

Observa el video y elige cuál de las actividades puede ser útil para trabajar junto con el grupo, tomando en cuenta el desarrollo de destrezas o conocimiento de nuevos temas. Este puede ser un gran recurso guía o de apoyo en tus clases.



**VIDEO** *Duración: 12 minutos*

## Identifico mis emociones

### Resumen

Ana le cuenta a Eli la importancia de identificar cómo nos sentimos y compartirlo con otras personas para buscar soluciones. Juntas crean las cari-emociones para poder identificar gráficamente cómo se sienten frente a diferentes soluciones.



### PALABRAS CLAVE

Emoción, feliz, triste, enojado.

1

### Temas

- Identificar emociones y resolver problemas.

SEGMENTO CANGURO:

Cómo realizar un correcto lavado nasal con pera de goma.

2

### Ámbitos de desarrollo y aprendizaje

- Identidad y autonomía
- Comprensión y expresión del lenguaje
- Expresión artística

3

### Conexión con ejes transversales

- Expresión y comunicación
- Desarrollo personal y social

## Destrezas

- Identificar y manifestar sus emociones y sentimientos, expresando las causas de los mismos mediante el lenguaje verbal.
- Demostrar actitudes de solidaridad ante situaciones de necesidad de sus compañeros y adultos de su entorno.
- Realizar actividades creativas utilizando las técnicas grafoplásticas con variedad de materiales.

Utiliza el programa como apoyo para activar conocimientos previos sobre las emociones, motivar al desarrollo de la inteligencia emocional y la resolución de problemas. Realiza las actividades que ayuden a desarrollar las diferentes destrezas de expresión.

Actividades previas	Actividades durante la presentación del video	Actividades para después de ver el video
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conversa con los peques acerca de las emociones que conocen y de algunas situaciones que los hacen sentir de esta manera.</li> <li>- Observen juntos el video de las emociones en kichwa de los recursos complementarios, repitan cada una de ellas. Pausa el video en cada una de ellas para que los niños y niñas reflexionen y busquen soluciones a cómo se están sintiendo los personajes del video en ese momento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Después de escuchar el cuento de la tortuga Uga, realicen juntos el ejercicio que hacía ella para calmarse. Anima a los niños y niñas a arrodillarse y abrazarse a sí mismos para respirar y sentirse calmados. Compárteles que pueden realizar esta acción cada vez que se sientan tristes o enojados.</li> <li>- Pausa el video cuando Ana pregunta a Eli ¿Cuál puede ser la solución a cómo se sintió cuando Valentina le dijo que no quería jugar con ella? Invita a los niños y niñas a pensar en algunas soluciones para Eli.</li> <li>- Cuando Ana y Eli realicen las cari-emociones pide a los niños y niñas que representen a cada una de ellas con su cuerpo y rostro. También puedes agregar algunas más pausando el video.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realicen en grupos una de las cari-emociones que hicieron Ana y Eli en el programa para poder tenerlas en un lugar específico del aula y usarlas con el resto compartiendo cómo nos sentimos.</li> <li>- Jueguen en grupos a actuar diferentes emociones que podemos sentir a partir de situaciones puntuales. No olviden utilizar todo el cuerpo para representarlas. El otro grupo deberá identificarlas y escuchar de su par cómo se siente esta emoción en el cuerpo. Compartan entre todos. Por ejemplo: cuando estaba feliz, sentía que mi estómago revoloteaba, cuando estaba enojado sentía mis músculos muy duros.</li> <li>- Creen juntos un emocionario. Hagan un listado de las emociones que podemos sentir y busquen imágenes en revistas o toma fotografías de los peques demostrando estas emociones para ponerlas en cada una de sus páginas. Este emocionario sirve para que los niños y niñas acudan a él para identificar cómo se sienten en los diferentes situaciones del día.</li> </ul>
<p><b>Ideas clave:</b> Si tienes peques en condición de discapacidad auditiva, enseña a todo el grupo algunas emociones en lengua de señas para que todos puedan repetir las y usarlas. Tienes los videos de apoyo en los recursos complementarios.</p>	<p><b>Ideas clave:</b> Anima al grupo a realizar esta actividad acostados en el piso y con los ojos cerrados y en silencio para que puedan conectarse mucho más con su propio cuerpo respirando profundamente y percibiendo cada una de las emociones a nivel corporal.</p>	<p><b>Ideas clave:</b> Si tienes en tu clase peques en condición de discapacidad visual pueden realizar las cari-emociones en cartulina, pero las partes de la cara en lija para que sobresalga del papel. También pueden punzar las imágenes para que puedan leerlas en braille.</p>

**Título del podcast:** Duración: 12 min.  
Identifico mis emociones.

**Recurso complementario**  
Video de las emociones en kichwa: <https://bit.ly/3W8Ao5g>  
Emociones en lengua de señas:  
Triste: <http://bit.ly/3gWAtZA>  
Feliz: <http://bit.ly/3U7JXQb>  
Enojado/a-Bravo/a: <http://bit.ly/3gZ3PH7>