

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: 14 minutos*

La pelea de Martina

¿Cómo puedo transmitir mis emociones y sentimientos respetando el de los demás?

Resumen

En este episodio, Martina nos comenta muy molesta que no desea ir al colegio porque una compañera perdió su cuaderno y no puede presentar la tarea, además nos comparte varias emociones que le invaden y que provocan que actuará de forma equivocada al tirar al piso el cuaderno de su amiga. Todo esto le produce un desborde de emociones que con la ayuda de Nicasio aprenderá cómo canalizarlas y desarrollar de mejor manera su inteligencia emocional.



PALABRAS CLAVE

Emociones, sentimientos, inteligencia emocional, diálogo.



Temas

- Las emociones. La inteligencia emocional.
- Emociones placenteras y displacenteras.



Conexión con ejes transversales

- La formación de una ciudadanía democrática.

Destrezas

ECA.3.2.2. Explorar las posibilidades de expresión del gesto facial y corporal mediante juegos por parejas, en los que un compañero le pide a otro que exprese alegría, tristeza, soledad, miedo, sorpresa, etc.

EF.3.6.5. Reconocer la presencia de placer y displacer en la participación en prácticas corporales, para elegir aquellas que lo identifican, y practicarla de modo placentero dentro y fuera del contexto escolar.

Utiliza el programa como actividad complementaria para tu clase. Modifica las actividades según la realidad de tu grupo.

Actividades previas	Actividades durante la presentación del video	Actividades para después de ver el video
<ul style="list-style-type: none"> - Presenta un espejo a tus estudiantes o pide que cada uno traiga uno. Permite que se miren por unos minutos, luego pide que expresen cómo se sienten hoy y por qué. Pide nombrar algunas emociones e imitar con gestos frente al espejo.  	<ul style="list-style-type: none"> - Presenta el video. - Pausa el video una vez que empiece el juego de la ruleta de emociones, motiva a tus estudiantes a participar de las preguntas ¿Qué te produce alegría? , etc.  	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza una lluvia de ideas de deportes o juegos que les hagan sentir emociones placenteras. Permite que debatan "Si, no me gusta un juego ¿Qué debo hacer?" - Practica en grupo algunos juegos propuestos. Al finalizar reflexiona ¿Cómo nos hizo sentir este juego? ¿Qué emociones experimenta durante el mismo?, ¿Cómo puedo modificar para que todos mis compañeros participen?   - Pide a tus estudiantes realizar un libro de emociones, donde cada uno escriba las acciones o situaciones que les provocan cada emoción.   - Crea junto con tus estudiantes un "cariñograma". Dibuja un termómetro grande en cartulina, ubícalo en un espacio visible de la clase, cada vez que se presente acciones amables, gentiles o empáticas de tus estudiantes, gráfica como sube el termómetro, puedes usar una imagen para marcar en qué parte del termómetro se encuentra y al llegar al tope del cariñograma, el grupo puede realizar una actividad significativa para todos como un juego grupal escogido por todos.  
<p>Ideas clave: Para integrar a tus estudiantes con discapacidad visual, pide al grupo vendarse los ojos y escuchar diferentes sonidos para que expresen qué sentimiento les produce. Ejemplo: música de misterio produce temor. CS CC</p>		<p>Ideas clave: Para integrar a tus estudiantes con discapacidad motora pide adaptar los juegos a sus necesidades. Ejemplo: Las congeladas. Todos sentados, usamos un objeto suave para lanzar, debemos evitar que nos toque, solo podremos cogerlo con las manos para no ser congelados CS CC</p>

-  Competencias comunicacionales
-  Competencias socioemocionales
-  Competencias digitales
-  Competencias matemáticas

Título del podcast:

Duración: 10 min

"La pelea de Martina"

¿Cómo puedo transmitir mis emociones y sentimientos respetando el de los demás?

Recurso complementario

<http://bit.ly/3V8K2nB>