

**Escuela:** J.I.N.Z N.º 36

**Docentes:** Erostarbe Luciana, Esteban Elisa, Fernández Mabel, Ibazeta Natalia, Pagano Julia, Pinto Daniela.

**Sala de 4**

**Turnos:** mañana, intermedio, tarde.

**GUIA N º 11**

**Título: “DESCUBRIENDO MIS EMOCIONES”**

- Capacidad  
General: COMUNICACIÓN
- Capacidad específica: Expresar, por medio de distintos lenguajes, ideas, emociones, sentimientos y opiniones, argumentando oralmente sus puntos de vista.
- Dimensión: FORMACIÓN PERSONAL Y SOCIAL
- Ámbito: IDENTIDAD
  
- Contenido: Identificación y expresión de los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias tanto a través del lenguaje verbal como no verbal (juegos, dibujos, pintura, expresión corporal, etc.).



### **Propuesta de Actividades**

- **Actividad 1: ¿Qué siento yo?**

En familia disfrutarán del cuento **“Paula y su cabello multicolor”**, de Carmen Paret Luque.

<https://youtu.be/Ou4lewTLNds>

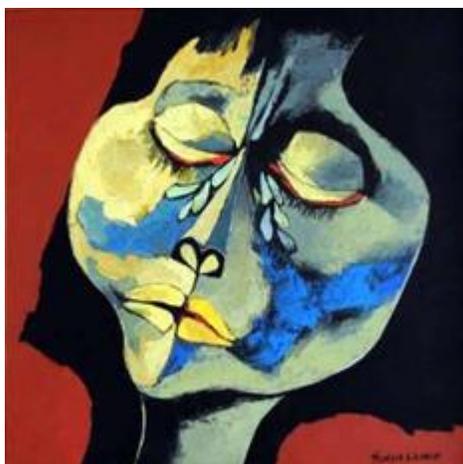
Luego de observar el video, junto a mamá recordarán que le sucedía a Paula y nombrarán cada emoción con su respectivo color; posteriormente mamá realizará algunas preguntas al pequeño como: ¿Qué situaciones o cosas lo hacen sentir alegre y cuáles tristes?, ¿Qué le causa miedo? ¿Y enojo?, continuarán conversando sobre qué cosas creen que hacen sentir a mamá, papá o los hermanos alegres, ¿y tristes? Por ejemplo, si ayudas en casa a mamá ¿Cómo se sentirá? y si rompieras un juguete de tu hermano ¿Cómo se sentirá él?, luego de responder, mamá preguntará ¿Cómo se sienten hoy?, ¿De qué color estaría su pelo hoy de acuerdo a lo que observaron en el video?

Finalmente, el adulto les dirá a los pequeños que todas esas sensaciones que sienten se llaman EMOCIONES, por último, realizarán un dibujo que refleje la emoción que están sintiendo y lo enviarán por WhatsApp para compartir con la señorita y compañeros.

- **Material:** Cinta de papel, tiza, silla o banco.

### ACTIVIDAD DE ARTES VISUALES - ANTONELLA FLORES - MICAELA CASTILLO

- **Ámbito:** Artes visuales: Plástica
- **Contenidos:** Procedimientos Bidimensionales: texturas visuales en producciones mediante diversas técnicas: pintura
- **Presentación:** Oswaldo Guayasamín nació en Quito, Ecuador, el 6 de Julio 1919. Artista plástico ecuatoriano Diplomado en la Escuela de Bellas Artes de Quito en pintura y escultura, realiza, a sus 23 años, su primera exposición. Una serie de viajes a través de América Latina le permiten encontrarse y sensibilizarse con los problemas de opresiones frente a la sociedad indígena, temática siempre presente en sus obras. Sus obras de arte estaban divididas en etapas y reflejaban las emociones.
- **Introducción:** Observamos las obras de Guayasamín:



¿Qué observamos en las imágenes? ¿Qué emociones hay en cada obra? ¿Cómo se ven esas personas? ¿Cómo nos hace sentir cada pintura? ¿Qué colores podemos ver?

