

# J.I.N.Z N 11 “SATURNINO SEGUOLA” –SALA DE 3 AÑOS –ÁREAS: LENGUA-LITERATURA-PLÁSTICA- EXPRESIÓN CORPORAL- MÚSICA-EDUCACIÓN FÍSICA.

---

- DOCENTE: HIDALGO FERNANDA
- SALA TURQUESA :DE 3 AÑOS
- NIVEL :INICIAL
- TURNO: INTERMEDIO
- ESCUELA : SATURNINO SEGUOLA
- ÁREAS: Lengua, literatura, plástica, expresión corporal, música, educación física.
- TITULO: MIS EMOCIONES SON IMPORTANTE
- CONTENIDOS: INICIACIÓN EN AL IDENTIFICACIÓN DE EMOCIONES, SENTIMIENTOS Y NECESIDADES.

**PROPUESTA:** “JUGANDO EN CASA CON MI FAMILIA TAMBIÉN APRENDO A CONTROLAR MIS EMOCIONES” Es un momento tan especial como el que estamos pasando en medio de una pandemia del coravirus nosotros como padres y familia podemos enseñar a nuestros hijos pequeñas y grandes cosas que lo van ayudar a reconocer sus emociones pero por sobre todo a controlarlas, además de divertirse un rato en familia... ¿Comenzamos?



## Actividad N°1

- a) Para comenzar les propongo realizar junto a su familia la lectura del cuento “LA HISTORIA DE LA TORTUGA” [WWW.imageneseducativas.com](http://WWW.imageneseducativas.com)
- b) Una vez finalizada la lectura debatimos en familia de que se trato el cuento y sabemos que son las emociones y cuantas son.
- c) **ACTIVIDAD OBLIGATORIA** A continuación Realizar en familia la bolsita de las emociones de moustritos para el niño durante estos días vaya reconociéndolas y pueda expresar como se siente.

# J.I.N.Z N 11 "SATURNINO SEGUROLA" –SALA DE 3 AÑOS –ÁREAS: LENGUA-LITERATURA-PLÁSTICA- EXPRESIÓN CORPORAL- MÚSICA-EDUCACIÓN FÍSICA.

---



## ACTIVIDAD N.º2

Las emociones son parte fundamental de nosotros pero saber reconocerlas y controlarlas mucho mejor .Es por eso que durante estos días en casa aprenderemos juntos en familia sobre LAS EMOCIONES, les va a encantar a jugar se a dicho:

- a) Junto a mi familia dibujamos y pintamos con elementos que tenemos en casa los moustritos de las emociones y como sale en la foto colocamos un recipiente con pelotitas .fideos , porotos lo que tengan .



- b) A continuación jugaremos entre todos a descubrir las emociones.

c) **ACTIVIDAD OBLIGATORIA**

¡A JUGAR SE DICHO!. Se deberá filmar el siguiente juego

**1\_ Pueden jugar todos los integrantes que quieran**

**2\_ agarramos una pelotita, poroto lo que tengamos y la colocamos en un recipiente junto a un moustrito de la alegría, rabia, calma, etc. y decimos en que momento sentí esa emoción.(mama o papa me pueden ayudar a reconocer en que momento me sentí así)**

**3\_ Contamos entre todos que sentimos al jugar con las emociones.**

**4\_ escribimos en una hoja de papel lo que sentimos al jugar y nuestro pequeño puede dibujar que sintió.**

# J.I.N.Z N 11 "SATURNINO SEGUROLA" –SALA DE 3 AÑOS –ÁREAS: LENGUA-LITERATURA-PLÁSTICA- EXPRESIÓN CORPORAL- MÚSICA-EDUCACIÓN FÍSICA.

