

## Para empezar

### Ideas principales

- Las pistas situacionales pueden ayudar a identificar los sentimientos de las demás personas.

### Palabras clave

Sorpresa/sorprendido(a), interés/interesado(a), situación, tener miedo/estar asustado

### Objetivos

Que las niñas y los niños:

1. Nombren los sentimientos: *interés y tener miedo/ estar asustado(a)* cuando se reflejan en pistas físicas y situacionales.
2. Identifiquen que estar interesado(a) es un sentimiento agradable y asustado(a) es un sentimiento desagradable.
3. Identifiquen varios sentimientos que se producen como respuesta a distintas situaciones.

### Materiales para la semana

- Día 1: Fotos 6A y 6B de la Semana 6, “Canción de los sentimientos”, cartel Habilidades para Aprender
- Día 2: Foto 6A de la Semana 6, Foto 7A de la Semana 7.
- Día 3: Foto 7B de la Semana 7.
- Día 4: Fotos 7A y 7B de la Semana 7
- Día 5: hojas, colores

### ¿Por qué es importante este tema?

En la Semana 6 se presentó a las y los niños la identificación de emociones basándose en pistas visuales. Otra parte importante de la empatía es comprender las causas habituales de las emociones. La mayor parte de las y los niños de cinco y seis años pueden explicar las causas de sus propias emociones y las de otras personas.

### Notas para la y el docente

Proporcione apoyo para el desarrollo de las habilidades de las y los niños usando situaciones sencillas y que les resulten familiares en la práctica

de habilidades. Continúe teniendo en cuenta las diferencias culturales en la expresión de las emociones.

Lea las situaciones de la práctica de habilidades. Adapte, sustituya o añada situaciones para hacer que resulten más relevantes para sus alumnos(as).

Esta es una lección larga. Si es necesario, enséñela en dos semanas.

### Uso diario de habilidades

Pida a las y los niños que **ANTICIPEN** cuándo pueden identificar cómo se sienten otras personas basándose en la situación.

Preste atención a sus intereses en las actividades de la clase y **REFUÉRCelos**. También ayúdeles a comprender por qué podrían estar sintiendo una emoción en particular: **Tu voz suena sorprendida.**

**¡Pienso que es porque no te diste cuenta que ya es hora de tomar la colación!**

- Demuestre cómo identificar los sentimientos propios y los de otras personas basándose en la situación.
- Recuérdeles que busquen pistas situacionales que les indiquen cómo se sienten otras personas.

Pida que **REFLEXIONEN** sobre cómo y cuándo identificaron cómo se sentían otras personas basándose en la situación.



#### Recuerde

- Recoja el Enlace con el hogar de la Semana 6, Esta semana no habrá Enlace con el hogar.
- Juegue un Reto Cerebro cada día de la semana.

## Día 1: Reto Cerebro

**Material:** Fotos 6A y 6B de la Semana 6, “Canción de los sentimientos”, cartel Habilidades para Aprender.

**¡Es hora del Programa Paso Adelante! La semana pasada hablamos sobre sentimientos. Con frecuencia podemos decir cómo se sienten las personas enfocando la atención en sus caras y en sus cuerpos. ¿Quién recuerda los dos sentimientos sobre los que hablamos la última vez? (Feliz, triste).**

### Muestre la Foto 6A y la Foto 6B

También aprendimos que cuando estamos felices, nuestros cuerpos sienten \_\_\_\_\_ (agradable) y cuando estamos tristes lo que sentimos en el cuerpo es \_\_\_\_\_ (desagradable).

**Vamos a desarrollar nuestros cerebros practicando Piensa, Voltea, Di, una vez más. Para ello necesitarán todas sus Habilidades para Aprender.** Pida a las y los niños que se sienten frente a la pareja que les ha sido asignada, rodilla con rodilla. Mencione el cartel Habilidades para Aprender. Pida que hagan sus atentoscopios, que los pongan a funcionar y que luego los retiren. Pida que a quienes les toca escuchar levanten la mano, luego pida que levanten la mano a quienes les toque hablar. **Ahora piensen en un momento en el que se sintieron sorprendidos(as). Ustedes se sienten sorprendidos(a) cuando ocurre algo y no sabían qué iba a ocurrir.** Dé un ejemplo personal para ilustrar el significado de “sorprendido”, como: **Me sentí sorprendido(a) cuando me regalaron \_\_\_\_\_ para mi cumpleaños. ¡No sabía qué me iban a regalar \_\_\_\_\_!**

1. **PIENSA.** Describa el tema y dé tiempo para pensar.
2. **VOLTEA.** Las parejas se voltean, colocándose cara a cara. Quienes escuchan ponen las manos detrás de sus oídos.
3. Diga: **Adelante.** Quienes hablan le DICEN a su compañero(a) sus ideas durante 10 segundos.
4. Diga: **Paren.** Quienes están hablando dejan de hablar.
5. Diga: **Cambien.** Las parejas intercambian los turnos. Las y los que escuchan ahora ponen las manos detrás de los oídos.
6. Diga: **Adelante.** Quienes hablan ahora le DICEN a su compañero(a) sus ideas durante 10 segundos.
7. Diga: **Paren.** Quienes hablan paran de hablar. El grupo guarda silencio y voltea hacia el frente.
8. Pida a algunos(as) niños(as) al azar que digan sus ideas al grupo. Después de escuchar cada idea, pida que se toquen la nariz si también se sintieron sorprendidos.