**Producción:** Con mamá o papá recordamos que son las emociones, que nos producen y en qué momento nos pasa. A continuación, en una hoja blanca realizaremos dos dibujos de nuestro rostro eligiendo 2 emociones: Felicidad, enojo, miedo, tristeza. Finalmente pintaremos con la técnica esponjado, utilizando témperas de colores.

**Materiales:** Hoja blanca, esponja, témperas.

### ACTIVIDAD DE EDUCACIÓN MUSICAL - ELMER MEZA.

**Contenido:** Baile y Ritmo.

**Inicio:** Conoceremos las emociones desde la música, por medio del baile y del ritmo. Con la ayuda de nuestra madre o padre escuchamos la siguiente canción: <https://www.youtube.com/watch?v=uomoRN08>

Prestamos atención a la canción, intentamos cantarla y acompañamos con nuestras palmas.

- **Actividad 2: “¡Sin salamin, desaparece miedo de mí!” ...**

En esta propuesta, con ayuda de un adulto se realizarán las siguientes preguntas para indagar sobre lo trabajado en la actividad anterior: ¿Cuándo tienes miedo?, ¿Por qué?, ¿Cómo te sientes cuando tienes miedo?, ¿Y en el cuerpo sientes algo? (cosquillitas, dolor de panza, piel de gallina).

Posteriormente se construirá la “cajita come miedo” (pudiendo ser como muestran las imágenes) para que el niño introduzca en ella aquello a lo que le teme. Seguidamente, se le dará al pequeño una hoja en donde con ayuda de mamá dibujará a que le tiene miedo (por ejemplo, si el niño siente miedo a un payaso, una araña, una serpiente). Luego esos miedos dibujados, se introducirán en la caja diciendo las palabras mágicas: **“¡Sin salamin, desaparece miedo de mí!”**. Si el niño desea colocar otro dibujo sobre algo que le cause miedo en el transcurso de los días, se podrá retomar la actividad.

Para finalizar, se sacarán una foto con la “cajita come miedo” la cual se le enviará a la señorita, expresando que miedos pusieron en la cajita y cómo se sintieron.

**Materiales:** Caja de cartón, pegamento, tijera o cúter (que será usado por el adulto), papeles de colores, tapitas, fibras, témperas o con lo que cuentan en casa para decorarlas, y por último papel y colores para dibujar los miedos.



- **Actividad 3: "El Circo de Colores".**

Se propone escuchar en la siguiente actividad un bello cuento en compañía de la familia para su disfrute: "**Circo de Colores**". **(La docente enviará un audio narrando la historia).**

A continuación, junto con la familia comentaremos que nos habla el cuento y qué emociones aparecen en él. ¿Quién era la estrella del circo?, ¿Por qué se entristeció el Payaso?, ¿Qué provocaba en el público sus trucos de magia?, ¿Cómo se puso el Payaso al ver el circo con público?, ¿Cómo se puso su rostro al poder ver que todos sonreían?

Para finalizar y con ayuda de algún familiar, realizaremos con masa de sal un rostro de payaso con su gran sonrisa de felicidad pintándolo de colores. Para enriquecer la actividad se pedirá a los padres que manden la foto de la estrella del circo sonriente y feliz.

- **Actividad 4: ¡YA NO ESTOY ENOJADO!**

Observaremos el video **"Aprendiendo a controlar el enojo"** [https://www.youtube.com/watch?v=3syn\\_o5wju0](https://www.youtube.com/watch?v=3syn_o5wju0) Comentaremos en familia el vídeo: ¿Qué le contó el niño a sus amigos?, ¿Con quién se encontró?, ¿Qué hizo con ella? ¿Qué otras cosas hacían cuando se enojaba?, ¿Cómo aprendió a controlar su enojo?, ¿Qué hacen en casa cuando se enojan?, ¿Cómo hacen ustedes para calmarse cuando están enojados? Luego de conversar, mamá entregará una hoja al pequeño para que dibuje situaciones o momentos que le produzcan alegría y hacen desaparecer el enojo. Enviarán una foto para compartir con sus compañeros y señorita.

