

LECCIONES

EDUCACIÓN ESPECIAL

LECCIÓN *dia* 1

EMOCIONES

Intención: Reconocer emociones básicas y cómo las percibo en mi cuerpo.



Lámina *Familia Frais-Petes*

Tiempo: 60-70 minutos

Materiales

- Hojas de rotafolio o cartulinas
- Grabadora
- Esencias
- Bocinas

Habilidades a desarrollar

- Observación
- Escucha activa
- Expresión corporal y oral

Tema: Familia, vida en el campo y expresión de emociones

Estrategias para orientar: Dinámica “Voy”

Tiempo: 10 minutos

1. Acomodar el espacio poniendo las sillas en forma de herradura y eliminar cualquier distractor como libretas, mochilas, etcétera. Colocarlas lo suficientemente cerca del vehículo visual.
2. Sentar a los alumnos de acuerdo a sus condiciones o necesidades.
3. Presentar y explicar las reglas del juego, de manera oral y gráfica (se pueden generar con los participantes):
 - Escuchar activamente
 - Levantar la mano para participar
 - Respetar ideas
 - Justificar las ideas
 - Observar en silencio
 - Hablar fuerte y claro

Ejercicio de Orientación:

Tiempo: 10 minutos

- Pedir a los alumnos que cierren los ojos y escuchen la música, sigan el ritmo de la música con su cuerpo (presencia plena, equilibrar al grupo, regular la emoción, sensibilizar). Si alguien no quiere cerrar los ojos, se le pedirá que baje la mirada y vea un punto fijo en el piso.
- Visualización, ejercicios de movimiento guiado: mueve tu mano derecha, ahora mueve tu mano izquierda, mueve tu cabeza, etcétera.
- La mediadora pasará con cada alumno y le pedirá que huelga una esencia, les preguntará: ¿a qué huele? (generar una sensación agradable).
- Respiración consciente: realizar una serie de respiraciones, explicar a los alumnos que al inhalar será con la indicación de “huelga una flor”, para exhalar el aire será: “apago una vela” (se modelará en todo momento a los alumnos los movimientos). El ejercicio se realizará dos veces.
- Preguntar al final de la sesión: ¿Cómo se sienten? ¿Les gustó la actividad?

Nota: Es importante explicarles a los alumnos para qué sirve la respiración.

Estrategias para Generar y Rescatar:

Tiempo: 30 minutos

- A continuación, se presenta la lámina familia y se iniciará el diálogo de la sesión *dia*.
- Durante el tiempo que dedicaremos a esta sesión, los invito a practicar la escucha activa y a mantener la mente, el corazón y la voluntad abiertos, así como a recordar las reglas del juego.