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



Enseñe y canten la “Canción de los sentimientos” varias veces durante el día y a lo largo de la semana. Encontrará la letra al final de esta *Guía*. Realicen los siguientes movimientos durante el estribillo:

- Abracen su torso cuando escuchen las palabras “Tenemos sentimientos”.
- Toquen sus mejillas cuando escuchen las palabras “Los mostramos en las caras”.
- Pongan las manos sobre su estómago cuando escuchen las palabras “Los sentimos en los cuerpos”.
- Pongan las manos alrededor de su boca cuando escuchen las palabras “Los decimos con las voces”.



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 6A de la Semana 6, Foto 7A de la Semana 7

### Muestre la Foto 7



Ella es Micaela. Su amiga le está hablando sobre un juego nuevo que pueden jugar.

1. **Piensen en cómo se siente Micaela.** Dé tiempo para pensar. Pregunte a uno(a) o dos niños(as) al azar. (Interesada). Quizá sea necesario que usted les diga la palabra. Después de cada respuesta, diga: **Levanten la mano si están de acuerdo. Cuando estamos muy interesados(as) en algo, lo mostramos en nuestra cara.**
2. **Enfoquen la atención en la cara de Micaela. Piensen en cómo muestra que está interesada.** Siga los pasos de Piensa, Voltea, Di, diciendo **Adelante, Paren y Cambien**, tal como se ha descrito. (Tiene los ojos completamente abiertos, su boca tiene una pequeña sonrisa, está mirando directamente a su amiga, está enfocando su atención en su amiga). Si las y los niños no dicen por sí mismos las señas en su rostro, indíqueles que miren lo ojos de Micaela, su boca y la dirección

de su mirada. Pídales que se acerquen y que señalen las pistas en la foto si tienen dificultades para describir lo que observan.

3. **Ahora voltéense hacia su compañero(a).** Imaginen que su compañero(a) les está contando una historia emocionante. Muestran con su cara que están muy interesados(as) en la historia. Fíjense qué grandes se ponen los ojos cuando tenemos interés en algo.

Observar cómo se ve la cara de alguien y enfocar la atención en lo que está pasando da pistas acerca de cómo se siente alguien.

4. La *situación*, o lo que ocurre en esta foto, es una pista acerca de cómo se siente Micaela. **¿Cuál es la situación?** (Su amiga le está hablando. Tiene toda la atención puesta en su amiga. Está escuchando con interés lo que le dice su amiga. Está inclinada hacia su amiga). **¿Está Micaela usando su atentoscopio?** Indíquenlo con la cabeza. (Sí).

Muestre nuevamente la foto de Canek (6A), que expresa felicidad, y la foto de Micaela (7A), que expresa interés.

5. **¿Quién puede decirme algunas diferencias que hay entre una cara feliz y una cara interesada?** (Feliz: ojos un poco cerrados, mejillas hacia arriba, una gran sonrisa. Interesada: ojos grandes, ojos muy abiertos, mejillas normales, sonrisa pequeña). **Interesarse en las ideas de otras y otros niños ayuda a hacer amigos y amigas. Darse cuenta de que las y los amigos están interesados ayuda a llevarse bien con ellos.**

## Día 3: Historia y conversación

**Material:** Foto 7B de la Semana 7

### Muestre la Foto 7B



Andrés

**Ahora vamos a hablar de otro sentimiento.**

**Él es Andrés. Está mirando hacia abajo desde lo alto de una resbaladilla.**

**6. Piensen en cómo se siente Andrés.** Dé tiempo para pensar. Pregunte a uno(a) o dos niños(as) al azar. (Tiene miedo, está asustado). Después de cada respuesta, diga: **Aplaudan dos veces si están de acuerdo. Tener miedo y estar asustado significan lo mismo.**

**7. ¿Qué partes de la cara de Andrés nos pueden mostrar que está asustado o tiene miedo?** (Su boca tiene las esquinas hacia abajo, se está agarrando con fuerza a la barra, tiene los hombros levantados).

**Ahora voltéense hacia su compañero(a) y muéstrenle una cara asustada.**

**8. Enfoquen la atención en la situación de la foto. ¿Por qué creen que Andrés está asustado?** (Porque la barra es muy alta. Tiene miedo de las alturas. Nunca antes ha estado ahí).

