

## Para empezar

### Ideas principales

- Compasión significa que nos importa cómo se siente otra persona.
- Cuando se siente empatía por una persona, la compasión es una buena manera de demostrarlo.
- Se puede mostrar que nos preocupamos por alguien diciendo o haciendo algo amable.

### Palabras clave

Importar, interesarse, ayudar, compasión

### Objetivos

Que las niñas y los niños:

1. Identifiquen que escuchar y ayudar son maneras de mostrar que alguien nos importa.
2. Demuestren interés por las demás personas y les ayuden como respuesta a distintas situaciones.

### Materiales para la semana

- Día 1: foto de la Semana 10, Títeres Animado y Tímido, venda, “Canción del estudiante” y “Canción de los sentimientos”.
- Día 2: foto de la Semana 11, cartel Empatía.
- Día 5: hojas, colores.

### ¿Por qué es importante este tema?

La empatía puede motivar a las y los niños a responder a las demás personas de manera que muestren que les importan. Con frecuencia, las y los más pequeños intentan consolar a las personas mediante el afecto físico, ofreciéndoles un juguete o diciéndoles algo que les consuele. Sin embargo, puede resultarles difícil mostrar que les importan otras personas y que se preocupan por ellas en situaciones emocionalmente difíciles. La Unidad 3 trata sobre habilidades de control de las emociones para desarrollar más la capacidad de las y los alumnos de ofrecer apoyo a otras y otros.

Sentir empatía y expresar que nos importan otras personas y que nos preocupamos por ellas son dos cosas diferentes y ambas requieren práctica.

### Uso diario de habilidades

Pida a las y los niños que **ANTICIPEN** cuándo pueden mostrar compasión.

Preste atención a quienes muestran compasión por las y los demás y **REFUERCE** su comportamiento con comentarios específicos. Describa cómo hicieron que se sintieran las y los demás con estas acciones.

**Me di cuenta que ayudaste a Gloria a recoger los marcadores que estaba usando. ¿Viste su sonrisa? Estaba muy contenta de que le ayudaras.**

- Demuestre cómo mostrar compasión.
- Recuérdeles que se digan palabras amables y que se ayuden entre sí.

Pídales que **REFLEXIONEN** acerca de cómo y cuándo mostraron compasión.



#### Recuerde

- Envíe a cada familia el Enlace con el hogar de la Semana 11.
- Juegue un Reto Cerebro cada día de la semana.

## Día 1: Guion para títeres

**Materiales:** Foto 10, Títeres Animado y Tímido, Venda, “Canción del estudiante” y “Canción de los sentimientos”

### Muestre la Foto 10

La semana pasada aprendimos que algunas veces las cosas ocurren por accidente. Cuando ustedes hacen algo a otra persona por accidente, ¿qué pueden decir? (Lo siento, disculpa. Fue un accidente. ¿Estás bien?). Decir que lo sienten demuestra que les importa. Muestra que sienten empatía y que comprenden cómo se siente la otra persona.

Hoy vamos a hablar más acerca del hecho de que *nos importa* cómo se sienten las demás personas y cómo las ayudamos.

Saque a Títere Animado y dele la bienvenida. Títere Animado se queja como si estuviera lastimado.

Maestro(a): **Títere Animado ¿qué pasa? te oí llorar. ¿Estás bien?**

Títere Animado: **Estaba jugando con un amigo. Jugábamos a las atrapadas y mi amigo chocó conmigo por accidente. Me dijo que lo sentía, pero me duele.**

Saque a Títere Tímido trayendo la venda.

Títere Tímido: **Aquí tienes una venda Títere Animado. Estoy triste porque sientes dolor. Espero que se te pase pronto.**

Títere Animado (animándose): **Gracias Títere Tímido.**

Maestro(a): **Títere Tímido, has demostrado que te preocupas. Has ayudado a tu amigo trayéndole una venda.**



Canten y realicen los movimientos de la “Canción del estudiante” o de la “Canción de los sentimientos”. Canten las dos canciones durante la semana. Encontrará las letras al final de esta *Guía*.



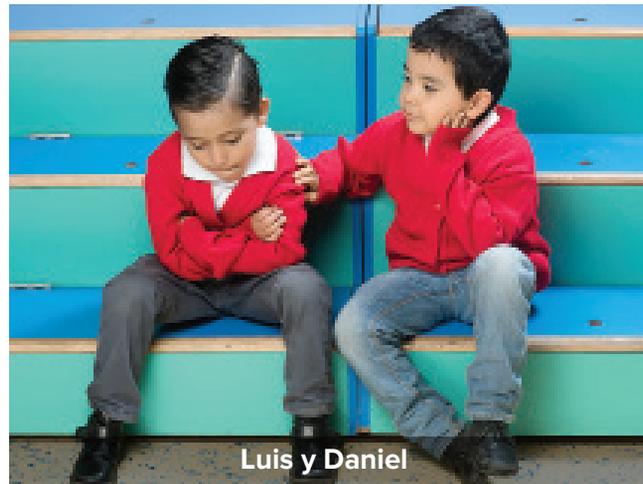
Juegue el Reto Cerebro cada día de la semana. Consulte la ficha con la descripción del juego, ubicada después del Día 5 de esta semana.

