

La profesora le pide a un niño o niña que tire su dado y que realice la mímica de la emoción con el gesto y sonido, los otros niños tendrán que adivinar.

Procure tener su propio dado en caso de que algún niño o niña no lo tenga y dé la posibilidad de participar igualmente en el juego.

6.- El niño o niña que fue seleccionado, podrá escoger a un compañero/a, para seguir con la dinámica.

7.- Invitar a los niños y niñas a jugar con su dado durante la semana y que hay muchas formas de representarlas.

---

## DOCUMENTO PARA EL PROFESOR/A

Rafael Bisquerra y Begoña Ibarrola, expertos en Educación Emocional, han descrito la transición emocional de los niños a lo largo de la etapa de Educación Primaria.

CONCIENCIA EMOCIONAL	REGULACIÓN EMOCIONAL	AUTONOMIA EMOCIONAL	LA EMPATÍA	HABILIDADES SOCIO-EMOCIONALES
Se desarrolla una notable capacidad para comprender las emociones propias y las de los demás. Para ello se debe educar el lenguaje como vehículo de identificación, comprensión y expresión emocional	Período Afectivo de tranquilidad. Ya que ha aumentado la capacidad de autocontrol, regulación y comunicación.	Entre 6 y 8 años se define el yo a través de la comparación con uno mismo en su pasado.	Se empieza a desarrollar fuertemente a partir de los 9 años	La capacidad de querer y ser querido por los iguales es fundamental para el desarrollo de la autoestima y para el bienestar social. Al comienzo de esta etapa se alcanza un conocimiento social suficiente para el inicio de las críticas y valoraciones personales
Las emociones se van diferenciando entre sí y se manifiestan con mayor rapidez, intensidad y	A lo largo de esta etapa se va adquiriendo la capacidad de	Entre 8 y 12 años se incorpora la comparación social. (Yo – Mis	Si antes se ha entrenado a regular las emociones, se facilita el desarrollo	Se van sustituyendo las agresiones físicas por las verbales. (Insultos, amenazas, desprecios). La latente agresividad física irá menguando

duración, pudiendo llegar a transformarse en sentimientos	regular la vida emocional. (Control de la expresión de las emociones).	compañeros)	de la empatía	descubriendo diferentes modalidades de comunicación. (Comunicación Verbal)
A los 6 años, empiezan a comprender que la manifestación de sus emociones es conocida por los demás.	Es importante el entrenamiento en estrategias de regulación emocional y la evaluación de su utilidad y consecuencias	A nivel de autoestima hasta los 8 años la percepción de sí mismo es positiva.		Se pasa de juegos de imitación a juegos que contienen normas y reglas. (deportes, juegos de mesa,...)
A partir de los 7 años toman conciencia de que las emociones no perduran y pierden intensidad	La regulación emocional favorece la interacción social.	A partir de los 8 años se va a una percepción más realista que no siempre es favorable, y que pone en peligro el autoestima.		El grupo pasa a ser la base de las relaciones.
A la edad de los 8 años se empieza a desarrollar la comprensión de la ambivalencia emocional, es decir, a sentir emociones contrarias ante una misma situación.		La comprensión de las emociones ajenas es la base de la empatía y desarrollo social.		La amistad pasa a ser de cooperación, confianza mutua y ayuda recíproca
Empiezan a ser capaces de ponerse en el lugar del otro. (Imaginación)				Para tener amigos es necesario: Conocer a los demás, comunicarse, expresar inteligentemente las emociones (positivas y negativas) y ser capaces de aceptar lo que sienten los demás

DADO MONSTRUO DE COLORES