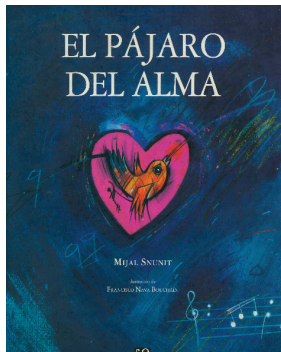
Preguntas para generar:				
Preguntas básicas para introducir el tema <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué ves aquí? ¿Qué ves en la imagen? 	Preguntas complementarias para:			
	<table border="1"> <tr> <td> Explorar sistemáticamente <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo es su cara? ¿Cómo se ve su cuerpo? ¿Qué le pasa a nuestro cuerpo cuando estamos felices? </td> <td> Construir narraciones <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué estarán sintiendo los niños? ¿Qué crees que están haciendo los personajes de la foto? ¿Qué habrá pasado antes? </td> </tr> <tr> <td> Definir, aclarar y utilizar palabras <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo es...? ¿Qué es una expresión? ¿Sabes qué son las emociones? </td> <td> Indagar experiencias, conocimientos y opiniones <ul style="list-style-type: none"> ¿De qué manera podemos mostrar nuestras emociones? ¿Crees que es importante mostrar nuestras emociones? ¿Qué emociones conoces? ¿Cómo se sienten las emociones? ¿Cómo sabemos que nos sentimos felices? ¿Cómo crees que se sienten los personajes de la foto? ¿Conoces alguna otra emoción? ¿Qué expresión hacemos cuando estamos molestos? </td> </tr> </table>	Explorar sistemáticamente <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo es su cara? ¿Cómo se ve su cuerpo? ¿Qué le pasa a nuestro cuerpo cuando estamos felices? 	Construir narraciones <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué estarán sintiendo los niños? ¿Qué crees que están haciendo los personajes de la foto? ¿Qué habrá pasado antes? 	Definir, aclarar y utilizar palabras <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo es...? ¿Qué es una expresión? ¿Sabes qué son las emociones?
Explorar sistemáticamente <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo es su cara? ¿Cómo se ve su cuerpo? ¿Qué le pasa a nuestro cuerpo cuando estamos felices? 	Construir narraciones <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué estarán sintiendo los niños? ¿Qué crees que están haciendo los personajes de la foto? ¿Qué habrá pasado antes? 			
Definir, aclarar y utilizar palabras <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo es...? ¿Qué es una expresión? ¿Sabes qué son las emociones? 	Indagar experiencias, conocimientos y opiniones <ul style="list-style-type: none"> ¿De qué manera podemos mostrar nuestras emociones? ¿Crees que es importante mostrar nuestras emociones? ¿Qué emociones conoces? ¿Cómo se sienten las emociones? ¿Cómo sabemos que nos sentimos felices? ¿Cómo crees que se sienten los personajes de la foto? ¿Conoces alguna otra emoción? ¿Qué expresión hacemos cuando estamos molestos? 			
Organizador Visual: Llenar el cuadro de manera colaborativa en el pizarrón del salón. Identificar a través de imágenes de expresiones. <div style="text-align: center; margin-top: 20px;"> / Imagen / / Cómo es su expresión / </div>				
Actividad de cierre: Tiempo: 20 minutos <ul style="list-style-type: none"> Pedir a los alumnos expresar con su cuerpo la emoción de uno de los personajes. Imitar la postura y expresión de ese personaje. Cambiar la postura y expresión del personaje de acuerdo con otra emoción, preferentemente alguna que no se vea en la imagen (¿Cómo se vería este personaje enojado o asustado?). Realizar una breve reflexión con los alumnos: ¿por qué son importantes las emociones?, ¿para qué nos sirven? 				
Evidencias de aprendizaje: <ul style="list-style-type: none"> Fotos Organizador gráfico 				
Adecuaciones al contexto específico: <ul style="list-style-type: none"> Permitir que los alumnos que lo requieran se acerquen a la imagen. Alargar el tiempo de orientación y cierre. Retomar ejercicios de respiración al inicio de la sesión y de ser necesario en cada cambio de actividad. Establecer actividades que permitan a los alumnos utilizar todos sus sentidos. Aplicar ejercicios de cierre que vayan encaminados a la creación y a las actividades que favorezcan la expresión oral y corporal. Utilizar materiales manipulables y concretos. 				



LECCIÓN *dia* 2

EMOCIONES Y REACCIONES

Intención: Identificar mis propias emociones y cómo reacciono ante ellas.



Cuento “El pájaro del alma”

Tiempo: 60-70 minutos

Materiales

- Lámina de semáforo de las emociones
- Emojis en hojas para cada alumno
- Cuento “El pájaro del alma”
- Bocina y música para ambientar el cuento
- Cajas
- Llave

Habilidades a desarrollar

- Observación
- Escucha activa
- Expresión
- Reflexión

Tema: Identificar mis emociones y reacciones

Estrategias para orientar: Semáforo de las emociones

Tiempo: 7 minutos

1. Semáforo de las emociones:

- Explicar el semáforo de las emociones (emoji feliz, indiferente, enojado, triste).
- Entregar imágenes de emojis a cada niño.
- Pedir que lo muestren según su estado actual, dejar visible el semáforo de las emociones.

Nota: Permitir al alumno que realice el ejercicio de acuerdo a sus capacidades.

2. Introducción a cuento (Relajación): 5 minutos

- Pedir a los alumnos que cierren sus ojos, que respiren profundamente tres veces, relajen su cuerpo y escuchen la música.

Nota: Dependiendo de las necesidades del grupo la música puede utilizarse o no.