---

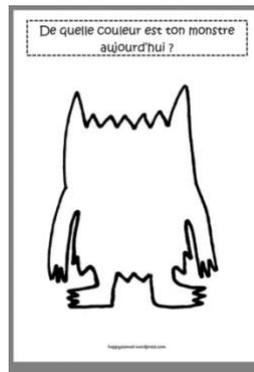
MANDAR VIDEO AL SIGUIENTE CORREO: [fernyhidalgo27@gmail.com](mailto:fernyhidalgo27@gmail.com)

## ACTIVIDAD N°3

En esta última actividad tendrán la posibilidad de dar a conocer las emociones que a menudo sienten de los chicos y utilizar no sólo las manos sino toda la creatividad. Para esto les propongo:

## ACTIVIDAD OBLIGATORIA

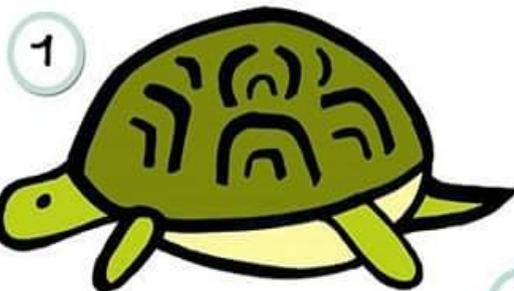
- a) Decorar el moustrito : en una hoja y con los materiales que tengan en casa (telas, lanas, etc) decoraran eligiendo el moustrito de la emoción preferido por los niños.(alegría, calma, miedo, tristeza o rabia)



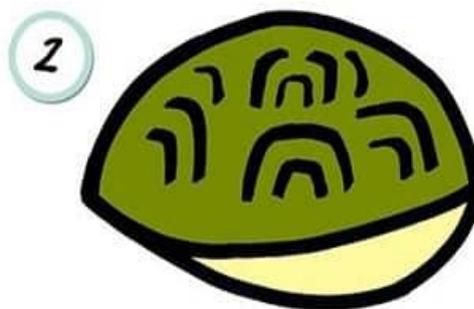
- b) Junto a mama confeccionamos un muñeco en forma de moustrito que luego llevaremos al jardín para que nos acompañe y no nos sintamos solitos.
- c) Para finalizar le dejo el juego de la tortuga para que entre todos lo pongamos en practica y frente a una emoción lo podamos resolver.



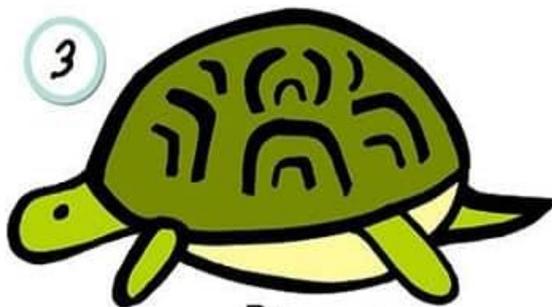
# Autocontrol



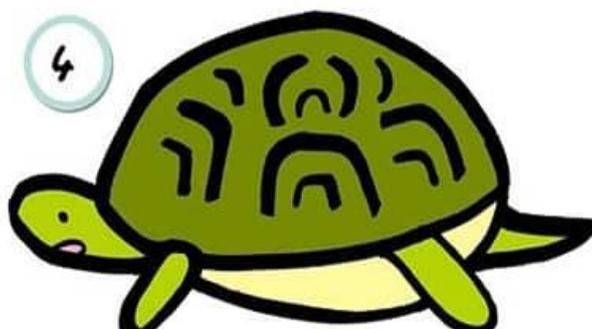
Stop



Respiro



Piense,  
¿cómo me siento?



¿Qué problema tengo?  
Actúo

## LA TORTUGA

La postura de la Tortuga ayuda a mantener la calma, da una sensación de seguridad al niño y ayuda a darnos cuenta de que somos responsables de nuestras emociones



**1** Me siento y pongo mis pies juntos uno contra el otro.



**2** Pongo mis brazos delante y los hago pasar por debajo de las piernas.



**3** Giro las palmas de la mano hacia arriba, abajo la cabeza hacia el pecho y... ¡Tortuga me he hecho!



**4** Estoy en mi casa, ahora no me muevo, me quedo así y estoy protegido en mi casa-caparazón.

J.I.N.Z N 11 “SATURNINO SEGUROLA” –SALA DE 3 AÑOS –ÁREAS:  
LENGUA-LITERATURA-PLÁSTICA- EXPRESIÓN CORPORAL-  
MÚSICA-EDUCACIÓN FÍSICA.

---