

8

Grados 1 y 2

Guía para los **docentes**

Viaje de emociones

Aprende en casa con **Maloka**



Apuntes para la enseñanza





Aprende en Casa con Maloka es una iniciativa en alianza entre la Secretaría de Educación del Distrito y Maloka. Se ofrece al público bajo licencia **Creative Commons BY-NC-SA 4.0**, que permite adaptarla y desarrollar obras derivadas, siempre que los nuevos productos atribuyan la obra principal a sus creadores y se publiquen de forma no comercial bajo la misma licencia.



Equipo Corporación Maloka

Adriana Correa Presidente Ejecutiva | **Sigrid Falla** Directora de Arquitectura de Experiencias | **María Angélica Múnera** Coordinadora de investigación y contenidos | **Édgar Sáenz** Coordinador de Museografía y Arte | **Equipo educativo** Dalia Cantillo, Diego Corrales, | **Edición** Marco Cardona | **Diseño y diagramación** Sebastián Gutiérrez, Kelly Barrera, Jairo Velasco | **Corrección de estilo** Tatiana Lizarazo

Equipo Secretaría de Educación del Distrito

Secretaría de Educación del Distrito **Edna Cristina Bonilla Sebá** | Subsecretario de Calidad y Pertinencia **Andrés Mauricio Castillo Varela** | Directora de Ciencias, Tecnologías y Medios Educativos **Ulía N. Yemail** | Directora de Educación Preescolar y Básica **Nisme Pineda**
Equipos pedagógicos de las Direcciones de Ciencias, Tecnologías y Medios, y de Educación Preescolar y Básica

Viaje de emociones

Grados: 1 y 2

Objetivo: Reconocer las emociones que se producen en las personas al exponerse a diferentes situaciones cotidianas.

Planificación de aula

No. guía	Pregunta generadora	Conceptos estructurantes	Habilidades y actitudes	Estándares asociados	Acciones de pensamiento y producción (EBC) ¹	Recursos
8	<p>¿Qué emociones se generan al realizar diferentes actividades cotidianas?</p> <p>¿Cómo relacionamos emociones con los órganos de los sentidos?</p>	Emociones Reacciones Emociones y sentidos	<i>Explorar</i> diferentes situaciones en las que se pueden valorar las emociones y <i>promover el cuidado propio y colectivo</i> .	Me identifico como un ser vivo que comparte algunas características con otros seres vivos y que se relaciona con ellos en un entorno en el que todos nos desarrollamos	<p>Observo mi entorno</p> <p>Registro mis observaciones en forma organizada y rigurosa [...], utilizando dibujos, palabras y números.</p> <p>Escucho activamente a mis compañeros y compañeras y reconozco puntos de vista diferentes.</p>	Colores, lápiz, borrador, tajalápiz, escarcha, pegante, papel iris, cartulina, marcadores, lapiceros, guía de niños y niñas No. 7, entre otros.

Propuestas para la interdisciplinariedad

- *Reconocimiento de las emociones básicas* (alegría, tristeza, rabia, temor, asco) y las formas de manifestarse en las personas.
- *Expresión de sentimientos y emociones* mediante distintas formas y lenguajes (gestos, palabras, pintura, teatro, juegos, etc.).
- *Comprensión de acciones* que pueden afectar a las personas del entorno y a uno mismo.
- *Establecimiento de relaciones* entre los sentidos y las emociones.

¹ Los estándares asociados y las acciones de pensamiento y producción han sido tomadas de los Estándares Básicos de Competencias (EBC).



Introducción

Cuando inició la emergencia sanitaria por COVID-19 nos invadieron un sinnúmero de emociones y a medida que pasaba el tiempo su intensidad fue variando. Así que algunos experimentamos tristeza, ira, alegría, miedo, aversión y demás. Otros pudieron haber experimentado sensaciones como dolor en el pecho, obstrucción en la garganta, temblor en las manos o sudoración excesiva. Estas son algunas manifestaciones de las emociones. Quizá algunas personas lo sintieron, pero otras pudieron vivir sin mayores efectos durante el aislamiento social, porque definitivamente no tenemos las mismas formas de manejar las emociones. Y en este contexto, ¿qué sucede con los niños y niñas? Es importante desarrollar actividades que les permitan comprender cómo se relacionan las emociones y las sensaciones, y la forma como se producen en nuestro cerebro.

Sugerencias para la enseñanza

En la guía de niños y niñas No. 8 se plantea una actividad para que los estudiantes identifiquen emociones que surgen en situaciones cotidianas, como sentir miedo al entrar a un cuarto oscuro y las respectivas maneras de asumirlo. A partir de esto, en la presente guía se plantean actividades que pueden ser estructuradas por los docentes para que los estudiantes reconozcan sus emociones más frecuentes y las de sus familiares o cuidadores. Asimismo, se busca ofrecer alternativas para conversar acerca de las reacciones que pueden generarles daño a niños y niñas y a quienes los rodean.

