

## E.N.I. N° 15 “TULUM”

**Docentes:** María Inés Arias – María Cecilia Gamero – Tania Gómez – María Lorena Macia

**Educación Musical:** Mayra Almirón

**Artes Visuales/Plástica:** Alejandra Giménez

**Educación Física:** Soraya Serú

**Salas:** 4 Años – **Turnos:** Mañana y Tarde

**Fecha:** Semanas del 24 de Agosto al 04 de Septiembre de 2020

**Guía N° “11” – Secuencia Didáctica:** “Descubriendo mis emociones”

### Actividades de Rutina:

➤ LAVARNOS LAS MANOS CON FRECUENCIA:

Muchas veces al día, Nos lavamos con abundante agua y jabón las manos. Antes de cada comida, antes de tocarnos la cara, después de ir al baño. etc.

- NOS LAVAMOS LOS DIENTES: intentamos hacerlo solitos, ponernos pasta dental, le preguntamos a mamá como lo hacemos y lo empezamos a practicar de a poco no olvidemos higienizar bien el cepillo después de lavarse.

La rutina es al levantarnos, después de cada comida, antes de acostarnos, recordar bien el lavado (por arriba, por abajo, al costado, al otro) etc.

- DESAYUNAR Y/O MERENDAR: solitos pondremos en la mesa, el mantel, servilleta, vaso, y plato. Para esperar a mamá que nos prepare la merienda o desayuno, puede preparar algo calentito bien rico... luego solos también levantarla.

- Ayudar en casa, con el orden de los juguetes, la ropa, zapatillas, y el de los materiales de las tareas, podemos poner música mientras lo realizamos. Así es más divertido. Después de tanta actividad



los invitamos a los papás que a manera de “premio” les lean un cuento por haber realizado las tareas con éxito, busquen en casa el que más les guste.

- PREPARAR LA CENA: Algo divertido fácil y económico, si les quedo pan redondito



del día anterior o les sobro del almuerzo, invitamos a algún hermano u otro integrante de la familia que nos ayuden a rebanarlo, lo ponemos en la olla u horno hasta que este un poquito tostado, le pedimos queso y salsa a mamá y le colocamos arriba, lo dejamos un rato más y quedan unas riquísimas pizzetas, si llegan a tener aceitunas, arvejas, limones, lo podemos decorar como esta en la imagen

### Secuencia Didáctica: “Descubriendo mis emociones”

**Dimensión:** "Formación Personal y Social" – Ámbito: Identidad – Autonomía – Convivencia

**Contenidos:**

- Independencia y autonomía en el accionar cotidiano.
- Manifestación de sus emociones y el aprendizaje de la tolerancia de sus frustraciones.
- Creación y/o aceptación de normas, pautas y límites.

**Actividades:**

**Día 1:** en familia, observarán el video: "¿Para qué sirven las emociones?"  
<https://www.youtube.com/watch?v=zhp2E6FL3kw>

Luego, conversarán: ¿cómo me siento cuando estoy feliz? ¿Y cuándo estoy triste? ¿Y qué pasa si estoy enojado? Con ayuda de la familia, anotarán en una hoja las respuestas de los niños y le enviarán a la docente un video del relato de los pequeños y una foto con el listado de respuestas.

**Día 2:** Identificamos las emociones primarias: Alegría, tristeza y enojo. Los pequeños



observarán las imágenes y dirán que significa cada una y en qué momentos se sienten de esta manera. Luego, cada imagen, será interpretada con gestos frente a un espejo. El objetivo de esta actividad, es que aprendan a identificar cada una de las emociones con expresiones faciales y corporales. Con ayuda de un mayor, le enviarán fotos a la señorita con la expresión de cada imagen.

**Área: Educación Física**

**Contenidos: Habilidades motoras básicas de tipo locomotivo y no locomotivo**

- Transporte de personas y objetos diversos. Transportar compañeros y objetos en forma individual y colectiva. - Exploración de diferentes formas de equilibrio del cuerpo y de los objetos, variando apoyos, posiciones, planos, superficies, etc.

**Actividad n° 1: ¡Heladero!** : Colocan en el suelo las pelotas de media juntas que representan



sabores de helado. Los/as niños/as deberán recoger de a una las pelotas y llevarlas hasta el tubito de cartón y colocarlo en uno de los orificios de este para armar el helado (pueden ser vasitos de plástico o tubos hechos con hojas de papel y cinta) y luego llevar el helado armado hasta la mesa o caja ubicados

en distintos lugares, pero ¡¡cuidado que no se caiga porque hay obstáculos!! Pueden empezar primero con las dos manos y luego con una u otra mano solamente. **¡A jugar!**



### **Día 3: ¡A disfrutar de una película en familia!**



Podrán preparar pochoclos y mirar juntos la película “**Intensamente**”. Al finalizar, preguntarán: ¿Cómo es Alegría? ¿Y Furia? ¿Y Temor? ¿Y cómo es Desagrado? ¿Y tristeza? ¿Se animan a dibujarlos? Le envían a la señorita una foto del dibujo de cada uno de los personajes.

