



ACTIVIDADES PARA SEMANA DE REENCUENTRO EDUCATIVO

PRIMER CICLO

Viernes 07 de marzo:

Objetivo: Reforzar la identificación de las emociones básicas y el manejo de alguna de ellas.

Actividad: “CUANDO ESTOY ENFADADO O ENOJADO”:

Pasos:

- La profesora comenzará reflexionando sobre las emociones, los tipos de emociones y describirá alguna de ellas como: la alegría, la tristeza y destacará el enfado o enojo, indicando que existen situaciones que nos harán sentir diferentes emociones, unas agradables y otras desagradables pero que todas son útiles y nos ayudan para nuestro desarrollo social y emocional.
- Posteriormente, la docente proyectará el video adjunto en el correo “Cuando estoy enfadado”. <https://youtube.com/watch?v=1bBuarmeKgk&feature=shared>
- Luego que los estudiantes visualicen el video, la profesora les indicará que existen diversas formas de calmar o controlar nuestro enojo o enfado, por ejemplo: hablar con alguien que queremos, respirar profundo, estar en mi lugar favorito, caminar, etc.
- Una vez realizada la reflexión, la docente entregará una ficha a cada estudiante, donde deberán dibujar o escribir que cosas les hacen sentir mejor cuando están enfadados o enojados.
- Luego con el objetivo de conocer que formas o maneras tienen los estudiantes para regular el enfado o enojo, es que cada alumno expondrá al grupo curso la forma que ellos tienen o prefieren para calmar su enojo o enfado. Se sugiere a la docente o asistente de sala poder registrar dicha información, la cual puede ser útil en algún momento de enfado o enojo de sus estudiantes.
- Para finalizar todo el curso practicará una estrategia para calmar el enojo o enfado descrita en el PPT adjunto en el correo.
- Además, se entregará a cada curso un afiche sobre la estrategia de respiración de la abeja para ser publicado en el mural o pared de la sala, así podrán recordar dicha estrategia cada vez que algún estudiante o docente lo necesite.

Materiales:

- Ficha para dibujar o registrar estrategias o formas de como ellos regulan el enojo o enfado.
- PPT estrategia de calma.