- Oriente a los estudiantes para realizar una actividad de asociación entre los sentidos y las emociones. Para ello, proponga que hagan dibujos de cada uno de los sentidos con sus respectivas emociones relacionadas. Luego indíqueles que hagan asociaciones entre sabores, sonidos u olores y las emociones. Por ejemplo, el sabor de la tristeza o el olor de la felicidad. Luego de hacer este ejercicio, invítelos a representar gráficamente las asociaciones que han realizado y que busquen un espacio en sus casas en el cual puedan hacer un **mural de los sentidos y las emociones**.

Recuerde que...

La sinestesia es una figura literaria que consiste en atribuir una sensación a un sentido que no le corresponde, como el sabor de un sonido o el color de una textura. Puede partir de allí para hacer exploraciones creativas previas a la elaboración del mural.



- Motive a los estudiantes para que, en el proceso de identificación de sus emociones, piensen en situaciones hipotéticas que los lleven a verbalizar cómo se sentirían si las estuvieran viviendo. Para ello, propóngales que construyan una **caja de emociones**, la cual funcionará como un juego de tarjetas a partir de las cuales pueden hacer mímicas o representar emociones con íconos. Promueva que las tarjetas se diseñen con base en situaciones que se pueden vivir en su entorno. Por ejemplo, cómo se sienten cuando ven que un niño maltrata a un animal y cómo relacionan esto con los gestos de sus rostros. Promueva un espacio para que compartan de forma virtual sus ejercicios.
- Invite a niños y niñas a construir **máscaras de sentimientos**. Inicialmente, propóngales que dialoguen sobre los tipos de máscaras que conocen y las que han visto durante los últimos meses, por ejemplo, máscaras médicas, máscaras de Halloween, máscaras para la limpieza de espacios cerrados, etc. Motívelos para que conversen sobre la utilidad de estas máscaras cotidianamente y pida que planteen posibilidades para usar las que crearon. Invítelos a buscar materiales reutilizables como periódico o platos desechables, pegante, pinceles y témperas para dar cuenta de los gestos que hacen cotidianamente cuando exploran su entorno. Luego de elaborarlas, proponga que planeen diferentes formas de usarlas con sus familiares o cuidadores, como adivinar los sentimientos representados, hacer un veo-veo o representar guiones de teatro, entre otras.

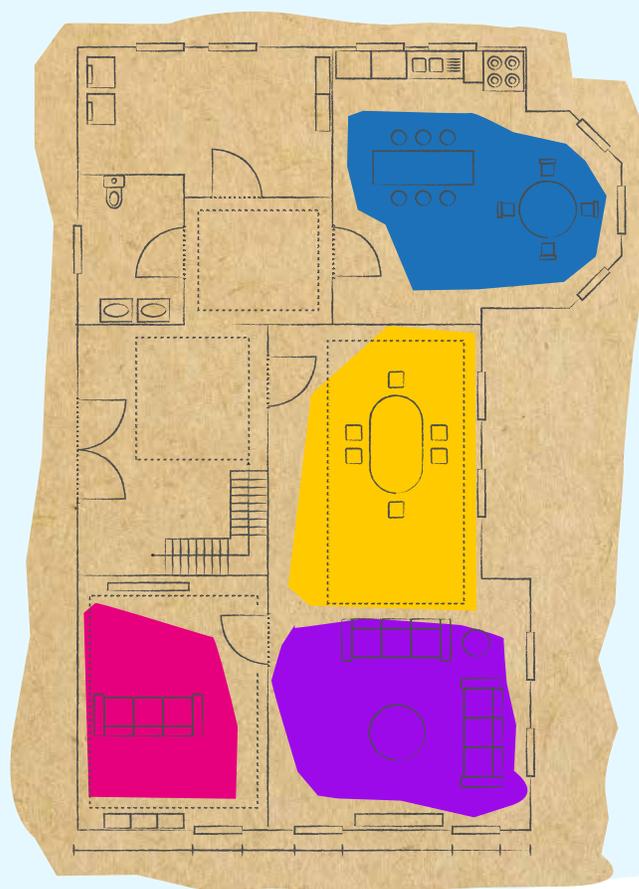
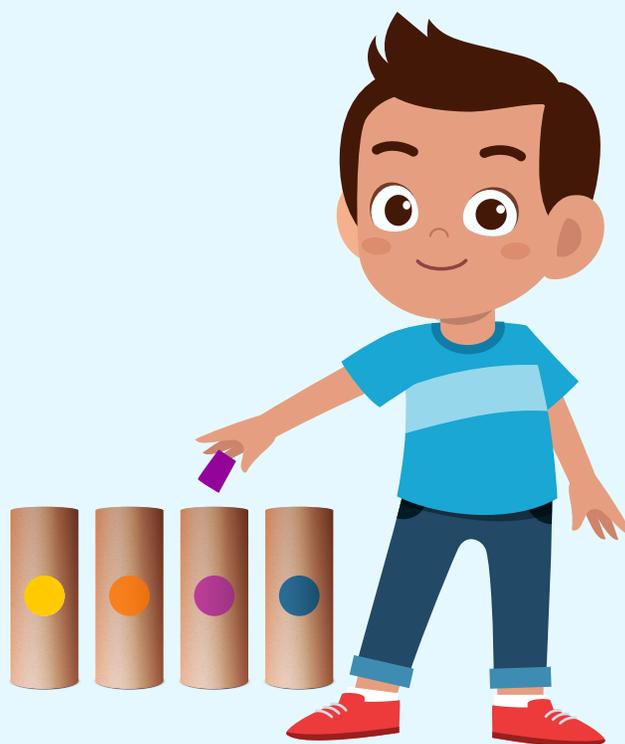
Recuerde que...