**ACTIVIDAD DE EDUCACIÓN MUSICAL - ELMER MEZA.**

**Inicio:** retomando lo de nuestra actividad anterior "las emociones desde la música, por medio del baile y del ritmo". juntos en familia escuchamos la siguiente canción:

<https://www.youtube.com/watch?v=cpr7ttt1sOQ>

- Bailamos la canción "El baile de las emociones" siguiendo los pasos que nos muestra el video.

**ACTIVIDAD DE EDUCACIÓN FÍSICA. PROF. ANDREA PLAZA**

- **Inicio:** Diversas formas de salto: en profundidad, largo y alto.
- **Desarrollo:** Entrada en calor: Movemos las manos hacia arriba y abajo, los brazos como las aspas de un helicóptero, las piernas hacia adelante y atrás, y nos paramos en puntita de pie. Se repite 3 veces con cada segmento.

Actividad principal: En el fondo de nuestra casa o en un espacio libre de peligro, con una tiza o cinta de papel marcamos en el piso una línea recta, otra línea curva y un cuadrado (**modo de hacerlo, ilustración en adjunto**). 1 ° vamos a juntar nuestros pies y trataremos de saltar de un lado a otro de estas líneas marcadas en el piso siempre intentando no tocarlas, ni caernos. después de hacerlo 2 veces vamos intentar saltar con un solo pie, si nos cuesta mantener el equilibrio podemos pedirle ayuda a un adulto, después lo hacemos solos. Para terminar, colocamos una silla o banco donde está dibujado el cuadrado, nos subimos en esta y vamos a saltar hacia el cuadrado vamos a caer flexionando solo un poquito las rodillas y terminamos flexionándolas por completo, a este ejercicio lo debemos hacer con mucho cuidado y siempre con la ayuda de un adulto.

Vuelta a la calma: Tomamos aire y nos inflamos con un globo de a poquito nos vamos desinflando hasta quedar totalmente acostados lo hacemos 2 veces.

- **Actividad 5:** “LA OCA DE LAS EMOCIONES”

Para jugar al juego “La oca de las emociones” se necesitará realizar un dado y un tablero ([La manera de confeccionarlo se enviarán en adjunto](#)).

Mamá u otro adulto le contará al pequeño cómo se juega al “**Juego la oca**”, le dirá que este juego posee reglas que se deben cumplir y explicará que para comenzar se ubicarán fichas en igual cantidad a los participantes en el tablero y se arrojará el dado sobre la mesa. Se juega por turnos, es decir de a uno a la vez y se moverá al casillero que éste indique, luego le tocará al siguiente jugador hacer lo mismo. Se continuará hasta que todos hayan tirado el dado, y se repite la ronda hasta llegar al final del recorrido.

Luego de explicado el juego original, se comenzará a jugar al **JUEGO DE LA OCA DE LAS EMOCIONES** el primero que arroja el dado deberá avanzar con su ficha, hasta la casilla según el número que le tocó y realizar una acción, gesto, o decir algo que represente la emoción de la casilla donde cayó, de esta manera lo hará cada jugador. El juego concluye cuando todos han llegado al último casillero expresando sus emociones

Finalmente, entre todos, compartimos la experiencia de haber jugado

- **Actividad 6: IDENTIFICAMOS LAS EMOCIONES.**

Junto a mamá o papá observamos las imágenes, conversamos sobre que se refleja en ellas, haremos preguntas guías tales como: ¿Qué muestra cada imagen? Esas personas que están ahí ¿Estarán felices, tristes, enojadas, asombradas o tendrán miedo?

Luego de esta conversación el adulto que los acompaña retomará las imágenes para que el pequeño hable de cada emoción contando de acuerdo a lo que observa, que momentos recuerdan en donde estuvieron alegres, tristes, enojados, con miedos, o cuando les gritaron o trataron mal. Finalmente la enviarán a la señorita por WhatsApp un audio contándole cómo amanecieron hoy. **(Imágenes en adjunto)**

**DIRECTIVOS A CARGO: Susana Cáceres – Marcela Yacante**