

ENI N 31" Patricias Sanjuaninas"

Docentes

Valeria Millán. Andrea Blanc
Dalila Olivares. Josefina Romero
Claudia Paz. Jorge Echegaray
Paola Correa
Noelia Montoro

Sección 4 Años

Turno Mañana y Tarde

Guía N 15

Título de la Propuesta " Conociendo mis emociones"

Contenido

Dimensión Formación Personal y Social, Ámbito Identidad Núcleo Reconocimiento y expresión de Emociones y Sentimientos



Capacidades Generales

- Comunicación
- Aprender a aprender

Capacidades Específicas

-Expresar por medio de distintos lenguajes, ideas, emociones, sentimientos y opiniones.

Valeria Millán, Dalila Olivares, Claudia Paz, Paola Correa, Noelia Montoro, Andrea Blanc, Josefina Romero, Jorge Echegaray

-Identificación de los propios sentimientos y emociones tanto a través del lenguaje verbal como no verbal

Actividades

Actividad 1

Inicio: en familia escuchamos y observamos el cuento sobre un dragón llamado Mom <https://youtu.be/cpr7ttt1sOQ>

Desarrollo: entre todos lo comentamos " El dragón Mom". Terminando el mismo se conversará sobre lo que le sucedía a Mom, ¿Al principio del cuento él sabía cómo se sentía? ¿Cómo estaba? ¿Cómo se dió cuenta que estaba triste? ¿Cómo dejó de estar triste?

Comunicación: se le preguntará al niño /a qué cosas lo ponen triste a él, ¿Cómo sabe que está triste? (Se puede recordar lo que le pasa al dragón y preguntarle si él siente identificado con esto ¿Cómo podemos ayudarlo para que no esté más triste y que esté feliz? El que quiera puede dibujar al dragón.



Actividad 2:

Dimensión Formación Personal y Social. **Ámbito:** Educación Física. **Contenido:** adquisición progresiva de diferentes formas de salto: en profundidad, en largo y en alto.

Comenzamos con música divertida de fondo, cada 10 segundos realizamos desplazamientos corriendo, saltando con uno y dos pies, caminando lento y rápido. Realizando movimientos articulares con los brazos y piernas.

1-dibujamos una línea con tiza, lana o cinta, nos acercamos y saltamos hacia delante de la misma con los dos pies juntos, luego con el pie izquierdo y por último con el pie derecho. lo realizamos 3 veces cada uno.

2-dibujamos dos líneas paralelas separadas, debemos realizar dos saltos seguidos

sobre las líneas, luego probamos hacerlo con pie y con el otro, terminamos imitando algún animal.

3-Buscar una superficie que tenga alrededor de unos 30cm de altura (escalón, cajón, etc.), nos paramos sobre la misma y realizamos un salto en profundidad, luego buscamos hacer la caída con un solo pie y después el otro, 3 veces cada uno.

4-realizamos 3 líneas paralelas en suelo, para pasarlas saltando de la siguiente manera; primer salto, lo realizamos con los dos pies a continuación con el pie derecho y por último con el izquierdo. 4 veces.

5-Trazamos una línea en el suelo con tiza o cinta, tomamos distancia de la misma, para realizar una carrera de aproximación y saltamos hacia delante lo más lejos posible, se recomienda esta actividad que sea realizada primero por el adulto para que el chico lo imite, buscando motivarse mutuamente. Lo realizamos al menos 5 veces, ¡pueden seguir saltando las veces que quieran.! Finalmente nos ubicamos parados con los dos pies juntos, brazos extendidos hacia arriba, tomamos mucho aire y lo soltamos al bajar los brazos lo más que podamos, realizamos 3 veces.

Actividad 3:

Inicio: preparamos un lugar donde podamos movernos sin golpearnos, le contamos al pequeño que bailaremos " El baile de las emociones" para esto debemos imitar los gestos y acciones del vídeo. Invitamos a toda la familia a participar.

<https://youtu.be/6N8oTvIsMMU>

Desarrollo: se colocará la música y se empezará a bailar, imitando las expresiones y movimiento.

Comunicación: terminando el baile, se descansará y se le preguntará al niño cómo se sintió, si estuvo divertido , que emoción le gustó a él más representar .

Jugamos a realizar diferentes emociones con la cara.

Actividad 4

Ámbito MÚSICA

Contenido Género y Estilo, carácter, Instrumentos musicales: cordófono frotado, violín.. Articulación con Educación Emocional.

ACTIVIDADES:

1- Vamos a seguir aprendiendo sobre las emociones, en el siguiente video vemos un niño pequeño con su padre que experimentan distintas emociones todos los días al ir al trabajo y la escuela.

<https://youtu.be/L5OSKf74dss>

2- Luego de ver el video responde: ¿Cómo se sentía el niño en la escuela? ¿Cómo se sentía el padre en el trabajo? ¿Qué era lo que se detenía a mirar en la plaza camino a la escuela? ¿Conoces el nombre del instrumento que toca el músico en la plaza? Es un instrumento de cuerdas frotadas (violín) volviendo a las emociones ¿Sabías que cuando estamos tristes necesitamos un abrazo y que las personas que nos quieren y queremos nos comprendan y estén cerca para ayudarnos a estar mejor?

Actividad 5

INICIO: en familia prepararán un lugar tranquilo para escuchar un hermoso cuento.

"Cuando estoy contento": <https://www.youtube.com/watch?v=oPZe9MobiS8>

DESARROLLO: Se conversará en familia sobre el mismo

¿Qué le pasaba al conejo? ¿Porque estaba contento? ¿Por qué siempre estaba feliz? ¿Qué le gustaba hacer?