Todas las emociones están asociadas a respuestas psicológicas, fisiológicas y conductuales, pero no todas las personas tienen la misma reacción ante una emoción determinada. De esta manera, ante el miedo algunas personas pueden reaccionar sudando, otras gritando y otras no tener ninguna respuesta evidente.

Tenga en cuenta

Sin darnos cuenta, cotidianamente asumimos actitudes y posturas que se transforman en máscaras sociales con las cuales nos relacionamos. En muchas situaciones encasillamos a los otros en estereotipos que representan estas máscaras, lo que puede impedir que reconozcamos a las personas como seres únicos en un grupo diverso y valioso.

- Proponga a los estudiantes un ejercicio de identificación de sus estados de ánimo. Para ello pueden hacer un **tanteador de emociones**. Este artefacto se compone de un conjunto de tubos de cartón (pueden ser de papel de cocina o de papel higiénico) que son identificados con colores diferentes según la emoción (por ejemplo, la tristeza en el tubo azul, la alegría en el tubo amarillo, el temor en el tubo anaranjado, y así sucesivamente). Oriente a los estudiantes para que recorten fichas de papel de diferentes colores acordes con los tubos y que, cada vez que identifiquen en ellos una emoción distinta, depositen en el tubo correspondiente la ficha indicada. Sugiera que luego de una semana vacíen los tubos y analicen cómo fueron sus estados de ánimo. Pueden conversar en familia sobre la variabilidad de las emociones y trabajar en conjunto para tantear las emociones de todos.
- Proponga a sus estudiantes que hagan un **mapa emocional** en su casa identificando los distintos espacios que hay en ella y las emociones con las cuales los relacionan. Por ejemplo, para algunos la sala representa la alegría porque es un lugar de reunión. Invite a los estudiantes a que, luego de hacer el mapeo, lo representen a partir de una cartografía de colores en la cual muestren los distintos espacios de la casa y se evidencien las emociones más recurrentes en ellos. Propóngales que compartan con sus familiares y cuidadores si estos espacios tienen el mismo significado emocional para ellos e invítelos a reflexionar acerca de las diferentes percepciones.





Recursos y bibliografía para docentes

1. *Ciencia de las emociones: los secretos del cerebro y sus sentimientos*. Libro en formato PDF.

Haga clic aquí.

2. *El individuo y sus máscaras*. Documento para docentes

Haga clic aquí.

3. *Aprendiendo sobre las emociones: manual de educación emocional*.

Haga clic aquí.

4. Cuaderno de actividades de educación emocional.

Haga clic aquí.



Recomendaciones finales

Recuerde que usted puede proponer otras maneras de desarrollar habilidades y actitudes científicas ampliando, adaptando o modificando la propuesta "Aprende en Casa con Maloka".

Las emociones son inherentes al ser humano y diariamente nos encontramos expuestos a diferentes situaciones que nos generan diversas sensaciones. Por ello, es importante comprender cómo respondemos ante diferentes situaciones y evaluar si podríamos causar daño a otros con nuestras reacciones. Déjenos conocer qué hacen sus estudiantes para identificar sus emociones y aprender a gestionarlas. Puede contactarnos en el correo electrónico aprendeencasa@maloka.org o visitar los microsítios

www.encasaconmaloka.org

<https://www.redacademica.edu.co/estrategias/aprende-en-casa-con-maloka>