Estrategias para Generar y Rescatar

Tiempo: 40 minutos

- A continuación, dar lectura al cuento titulado: “El pájaro del alma”.
- Durante el tiempo que dedicaremos a esta sesión, invitar a practicar la escucha activa y a mantener la mente, el corazón y la voluntad abiertos.
- Mostrar a la audiencia la portada del libro, leer el título y preguntar: ¿de qué creen que tratará el cuento?



Preguntas para generar:		
Definir o aclarar palabras: <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué es alma? ¿Qué es la pereza? 	Crear imágenes sensoriales: <ul style="list-style-type: none"> Cierra los ojos o baja la mirada, e imagina que estás en un lugar oscuro y silencioso: ¿Qué sientes? Imagina que alguien que te quiere mucho te hace un mimo: ¿Qué te hace sentir? Pasar una pluma... ¿Qué colores tiene el pájaro del alma? ¿De qué tamaño es el pájaro del alma? 	Realizar predicciones: <ul style="list-style-type: none"> ¿De qué crees que trate el libro? ¿Qué sucede cuando el pájaro del alma abre un cajón que no quieres? ¿Qué tan seguido escuchas a tu pájaro del alma? ¿Cómo te imaginas al pájaro del alma? ¿Dónde habita el pájaro del alma?
Interpretar el significado de frases o palabras: <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué es el alma? Para ti, ¿qué es el pájaro del alma? 	Identificar emociones y sentimientos: <ul style="list-style-type: none"> En este momento, ¿qué cajón tiene abierto tu pájaro del alma? ¿Qué cajones añadirías al pájaro del alma? ¿Qué cajones abrirá cuando se siente mal? ¿Qué cajones abrirá cuando se siente bien? ¿Qué pasa cuando tu pájaro del alma abre el cajón de la... tristeza, alegría, enojo, etcétera? ¿Alguna vez has escuchado a tu pájaro del alma? ¿Qué te dijo? ¿En qué parte de tu cuerpo crees que habite el pájaro del alma? 	Compartir conocimientos y experiencias: <ul style="list-style-type: none"> ¿Alguna vez el pájaro del alma abrió un cajón sin que tú quisieras? ¿Cuál fue? ¿Qué sucedió? ¿Qué haces cuando el pájaro del alma abre un cajón sin tu permiso? ¿Qué cajón es el que abre más seguido tu pájaro del alma? ¿Qué cajón abre tu pájaro del alma cuando despiertas? ¿Alguna vez has sentido a tu pájaro del alma? ¿Qué sentiste?
Organizador Visual: (Rescate al terminar la lectura) EMOCIÓN / EXPRESIÓN GESTUAL DE LA EMOCIÓN		
Actividad de cierre: <ol style="list-style-type: none"> La cajonera de las emociones: 15 minutos <ul style="list-style-type: none"> Poner en un rotafolio la imagen de una cajonera, cada cajón será del color de cada emoción de acuerdo con el libro. Explicar a los alumnos que cada emoción tiene un color. Dar a cada alumno corazones de papel de diferentes colores. Preguntar a los alumnos: ¿cuándo mi corazón está rojo? ¿Cuándo se pone azul, naranja, etcétera? A los alumnos que puedan desplazarse se les pedirá que pasen al frente a pegar su corazón dentro de la cajonera. El mediador les prestará su mano a los alumnos que no puedan desplazarse para colocarlo en la imagen. Semáforo de las emociones: 5 minutos <ul style="list-style-type: none"> Se les pedirá a los alumnos que tomen un emoji de cómo se sienten en este momento. Indicar que lo peguen en el semáforo de las emociones según su estado actual para comparar su llegada y salida. 		
Evidencias de aprendizaje: <ul style="list-style-type: none"> Semáforo de las emociones Foto de organizadores visuales Post-it dentro de cajones 	Adecuaciones: <ul style="list-style-type: none"> Permitir que los alumnos que lo requieran se acerquen a la imagen. Alargar el tiempo de orientación y cierre. Retomar ejercicios de respiración al inicio de la sesión y de ser necesario en cada cambio de actividad. 	



LECCIÓN *dia* 3

EMOCIÓN

Intención: Nombrar las causas y consecuencias de las emociones.



