Emociones en juego: aprendiendo a expresar y gestionar lo que sentimos

Category: Comunidad de Convivencia
7 de abril de 2025

INDAGACIÓN

Tema /Subtemas:

Escucha atenta y activa. Identificación y reconocimiento de las emociones.

Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos gestionar y poner en palabras lo que sentimos?

Contexto:

El aprendizaje emocional es un viaje que dura toda la vida. En la escuela, podemos sentar las bases para desarrollar habilidades emocionales sólidas que servirán a los estudiantes a aprender a reconocerlas para gestionarlas. Este proyecto busca crear un espacio seguro y acogedor para los niños, priorizando su bienestar emocional y social. Ofrece un entorno donde se sientan escuchados y valorados, fomentando el respeto y la empatía. A través de actividades diseñadas para sus necesidades, se les brinda apoyo para su desarrollo integral, promoviendo su autoconfianza y sentido de pertenencia.

Objetivo general del proyecto:

Fortalecer el aprendizaje de valores para la convivencia y la construcción de las buenas relaciones en la escuela. Fomentar la identidad y la confianza en los niños es clave para su crecimiento, un entorno seguro les permite explorar su autonomía y expresar emociones, fortaleciendo su autoconfianza y habilidades comunicativas. Aprender a resolver conflictos mediante el diálogo y al manejo de situaciones difíciles y así convertirse en individuos seguros y empáticos.

DISEÑO PEDAGÓGICO

Objetivos de Capacidades y de Aprendizajes que se desarrollarán con el proyecto:

Lograr una comunicación fluida
Desarrollar la escucha activa.

Fortalecer valores.
Manejar la frustración, se desarrollaran a través del trabajo de la gestión de emociones, entre docentes y alumnos.
Crear un ambiente seguro y respetuoso.
Establecer reglas claras para la comunicación.
Proporcionar retroalimentación positiva.
Incluir actividades que fomenten la empatía.
Expresar emociones adecuadamente.
Fomentar un ambiente de comprensión y respeto mutuo.
Reconocer la necesidad de ayuda y utilizar recursos.

ÁREAS Y CONTENIDOS

todas las áreas están involucradas ya que es un proyecto institucional

Contenidos curriculares:

Ciencias Sociales:

La vida en sociedad y las normas: Estudio de las reglas de convivencia en diferentes contextos, análisis de su importancia, reflexión sobre los derechos y responsabilidades de los miembros de un grupo. Diversidad cultural y social: Exploración de diferentes costumbres, tradiciones, valores y formas de vida. Reconocimiento y respeto por las diferencias individuales y grupales. Prevención de estereotipos y prejuicios. Conflictos y resolución pacífica: Análisis de situaciones conflictivas cotidianas, identificación de las partes involucradas y sus perspectivas. Exploración de estrategias de diálogo, negociación y mediación. La construcción de la identidad y la pertenencia: Reflexión sobre la propia identidad, la identificación con grupos (familia, amigos, escuela), el sentido de comunidad y la importancia de la participación.

Ciencias Naturales:

El cuidado de uno mismo y de los otros: Estudio de la salud integral (física, mental y social), la importancia de la prevención, el respeto por la diversidad corporal y las necesidades individuales. El ambiente como espacio compartido: Reflexión sobre el impacto de las acciones individuales y colectivas en el ambiente, la importancia de la sustentabilidad y la responsabilidad ambiental como forma de convivencia con el planeta y las futuras generaciones. La diversidad de los seres vivos y sus interacciones: Valoración de la biodiversidad, comprensión de las cadenas tróficas y las relaciones de colaboración y competencia en la naturaleza, como analogías para reflexionar sobre las interacciones humanas.