## Día 2: Historia y conversación

**Materiales:** foto de la Semana 11, cartel Empatía

Ahora vamos a escuchar una historia.

### Muestre la Foto 11



Luis y Daniel

Señale a Luis. **Luis tenía una piedra especial y brillante que había encontrado en el parque, pero la perdió en algún lugar del patio. Daniel, el amigo de Luis, oyó que había perdido su piedra especial y vino a verlo.**

1. **Piensen en cómo se siente Luis.** Dé tiempo para pensar y pregunte a un(a) o dos niños(as) al azar. (Triste, disgustado). **¿Cómo lo saben?** (Está mirando hacia abajo, tiene la barbilla apoyada sobre sus manos, por la situación). **Aplaudan dos veces si alguna vez perdieron algo especial.**
2. **¿Cómo creen que se siente Daniel?** (Triste por Luis). **Piensen en cómo pueden saberlo. Dé tiempo para pensar y pregunte al azar.** (Está mirando a Luis, tiene la mano sobre la espalda de Luis).

3. **¿Cómo muestra Daniel que le *importa* lo que Luis siente?** (Viene a ver a Luis, lo escucha). **Escuchar es una manera de mostrar que les *importa* lo que sienten las otras personas.**
4. **Imaginen que ustedes son Daniel. Piensen acerca de otra cosa que Daniel puede hacer para mostrarle a Luis que a él le importa.** Guíe a las y los niños a través de los pasos de Piensa, Voltea, Di. Pida a algunos(as) niños(as) al azar que digan sus ideas al grupo. (Ayudar a Luis a buscar su piedra, ayudarlo a decirle al maestro(a) que la perdió, decirle a Luis que siente que haya perdido la piedra). **Ayudar es otra manera de mostrar que ustedes comprenden y les importa cómo se sienten las y los demás.** Hable al grupo acerca de una experiencia en la que otra persona le mostró que usted le importaba y que se preocupaba por usted escuchándole o ayudándole.
5. **¿Cómo se sienten cuando alguien les muestra que le importan sus sentimientos?** (Feliz, especial).

**Cuando sentimos empatía por otros(as), es importante encontrar maneras de mostrar a esas personas que comprendemos cómo se sienten. Cuando mostramos o les decimos a otras personas que nos importa cómo se sienten, se dice que tenemos compasión por ellas. Vamos a decirlo juntos: Compasión.** Pida al grupo que digan las sílabas y aplauda en cada una. Señale la palabra “compasión” en el cartel Empatía y lea los dos globos de diálogo que se refieren a decir algo amable o hacer algo para ayudar.

## Día 3: Práctica de habilidades

Pida que se sienten con su compañero(a) del programa. **Ahora ustedes jugarán un juego con su compañero(a). Cada uno(a) de ustedes pensará en algo que decir o algo que hacer que muestre que siente compasión por alguien que tiene sentimientos desagradables. Luego túrnense para decirle su idea a su compañero(a).**

1. Para cada situación, invite a un(a) voluntario(a) a pasar al frente de la clase y a simular una situación, de la lista de abajo.
2. Demuestre lo que usted podría decir o hacer para mostrar compasión.
3. Pida a las y los niños que usen Piensa, Voltea, Di con sus compañeros(as) para practicar qué pueden hacer o qué pueden decir al(a) niño(a) de la situación.
4. Pida a un(a) o dos niños(as) que cuenten sus ideas para mostrar compasión.

### Situaciones

- \_\_\_\_\_ está triste porque se quedó fuera de un juego.
- \_\_\_\_\_ está asustado(a) porque va a ir a una escuela nueva.
- \_\_\_\_\_ está decepcionado(a) porque ya no quedan más cuerdas para saltar durante el recreo.
- \_\_\_\_\_ está triste porque llueve mucho y no se puede jugar afuera.
- \_\_\_\_\_ tiene miedo de deslizarse por el tobogán nuevo del parque.

## Día 4: Reto Cerebro

### Simón Dice

Vea más información en la página de Reto Cerebro, que está después de las actividades de esta semana.