**Área:** Artes Visuales/Plástica - Dimensión Comunicativa y Artística - Ámbito: Artes visuales Núcleo: producción, apreciación, contextualización. **Contenido:** Colores: identificación, asociación/ Color y técnicas: exploración de diferentes herramientas. Soplado. Estampado.

**Actividad N°1: “jugamos con colores”:** ¡Jugaremos al twister!! Para ello necesitaremos:



círculos de colores (pueden ser de cartulina o realizarlos con tizas) música divertida y toda la familia lista para jugar. El juego consiste en colocar círculos de colores en el suelo (podemos pegarlo con cinta para que no se muevan) y los chicos deberán seguir las instrucciones de un adulto. Por ejemplo: se colocará la música y cuando se corte se les dirá: “un pie en el círculo verde” y así sucesivamente con cada color y parte del cuerpo. Al terminar podemos dibujar los círculos de colores en una hoja con crayones. ¡Es un juego muy divertido!

### **Día 4: “Diccionario de emociones”**

En familia, armarán su propio diccionario de emociones. Para ello, necesitarán recortes de diarios o revistas, hojas, lápices o marcadores, plasticola y mucha imaginación. Elegirán recortes de personas expresando una emoción, los niños deberán identificarla y dirán que significa para ellos, como se manifiesta en nuestro cuerpo, que cosas nos produce dicha emoción, que pensamientos y que podemos hacer al sentirlas. Con ayuda de un mayor, le enviaran fotos a la señorita del diccionario terminado.

### **Área: Educación Musical. Título de la propuesta: “Intensidad del sonido”**

**Contenidos:** Rasgos distintivos del sonido: Intensidad: Fuerte – Suave. Textura del sonido: Grafías analógicas.

#### **1° Estimulo:**

- Escuchamos atentamente la canción “Una estrellita”.

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=FWgI3pEzt04>. Busca un crayón, tiza, lápiz o marcador de color. A continuación, busca un pizarrón o un papel donde puedas dibujar. Volvemos a escuchar la canción y dibujaremos las estrellas que salen en la canción.

- Escuchamos la siguiente melodía prestando atención donde suena suave o fuerte.

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=WK9Ra098yuI>. Buscamos una cartulina o afiche y marcadores de colores. Lo colocamos en la mesa o en el piso si te es más cómodo. Elegimos un color para los sonidos fuertes (fuertes) y otro color para los pianos (suaves). Volvemos a escuchar la melodía y representamos cada intensidad con una figura.

Forte:   
Piano: 

### **Día 5: ¡Hoy me siento...!**

En familia, elaborarán un panel de emociones, utilizando imágenes de diferentes “emojis” que pueden buscarlos en diarios o revistas, imprimirlos o dibujarlos. Pueden colocarlo en la puerta de su dormitorio, en la heladera o en el comedor. Cuando se levanten puede indicar como se sienten, y luego de cada actividad que realicen en el hogar, (jugar, bañarse, colaborar con las tareas, etc.) comentarán que emoción sintieron. Le pedirán a mamá, que le envíe a la señorita una foto del panel terminado y un audio expresando sus sentimientos y emociones.



### **Día 6: “TA-TE-TI de las emociones”**



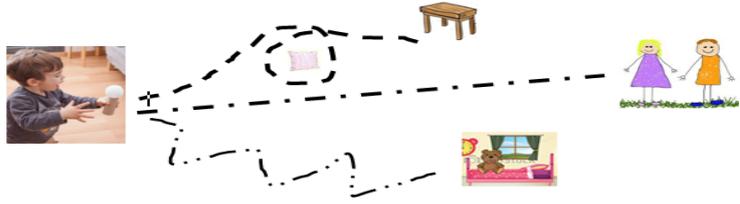
El juego consiste en dibujar dos líneas horizontales y dos líneas verticales formando una cuadrícula de 9 espacios. Podrán elegir dos emociones (por ejemplo: Alegría y Tristeza) y dibujarlos o recortarlos. Se necesitan en total 6 piezas (3 de cada emoción). **¡A jugar!**

### **Área: Educación Física**

#### **Contenidos: Habilidades motoras básicas de tipo locomotivo y no locomotivo :**

Transporte de personas y objetos diversos. Transportar compañeros y objetos en forma individual y colectiva. - Exploración de diferentes formas de equilibrio del cuerpo y de los objetos, variando apoyos, posiciones, planos, superficies, etc.