Tecnología:

Herramientas digitales para la comunicación y la colaboración: Aprendizaje de normas de netiqueta, uso seguro y ético de las tecnologías, desarrollo de habilidades para la comunicación online efectiva y la colaboración en entornos

virtuales. La tecnología al servicio del bien común: Exploración de proyectos tecnológicos con impacto social positivo, diseño de soluciones tecnológicas que promuevan la inclusión, la accesibilidad y la convivencia. Pensamiento crítico y ciudadanía digital: Identificación de noticias falsas, comprensión de los riesgos de la desinformación, promoción del respeto y la empatía en las interacciones virtuales.

Música:

La música como lenguaje universal y expresión de la identidad cultural: Audición y análisis de músicas de diferentes culturas y épocas que transmitan mensajes de paz, solidaridad y respeto. Creación de canciones o piezas musicales colaborativas que expresen valores de convivencia. El sonido y el silencio en la comunicación y el respeto: Actividades de escucha activa, reconocimiento de los sonidos del entorno, reflexión sobre el impacto del ruido en la convivencia y la importancia del respeto por los espacios de silencio.

Educación Física:

El juego y el deporte como espacios de encuentro y construcción de normas: Diseño y práctica de juegos cooperativos, reflexión sobre la importancia del juego limpio, el respeto por el adversario y la aceptación de la diversidad de habilidades. El cuerpo y el movimiento como formas de expresión y comunicación: Actividades de expresión corporal que fomenten la empatía, la comunicación no verbal y la comprensión de las emociones propias y ajenas. El cuidado del cuerpo propio y el respeto por el cuerpo de los demás: Reflexión sobre la importancia del respeto por la intimidad, la prevención de la violencia y el acoso, y la promoción de relaciones saludables.

E.S.I.

El respeto por la diversidad y la identidad de género: Información sobre la diversidad sexual y de género, reflexión sobre los estereotipos y prejuicios, promoción de un trato igualitario y libre de discriminación. El desarrollo de vínculos afectivos saludables y el buen trato: Desarrollo de habilidades para la comunicación afectiva, el reconocimiento de las emociones propias y ajenas, la identificación de situaciones de maltrato y la búsqueda de ayuda. El cuidado del propio cuerpo y la salud sexual y reproductiva: Información sobre los cambios en la pubertad, la prevención de infecciones de transmisión sexual, la importancia del consentimiento y la toma de decisiones responsables sobre la propia sexualidad.

Lengua:

La comunicación como herramienta para la interacción y la construcción de acuerdos: Práctica del diálogo, el debate y la argumentación respetuosa. Análisis de normas, reglamentos y otros textos que establecen pautas de convivencia. La

lectura y la escritura como formas de conocer otras perspectivas y construir empatía: Análisis de personajes y situaciones que permitan reflexionar sobre diferentes puntos de vista. Escritura de cartas, mensajes, cuentos o poemas que promuevan valores de respeto, solidaridad e inclusión. El lenguaje como herramienta para prevenir la discriminación y promover la igualdad: Análisis crítico del lenguaje sexista, racista y otras formas de discriminación. Promoción de un lenguaje inclusivo y respetuoso de la diversidad.

Producto final esperable:

Crear un mural de las emociones como expresión colectiva. Creado por todo el grupo, donde se representan las diferentes emociones a través de dibujos, pinturas, collages o esculturas. Para socializarlo en reuniones de familias.

PLANIFICACIÓN

Duración del proyecto:

2025

Acciones a llevar a cabo:

Fase 1: Exploración y Reconocimiento (Primer Trimestre)

«Cuentos Emocionales»: Lectura y análisis de cuentos que exploren diferentes emociones. Discusión sobre cómo se sienten los personajes y cómo manejan sus sentimientos. «El Juego de las Emociones»: Juegos de mesa y actividades lúdicas para identificar y expresar emociones. Por ejemplo, juegos de roles, «adivina la emoción», o juegos de cartas con imágenes de emociones. «Música y Emociones»: Exploración de diferentes géneros musicales y su relación con las emociones. Los niños pueden dibujar o moverse al ritmo de la música para expresar lo que sienten. «Expresión Corporal»: Actividades de movimiento y expresión corporal para explorar cómo se manifiestan las emociones en el cuerpo. Analizar las normas de convivencia del aula, y crear normas de manera grupal. Debatir sobre la diversidad cultural y social, y la importancia del respeto mutuo. Aprender sobre como el cuidado del cuerpo, y la buena alimentación, influyen en nuestro estado emocional. Ampliar el vocabulario emocional a través de la lectura de cuentos y poesías.