Pida al grupo que se pongan de pie. **Primero vamos a desarrollar nuestros cerebros jugando otra vez a Simón Dice. Esta vez sólo les diré qué tienen que hacer; no les mostraré la acción. También tenemos un nuevo tipo de regla: la llamaremos la regla contradictoria. Cuando yo diga “Toquen su oído”, ustedes tienen que tocarse el codo en lugar de tocarse el oído.** Repita y practiquen la regla contradictoria. Recuerde a las y los niños que usen todas sus Habilidades para Aprender. Termine con: **Simón dice: “Siéntense”. ¿Qué Habilidades para Aprender les ayudaron a recordar la regla contradictoria?**

Esta semana aprendieron a mostrar a las demás personas que a ustedes les importa cómo se sienten ellas al escucharlas o al ayudarlas. Otra palabra para indicar que les importa otra persona es **compasión**. Vamos a decirla juntos: **compasión**. Esto significa decir palabras amables y hacer algo que ayude a las y los demás cuando se sienten disgustados. Esta semana, traten de mostrar **compasión** a otros(as) compañeros(as).

## **Día 5: Actividad**

**Materiales:** hojas, colores

Pida a las y los niños que hagan un dibujo que muestre que están ayudando a alguien. Pídeles que le dicten o que escriban, si ya saben escribir frases cortas, una oración describiendo el acto de ayuda.



## Reto Cerebro: Simón dice (versión 3)

### Preparación

Pida al grupo que se pongan de pie dejando suficiente espacio para moverse.

### Reglas

- La regla 1 es que si yo digo “Simón dice”, ustedes tienen que hacer lo que les diga que hagan.
- La regla 2 es que si yo no digo “Simón dice”, deben seguir haciendo lo que estaban haciendo antes, hasta que yo diga de nuevo “Simón dice”.
- La regla 3 es que cuando yo diga “Tóquense los oídos” ustedes tienen que tocarse los codos.

### Pasos

1. Diga: **Simón dice**. Nombre (no muestre) la acción: ¡**Levanten las manos!** Las y los niños levantan las manos muy alto.
2. Omite “Simón dice”, pero diga otra acción: ¡**Tóquense la cabeza!** Las y los niños tienen que mantener las manos levantadas.
3. Diga: **Simón dice, toquen los oídos**. Las y los niños se tocan los codos.

### Consejos

- Después del juego, pregunte a las y los niños cómo recordaron la regla contradictoria.
- En esta versión, es importante sólo nombrar la acción y no mostrarla.

### Aumentar el reto

*Atención (A), Memoria Operativa (MO) y Control Inhibitorio (CI)*

- Use una o dos de las reglas contradictorias que se incluyen abajo o haga una propia. (A, MO, CI)
- Cuando usted dice “Toquen los oídos”, se tienen que tocar los codos.
- Cuando usted dice “Toquen las caderas”, se tienen que tocar las rodillas.
- Cuando usted dice “Toquen los pies”, se tienen que tocar los hombros.
- Cuando usted dice “Estírense muy altos”, se tienen que hacer chiquitos(as).
- Cuando usted dice “Caminen en el lugar rápido”, tienen que caminar de manera lenta en el lugar.

**Interesarse y ayudar**



**¿Qué está aprendiendo mi hijo o hija?**

Está aprendiendo cómo mostrar que le importa una persona y se preocupa por ella diciendo o haciendo algo amable o algo que pueda ayudar. Esto se llama mostrar compasión.

**¿Por qué es esto importante?**

Ser capaz de mostrar compasión ayuda a las y los niños a llevarse mejor con las demás personas.

**Pregunte a su hijo(a): ¿Qué significa mostrar compasión?** Posibles respuestas: Significa decir algo amable o hacer algo para ayudar. Demuestra que nos importa cómo se siente otra persona.

**¿En qué momento puedes mostrar compasión por una persona?** Posibles respuestas: Cuando alguien se siente triste, solo(a), cansado(a) o frustrado(a).

**¿Cómo te sientes cuando alguien te dice algo amable o te ayuda?** Posibles respuestas: feliz, especial.

**Practiquen en familia**

Ayude a su hijo(a) a darse cuenta cuando sería un buen momento para decir algo amable o ayudar a una persona que conoce. Por ejemplo:

- **Veo que tu hermana no encuentra su juguete. ¿Qué puedes hacer para ayudarla?**
- **Seguro que al tío Beto le vendría muy bien una ayuda para limpiar la banqueta. ¿Podrías ayudarlo tú?**

**Actividad**

Junto con su hijo(a), escriban algunas cosas que él o ella pueden hacer para ayudar en la casa. Por ejemplo: Ayudar a traer las bolsas del mandado.

**Maneras de ayudar en casa**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Firma de Familiares: \_\_\_\_\_