Las personas muestran que están asustadas de distintas maneras. Algunas veces lo hacen de manera ruidosa. Otras veces permanecen en silencio.

**9. Sentirse asustado(a), ¿es un sentimiento agradable o desagradable?** (Desagradable).

## Día 4: Práctica de habilidades

**Materiales:** Fotos 7A y 7B de la Semana 7

Pida al grupo que se pongan de pie y forme un círculo. **Ahora vamos a jugar un juego sobre sentimientos, muchos sentimientos diferentes, no solamente interesado(a) y asustado(a). Todos ustedes van a imaginar que les ha ocurrido algo. Luego usarán su cara y su cuerpo para mostrar cómo se sienten sobre lo que les ha ocurrido. Mírenme mientras imagino que tengo un sentimiento; luego averigüen cómo me siento. Alguien acaba de contarme una historia que me gustó. ¿Cómo creen que me siento?** Demuestre cómo mostrar interés.

1. Lea la situación y pida a las y los niños que muestren con sus caras y sus cuerpos cómo se sienten.
2. Pídeles que mantengan las expresiones de sus propios sentimientos y que miren las caras de sus compañeros(as).
3. Pida a un(a) o dos niños(as) que nombren el sentimiento que están mostrando sus compañeros(as).
4. Después de cada respuesta, diga: **Aplaudan dos veces si han elegido el mismo sentimiento.**

### Situaciones

- **Su primo(a) favorito(a) viene a visitarles.** (Entusiasmo, felicidad).
- **Empezó a llover fuerte.** (Felicidad, tristeza, sorpresa).
- **Encontraron un gusano en su torta.** (Tristeza, sorpresa, asco).
- **Un perro grande les ladró.** (Susto, sorpresa).
- **Les hicieron un regalo.** (Felicidad, sorpresa).
- **Alguien gritó “¡Uuuuh!”.** (Susto, sorpresa).
- **Su amigo(a) les preguntó si quieren jugar a un juego divertido.** (Interés, felicidad).

**Esta semana hablamos acerca de diferentes maneras de saber cómo se siente una persona.**

Ustedes aprendieron a mirar las caras y los cuerpos y a enfocar la atención en lo que está ocurriendo. Observaron fotos y hablaron sobre dos sentimientos.

### Muestre la Foto 7A y la Foto 7B

¿Cuáles son? (Interesado(a), asustado(a)). En Piensa, Voltea, Di, hablaron sobre el sentimiento \_\_\_\_\_ (sorprendido(a)). Esta semana, sigan prestando atención a cómo se sienten las demás personas.

## Día 5: Actividad

**Materiales:** hojas, colores

Pida a las y los niños que dibujen rostros interesados y asustados, y que copien o escriban una palabra u oración, si ya saben escribir frases cortas, para poner debajo del dibujo.

Estoy \_\_\_\_\_ (sentimiento) cuando \_\_\_\_\_.



## Reto Cerebro: Piensa, Voltea, Di

### Preparación

Pida que se sienten por parejas como los haya asignado anteriormente. Apóyelos para que de manera sencilla decidan quién va a escuchar y quién va a hablar (por ejemplo, quien tenga las manos más pequeñas es la primera que escucha). Pida a quienes escuchan que levanten la mano, luego pida que levanten la mano quienes hablan. Luego explique el tema.

### Pasos

1. **PIENSA.** Describa el tema y dé tiempo para pensar.
2. **VOLTEA.** Las parejas se voltean, colocándose cara a cara. Quienes escuchan ponen las manos detrás de sus oídos.
3. Diga: **Adelante.** Quienes hablan le DICEN a su compañero(a) su idea o ideas durante 10 segundos.
4. Diga: **Paren.** Quienes hablan dejan de hablar.
5. Diga: **Cambien.** Las parejas intercambian los turnos. Las y los que escuchan ahora ponen las manos detrás de los oídos.
6. Diga: **Adelante.** Quienes hablan ahora le DICEN a su compañero(a) sus ideas durante diez segundos.
7. Diga: **Paren.** Quienes hablan dejan de hablar. El grupo guarda silencio y voltea hacia el frente.
8. Pida a algunos(as) niños(as) al azar que cuenten sus ideas al grupo. Después de escuchar cada idea, pida que se toquen la nariz para mostrar si están de acuerdo.

### Consejos

Use Piensa, Voltea, Di con frecuencia para aumentar las oportunidades de uso de lenguaje oral. Esto es especialmente importante para las y los niños que están aprendiendo otra lengua o idioma.

### Aumentar el reto

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

- Pida a las y los niños que recuerden y que luego repitan lo que contó su compañero(a). (A, MO)
- Pida que recuerden y que luego repitan lo que contó otro(a) compañero(a) de clase cuando lo compartan al grupo. (A, MO)
- Aumente el tiempo que deben permanecer en silencio las parejas antes de intercambiar turnos. (CI)