**Actividad N° 2:** Delivery de helados: Realizarán tarjetas pequeñas con distintos dibujos, por ejemplo con personas de la casa (mamá, papá, abuelo, hermanos) una mesa, una silla, la cama, lo que quieran y se colocan todas juntas cerca de las pelotas de media y los tubos de cartón. ¿Cómo jugar? Se le muestra una de las tarjetas al azar y cada niño/a tendrá que armar el helado y llevarlo al lugar que salió en la tarjeta. **¡A jugar!**



**Día 7: ¡Bingo de las emociones!** ¡Un juego sencillo, pero bien entretenido!

No tiene más misterio: cada jugador tiene un tablero y se van sacando las tarjetas de emociones y poniendo una marca en la que es igual en nuestro tablero. Gana quien primero tiene una línea (horizontal o vertical) llena. **La docente enviará la imagen del tablero del Bingo por WhatsApp para que la tengan como modelo para dibujarla.**



**Área: Artes Visuales/Plástica:**

**Actividad N° 2: ¡Pintaremos con burbujas!** Para ello necesitaremos: hoja blanca/ burbujero



(se puede hacer casero con un alambre con un círculo arriba, protegiendo la punta con cinta de papel) /recipientes/ detergente para platos/ pintura: colorante vegetal, ténpera, sobre de jugo o polluelo, la pintura que tengamos en casa.

Papel de Diario. En los recipientes pondremos el detergente y un poco de pintura, revolvemos hasta que se mezcle todo. Colocaremos el papel de diario en la mesa para protegerla y arriba ubicaremos la hoja blanca. Insertamos el burbujero en la mezcla, retiramos y soplamos sobre la hoja. A medida que las burbujas golpean el papel y estallan, dejarán patrones interesantes. Repitan con otros colores. ¡Es muy divertido!

**Día 8:** Cuento: **¡El Guardián del Bosque!** Observarán con atención el siguiente video: <https://www.youtube.com/watch?v=H5PliiCygno> . Luego, conversarán acerca del mismo y dibujarán la parte final del mismo, cuando el amor transforma el bosque en un arco iris lleno de colores. Le enviarán a la señorita una foto del dibujo.

**Día 9:** Juego: "Soy Tú" (para empatizar con el otro)

Este juego es fantástico para empatizar con los hermanos o integrantes de la familia. Es tan simple como hacer una serie de tarjetas con preguntas simples como: "color preferido",

"comida que no te gusta", "canción favorita", "juego o juguete preferido", etc. El juego consiste en hacer tarjetas con preguntas, colocarlas boca abajo y por turnos, irán tomando una tarjeta y deberán responder a dichas preguntas, pero como si fueran el otro, de este modo nos ponemos en la piel de los demás, pero a la vez fomentamos el conocernos más entre nosotros, así como el propio autoconocimiento. Luego, le enviarán a la señorita un video mientras realizan el juego.

### **Día 10: ¡Relajación para niños!**

A continuación, les proponemos realizar diferentes técnicas para ayudar a los niños a canalizar sus emociones:

**Técnica del globo:** Es una actividad que se puede hacer tanto de pie, como sentados o acostados. ¿Qué pueden hacer?: Primero, dirán al niño que imagine que es un globo. Es decir, tendrá que hincharse y deshincharse como si fuese un globo. Para esto, dirán que inspire profundamente hasta llenar los pulmones y notar su panza hinchada. Luego, tendrán que pedirle que exhale muy despacio hasta sacar todo el aire. Hagan que repita estas mismas acciones por algunos minutos.

**Técnica de la tortuga:** es un método sencillo que le permitirá al niño manejar sus emociones negativas que aparecen durante una rabieta o disgusto. ¿Qué pueden hacer?: Decirle al niño que se convierta en una tortuga y explicarles que cuando las tortugas se sienten amenazadas, se meten dentro de su caparazón. Entonces, cuando el niño o niña sienta que no puede controlarse, debe convertirse en tortuga y entrar en su caparazón. Cuando esté dentro, podrá hacer un pequeño ejercicio de respiración profunda y pausada. Mientras lo hace, podrán decirles que imaginen cosas que les gusten y los ponen felices.

### **Área: Educación Musical**

#### **2° Estimulo:**

- Escucha atentamente la melodía “Marcha Radetzky” Link: <https://www.youtube.com/watch?v=MobMllyybnS> .Busca una pelota y ponla a rebotar con sonido forte (fuerte) y con sonido piano (suave), comparando la fuerza necesaria para cada acción.
- Escuchamos la siguiente melodía “Forte piano” Link: <https://www.youtube.com/watch?v=lUYEvCly8Fo>. Buscamos el tambor que construimos y lo hacemos sonar fuerte y suave siguiendo la melodía.

**Equipo de conducción: Directora: María Isabel Verderrama. Vice directora: Vanesa Agud**