



**APRENDO EN CASA**   
Trayecto de Continuidad Pedagógica



## Clase 2

Familias del nivel inicial-primaria primer ciclo

Licenciada y profesora Oroná, Lourdes



AREA: Educación sexual integral.

Contenidos de la clase: EMOCIONES

Aristóteles: *“Educar la mente sin educar el corazón, no es verdadera educación”*

**¡Buenos días! ¡Buenas tardes! ¡Buenas noches!**

### Introducción:

Hacemos un poco de memoria. En la clase 1 les contábamos que los Contenidos y actividades en el nivel inicial para la Educación sexual Integral, se agrupan en cuatro ejes, los mismos son propuestos por los *Lineamientos Curriculares para la ESI*<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> En el año 2006 se sanciona la [Ley Nacional N.º 26.150](http://www.bnm.me.gov.ar/giga1/documentos/EL001659.pdf) y se crea una comisión de especialistas para elaborar el documento *Lineamientos curriculares para la Educación Sexual Integral*, donde se detalla el piso básico y obligatorio de contenidos a implementar. Este documento fue aprobado por todos los ministros y ministras de Educación en Consejo Federal en 2008.

<http://www.bnm.me.gov.ar/giga1/documentos/EL001659.pdf>



Hoy vamos a trabajar sobre el eje **“Desarrollo de competencias y habilidades psicosociales”**:

- El reconocimiento y expresión de los sentimientos, emociones, afectos y necesidades propios y el reconocimiento y respeto por los sentimientos, emociones y necesidades de los otros y las otras.

**Bienvenidos** al increíble mundo emocional y su impacto en el desarrollo integral en nuestros niños-as. Ellos-as expresan constantemente sus emociones y sentimientos como es la amistad, el enojo, la angustia o la alegría. El bienestar personal y social de cada niño-a, es el factor preponderante de una verdadera educación sexual integral.



La mente, el cuerpo y las emociones actúan de manera interrelacionada, y cuando se toman en cuenta todos estos aspectos, las personas aprenden mejor. Esto significa que el aspecto emocional es tan importante como lo es el aspecto cognitivo, ya que lo que afecta un aspecto va a tener un impacto en el otro.

EL desarrollo de la dimensión emocional comprende diversas etapas a lo largo del crecimiento y maduración de los-as niños-as.

Planteamos a continuación las etapas mencionadas, haciendo hincapié en que lo ideal es trabajar todos los aspectos de este desarrollo.

- ✚ Reconocer e identificar las emociones.

- ✚ Aceptar las emociones.
- ✚ Expresar las emociones
- ✚ Para llegar a saber cómo manejar las emociones.



Cuando surge una emoción,  hay cambios a nivel físico-corporal, conductual, cognitivo y afectivo, y sentimos el impulso de hacer algo. Esto lo vemos reflejado en las expresiones “me congelé de miedo”, “salté de alegría”, “exploté de enojo”, “lloré de tristeza”.

Recurrimos a diferentes estrategias para poder manejar las emociones a lo largo de la vida. Para poder regular las emociones es necesario saber cómo reaccionamos a diferentes situaciones, qué cosas nos enojan, nos alegran, nos dan miedo, nos producen angustia o risa.

Como adultos podemos ayudar a nuestros niños-as a que reconozcan sus emociones y cómo actuar frente a ellas.

### **ACTIVIDAD**

Les vamos a proponer dos actividades. Para que puedan elegir la más adecuada para trabajar con los más pequeños-as (nivel inicial y los primeros años de primaria).



Una de las actividades se llama **Lectura de imágenes**.

- Seleccionar imágenes en las que se demuestren emociones que están sintiendo y preguntar:

Por ejemplo: *¿Qué les parece que le está pasando? ¿Qué ves en la imagen y que te hace decir eso? ¿Qué puede estar sintiendo ese ....? ¿Alguna vez te sentiste así? ¿Qué piensan que hará la ....? Y vos, ¿qué harías? ¿Por qué tiene cara de enojado o feliz? ¿Qué otras maneras tenemos de expresar nuestro enojo o felicidad? ¿Qué cosas te hacen enojar o ponerte contento-a?*

Les compartimos algunas imágenes como ejemplos:

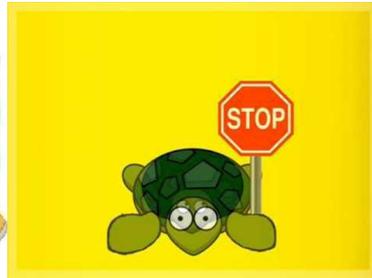
*En este simple video se muestra cómo una tortuga utiliza lo aprendido en la familia o la escuela para regular sus emociones.*

<https://www.youtube.com/watch?v=PtBi9BVLD6o>



# APRENDO EN CASA

Trayecto de Continuidad Pedagógica





Es muy importante reconocer y expresar lo que sentimos, y también escuchar lo que les pasa a los demás:

## Propuesta 2

Lectura del libro: **EL MONSTRUOS DE COLORES**

<https://youtu.be/S-PTa20NNrI>

El libro completo está en PDF y se puede descargar e imprimir.

El monstruo de colores es un recurso maravilloso para trabajar las emociones con los-as más pequeños-as. De una manera muy gráfica (usando el color como eje central del relato) aprenderemos a identificar las distintas emociones.

Les dejamos algunas recomendaciones para aprovechar al máximo el libro:





**APRENDO EN CASA**  
Trayecto de Continuidad Pedagógica



- ✓ Mientras leen el libro, deténganse al final de cada emoción y pregúntele al niño-a cuándo siente esa emoción. Seguramente, al principio no sabrá qué decir, especialmente los-as pequeños-as, deberán ayudarlos. Pueden hacerlo de dos maneras, dando ejemplos de cuándo también se han sentido de esta manera (será bueno ver que a los adultos también tienen esos sentimientos) o recordando alguna situación reciente que ha vivido. Por ejemplo: "*¿Recuerdas cuando, por la mañana, no pudimos encontrar tu muñeca favorita? ¿Lloraste? ¿Cómo te sentiste?*" o "*¿Recuerdas ayer, tuviste una pelea con tus hermanos? ¿Estabas enojado-a? ¿tenías ganas de desquitarte con alguien?*". Pero no nos quedamos allí: "*¿Crees que golpear a tu amigo-a o hermano-a te ha hecho sentir mejor? ¿Cómo crees que se sintió? ¿Qué más podrías haber hecho para resolver el problema?*"
- Al final del libro, pueden alentar al niño-o a dibujar un dibujo de su propio monstruo colorido y pintarlo de acuerdo a cómo se siente en ese momento. Si el niño es más grande, puede escribir lo que siente en papel. Después, podemos colgar al monstruo en su habitación o donde el-ella desee.

Hemos finalizado la clase de hoy.

Los-as esperamos en la siguiente clase para seguir compartiendo.

UN ABRAZO.