**Lámina sin título,
de Carlos Azpeitia**

Tiempo: 60-70 minutos

Materiales

- Imagen sin título, de Carlos Azpeitia
- Hojas de colores
- Lápiz adhesivo
- Colores / Crayolas

Habilidades a desarrollar

- Observación
- Escucha activa
- Expresión corporal y oral
- Reflexión

Tema: Emociones, amistad, discriminación, diversidad

Estrategias para orientar:

Tiempo: 12 minutos

Presentar las reglas del juego:

- Escuchar con atención y respeto la opinión de mis compañeros.
- Levantar la mano para participar.
- Hablar fuerte y claro.
- Observar y escuchar con atención.
- Argumentar mis ideas.

¿Con qué emoción me desperté hoy?

- Solicitar a los alumnos que piensen por un momento: ¿Con qué emoción desperté hoy?
- Pedir a los alumnos que expresen corporalmente la emoción con la que despertaron (hacer cara de enojado, feliz, triste, etcétera).
- Realizar una respiración de dragón con los alumnos. Pedir a los alumnos que se pongan de pie con las piernas ligeramente separadas y con los brazos relajados pegados al cuerpo (los alumnos con poca movilidad se quedarán en su lugar y se les pedirá que solo realicen las respiraciones).
- Después, inhalarán tan profundamente como puedan, pues el ejercicio se hará conteniendo la respiración cuatro segundos.
- En la tercera secuencia de respiración se pedirá a los alumnos que, al exhalar, saquen el aire gritando y relajando el cuerpo.

Estrategias para Generar y Rescatar:

Tiempo: 20 minutos

- A continuación, presentar la lámina sin título, de Carlos Azpeitia, e iniciar el diálogo de la sesión *dia*.
- Durante el tiempo de la sesión, es importante practicar la escucha activa y mantener la mente, el corazón y la voluntad abiertos, así como respetar las reglas del juego.
- Los alumnos que lo requieran pueden acercarse al pizarrón para explorar mejor la imagen.



Preguntas para generar:						
Preguntas básicas para introducir el tema <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué ves en la imagen? 	Preguntas complementarias para:					
	Explorar sistemáticamente <ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo son sus rostros? ¿Cómo es su postura? ¿De qué manera están sentadas? 	Construir narraciones <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué emociones están presentes en la imagen? ¿Qué crees que siente cada una de las niñas de la imagen? ¿Qué crees que pasó antes? ¿Qué crees que pasa ahora? ¿Qué crees que pasará después? 				
	Definir, aclarar y utilizar palabras <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué es excluir? 	Indagar experiencias, conocimientos y opiniones <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuándo has sentido esa emoción? ¿Cómo lo expresas? ¿A quién le cuentas? ¿Cuándo te has sentido alegre? ¿Dónde estabas? ¿Con quién estabas? Para ti, ¿qué es la alegría? ¿Alguna vez te has sentido en calma? ¿Cuándo fue? ¿Qué pasó? ¿Dónde lo sentiste? ¿Qué provoca esa emoción? ¿Todos sentimos la alegría en la misma parte del cuerpo? 				
Organizador Visual: Causas / Consecuencias: Construir el concepto de causa y consecuencia.						
<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">Causas</th> <th style="width: 50%;">Consecuencias</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="height: 40px;"></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			Causas	Consecuencias		
Causas	Consecuencias					
Actividad de cierre: Álbum de las emociones Tiempo: 20 minutos						
<ol style="list-style-type: none"> Armar un “Álbum de emociones” con las emociones más presentes en mí y cuándo me siento así. <ul style="list-style-type: none"> Escribir en una hoja cada una de las emociones. Realizar un dibujo que represente esa emoción. Llevarlas a casa y platicar con su familia. 						
Evidencias de aprendizaje: <ul style="list-style-type: none"> Álbum de emociones Fotografía de la sesión <i>dia</i> 						
Adecuaciones al contexto específico: <ul style="list-style-type: none"> Permitir que los alumnos que lo requieran se acerquen a la imagen. Alargar el tiempo de orientación y cierre. Retomar ejercicios de respiración al inicio de la sesión y de ser necesario en cada cambio de actividad. Establecer actividades que permitan a los alumnos utilizar todos sus sentidos. Aplicar ejercicios de cierre que vayan encaminados a la creación y a las actividades que favorezcan la expresión oral y corporal. Utilizar materiales manipulables y concretos. 						