COMUNICACIÓN: ¿Qué sienten cuando están alegres? ¿Y qué cosas les hacen sentir alegres?

En una hoja dibujar una situación en la que te sientas muy alegre.



Actividad 6

INICIO: ¿Cómo me siento hoy? <https://www.youtube.com/watch?v=2090NXEXvPQ>

Escuchamos la canción ¿Cómo me siento hoy? En un lugar cómodo donde puedan Mover todo el cuerpo.

DESARROLLO: ¿Cómo nos sentimos hoy? ¿Qué es estar triste? ¿Qué es estar feliz? ¿Qué emociones se escuchaban en la canción? Conversamos sobre todas estas emociones.

COMUNICACIÓN: Dibujo cómo me siento hoy y lo comparto en el grupo de compañeros expresando esa emoción.

Actividad 7

Dimensión Formación Personal y Social. **Ámbito:** Educación Física. **Contenido:** adquisición progresiva de diferentes formas de salto: en profundidad, en largo y en alto.

Material para la clase: zapatillas, escalón, cajón, tiza, cinta, cordón, etc.

Empezamos la clase moviendo todo nuestro cuerpo junto con el adulto o hermano/a que nos acompañe, realizamos círculos con nuestros brazos, luego con nuestras piernas, saltamos por la casa en distintas direcciones con un pie luego con el otro y los dos juntos. Si quieren pueden poner música de fondo que más les guste.

1-Con una tiza o cinta dibujamos un cuadrado, y vamos a saltar con los dos pies juntos hacia adentro y afuera, utilizando saltos para delante atrás y de forma lateral. 4 veces para cada lado

2-Realizamos la misma actividad pero con un solo pie. 4 veces con cada pie. Saltamos libremente por toda la casa con un pie, e imitando algún animal.

3-Buscamos saltar diferentes alturas, (escalón, madera, cajón, etc) con la ayuda de un adulto.

4-Ubicamos 4 obstáculos (libros, zapatillas, etc) uno seguido de otro con una distancia de 20cm aproximadamente, y realizamos saltos, combinando un pie, el otro y ambos, pasando por arriba de los mismos, finalmente nos ubicamos parados con los dos pies juntos, brazos extendidos hacia arriba, tomamos mucho aire y lo soltamos al bajar los brazos lo más que podamos, realizamos 3 veces.

Actividad 8

Vamos a conocer un poco más del violín. Miramos el siguiente video:

<https://youtu.be/h1Pa2QW2VvU>

¿Cómo crees que se siente esta niña cuando toca su violín?

Todas las consultas que tengan pueden consultar al mail de la profesora

avaleriablanc@gmail.com.

Actividad 9

Inicio: ¿Qué sentimos cuando escuchamos música?

Buscaremos un lugar tranquilo y nos sentaremos con alguien que nos acompañe.

Desarrollo: Escucharemos la siguiente melodía y le contaremos a quien nos acompaña en qué cosas nos hace pensar o qué nos hace recordar.

<https://youtu.be/m--l61cPzJY> ¿Qué podemos hacer cuando nos sentimos tristes?

Hablarlo y buscar soluciones. Una solución puede ser recordar cosas que nos ponen feliz.

Comunicación: Realizaremos en una hoja un hermoso dibujo con las cosas que nos hacen feliz y lo colocaremos en la habitación para poder mirarlo cada vez que

estemos triste (la persona que nos acompaña también puede dibujar que la hace feliz)..

Actividad 10

Inicio: Cuando nos sentimos felices cantamos, bailamos, dibujamos. Para poner a otra persona feliz, ¿qué podremos hacer? Buscamos un papel no muy grande, colores, una cinta y un globo.

Desarrollo: Dibujaremos algo bonito y que nos haga feliz. Luego realizaremos un rollito con el dibujo. Le pediremos a alguien mayor que infle el globo y ate el rollito.

Comunicación: Un día que corra una pequeña brisa soltaremos nuestro globo al viento que se llevará nuestro dibujo y se lo dará a otra persona, quien lo encontrará y será feliz con nuestro dibujo. Variante: si no encontramos un globo podemos darle a algún mayor el dibujo para que lo deje en algún banco de una plaza, así otra persona lo encontrará y será feliz con él.

Actividad 11

15

"Muñecos y Muñecas"

Contenido: Trimención - Volumen

Pueden hacer antes de comenzar un ejercicio de movimiento, pueden utilizar uno de los que hemos hecho antes (5 y 7 minutos) Enlace : <https://youtu.be/A-qW1nw1PU4>

Vamos a elegir un lugar para realizar la vivencia, limpiarlo y delimitarlo

MATERIALES: Hoja de papel blanco como papel afiche, papel crepe, pañuelos descartables o servilleta, lana, elastiquín (si tienen) fibras, Hisopos (o palillos) cintec, tijeras

1 Doblamos varias veces el papel hasta que nos quede un rectángulo de 3cm aprox. por 30 cm aprox. Lo dividimos a la mitad con la lana (Pelo)

2 Cortamos la lana del pelo. Armamos la cabeza con lana o un elastiquín

3 Con un Hisopo armamos las manos y con otro los dos pies. Pegamos (cintec). Pintamos la cara (fibras) y cortamos para separar las piernas (muñecos)

Pintamos el cuerpo como mas nos guste , con pantalones o polleras !!! Fácil y divertido, para hacer varias/os y jugar !!!

Si no nos reímos mientras lo hacemos, es mejor hacerlo en otro momento

Directora : Claudia B. Albar Díaz