

PROYECTO: “CONOCIENDO NUESTRAS EMOCIONES”

SECCIÓN: 2 y 3 años

FUNDAMENTACIÓN

Sentir es inherente a todo ser humano, es parte de crecer. Expresar, reflejar, revelar es poder abrirse para contar y expresar lo que nos pasa. Por eso, cuando un niño quiere expresarse es importante ayudarlos a poner el SENTIR en palabras, ayudándolos a encontrarlas.

Con estas propuestas buscamos brindar a los niños, a través de la literatura y diferentes juegos, herramientas que les permitan iniciarse en el reconocimiento de sus emociones para poder utilizarlas asertivamente.

ACTIVIDADES

- Miramos el cuento “El monstruo de colores” de Anna Llenas <https://www.youtube.com/watch?v=S-PTa20NNrI>
- Dibujamos, con ayuda de un adulto, los distintos monstruos. Invitamos a los niños a pintarlos, recordando e identificando qué sentimiento representa cada uno. Por ejemplo: el rojo: enojo, el amarillo: alegría, el negro: miedo...
- Queremos compartimos a los papás un cuento para que puedan encontrar algunas situaciones a trabajar con los niños. La sugerencia es para los adultos, NO para mirar con los niños, dado que el mismo representa las emociones con colores diferentes al cuento anterior y podría confundir a los niños. Obviamente que las emociones no tienen color, pero son un recurso a la hora de trabajarlas. El cuento sugerido es: “Monstruo triste - Monstruo feliz” de Anne Miranda y Ed Emberly <https://www.youtube.com/watch?v=B9YMaeehOmk>
- Nos reunimos en familia e intentamos poner en palabras: ¿qué es lo que nos hace sentir felices? ¿qué situación nos hace sentir tristes?... Luego, elegimos una emoción y creamos una máscara, utilizando papeles de colores, témperas, crayones, lanas, etc.

- ¿Cómo es mi cara cuando estoy... (elegir una emoción)? Frente a un espejo, imitamos caras reflejando diferentes expresiones: felicidad, tristeza, enojo, susto, miedo, etc.
- Con ayuda de mamá recortamos ojos, narices y bocas de diferentes revistas y jugamos a formar diferentes caras con ellas.



- En algunas situaciones, es difícil poner en palabras lo que sentimos y es cuando llegan las ¡RABIETAS! Miramos el cuento “Las rabieta de Julieta” de Steve Antony.
<https://www.youtube.com/watch?v=vnCXRpQKLMo>
- Jugamos con almohadas de distintos tamaños, las levantamos y apoyamos sobre el piso, las ponemos sobre la cabeza, las apretamos y sentimos su textura, luego descansamos sobre ellas escuchando música suave.
<https://www.youtube.com/watch?v=IXcGORjWte8>
- Vemos el video cuento “Así es mi corazón” de Jo Witek y Christine Roussey
https://www.youtube.com/watch?v=SeQs_5kEyuY
- ¿Cómo es tu corazón? Creamos un corazón, con los materiales que tenemos en casa. Podemos pegarles tapitas plásticas, papeles, dibujarlos con tizas húmedas, etc.

- A veces, la tristeza invade nuestro corazón, pero con ayuda y compañía ¡todo mejora!. Escuchamos “La cebra Camila” de KALANDRA. <https://www.youtube.com/watch?v=EGPYeahpYMI>
- Experimentamos la calma, mientras escuchamos música clásica y pintamos (o dibujamos) al compás de la misma. <https://www.youtube.com/watch?v=ICATLQaUJBA>
- Decorar en familia un frasco de mermelada o similar al que llamaremos: “El frasco de las emociones”. Todos los días, dedicar un momento breve pero tranquilo y consciente, para hablar en familia sobre cómo nos sentimos. Pueden hacerse preguntas tales como: ¿Cómo te sientes hoy? El adulto ayuda a recordar el nombre de las emociones. Otro día se puede preguntar: ¿De qué color me siento hoy?
- Otro día conversamos sobre cuando me siento triste..., ¿en qué parte del cuerpo lo siento? ¿Y cuándo me siento feliz? Plasmar los sentimientos diariamente en un papel por medio de palabras o un dibujo, e introducirlos en “El frasco de las emociones”.

Los invitamos a compartir las fotos de las actividades en el Facebook institucional y a recordar, en este año tan particular, el estribillo de la canción de nuestro lema lasallano 2020: “Juntos lo hacemos posible”.

IMPORTANTE

La temporalidad de las propuestas es flexible. Recuerden realizar los registros fotográficos de las propuestas para poder compartirlos en el Facebook institucional del colegio.

Colegio La Salle Jobson

Jardín de Infantes Particular Incorporado N° 1267
Pje. Hermanos De La Salle 3251
(S3000IGM) Santa Fe - Argentina
Tel. (+54) (0342) 452 0146/47/48
www.lasallejobson.edu.ar