Fase 2: Expresión y Regulación (Segundo Trimestre) «El Teatro de las Emociones»: Creación de pequeñas obras de teatro o títeres para representar situaciones emocionales y explorar diferentes formas de reaccionar. «Técnicas de Relajación»: Introducción de técnicas de relajación como la respiración profunda, la meditación guiada o el mindfulness para ayudar a los niños a regular sus

emociones. «El Rincón de la Calma»: Creación de un espacio en el aula donde los niños puedan ir cuando necesiten un momento de tranquilidad. «Arte y Emociones»: Expresión de emociones a través del arte: pintura, dibujo, escultura, etc. «Debates Respetuosos»: Se realizarán debates sobre temas que generen diferentes emociones, aprendiendo a escuchar y respetar opiniones diversas. Aprender sobre netiqueta, y como comunicarnos de forma respetuosa online. Investigar sobre proyectos tecnológicos que ayuden a la inclusión. Debatir sobre el respeto por la diversidad y la identidad de género.

Fase 3: Empatía y Convivencia (Tercer Trimestre) «El Mural de las Emociones»: Creación colaborativa del mural, donde cada niño representará una o varias emociones a través de diferentes técnicas artísticas. «Historias de Empatía»: Creación de historias o cuentos que promuevan la empatía y la comprensión de las emociones ajenas. «Proyectos de servicio»: Realización de proyectos sencillos para ayudar a otros, fomentando la colaboración y el sentido de comunidad. «Resolución de Conflictos»: Aprendizaje de estrategias de diálogo y negociación para resolver conflictos de manera pacífica.

Educación física: Realizar juegos cooperativos, donde se fomente el respeto y la empatía. Aprender sobre la importancia del cuidado del cuerpo propio, y el respeto por el cuerpo de los demás. Creación de cartas, mensajes, cuentos o poemas que promuevan valores de respeto, solidaridad e inclusión. Analizar críticamente el lenguaje sexista, racista y otras formas de discriminación.

«Cine foro de emociones»; Escoger películas animadas o cortometrajes que aborden temas relacionados con las emociones de una manera adecuada para niños. Después de cada proyección, realizar una sesión de discusión donde los estudiantes puedan compartir sus impresiones, sentimientos y conectar las historias con sus propias experiencias.
«Fomentar la Comunicación Efectiva»: Organiza talleres donde los estudiantes aprendan a expresar sus sentimientos de manera clara y respetuosa, a escuchar activamente y a utilizar el «yo» para expresar sus necesidades. Actividades prácticas: Realizar juegos de rol y simulaciones de situaciones conflictivas para que los estudiantes practiquen las habilidades de comunicación aprendidas. “Talleres de convivencia positiva”: Vivenciar diferentes talleres de Convivencia Positiva. Educación para la Paz junto al Equipo Interdisciplinario comunal.

RECURSOS

Disponibles en la institución:

La escuela cuenta con computadoras, proyector, internet, material del Ministerio de Educación como: Referentes Escolares de ESI. Educación primaria, recursero de ESI.

Necesarios para llevar adelante el proyecto:

Tenemos todo lo necesario para llevar adelante el proyecto.

Organizaciones aliadas:

Nos interesa vincularnos con el Equipo interdisciplinario de la Comuna Local. Nos vinculamos con la comuna de la localidad; las escuelas pertenecientes al distrito; con profesionales de la salud y psicopedagoga del Equipo de Niñez, Adolescencia, Familia, Género y Diversidad de la comuna local.

FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:

Cursos o talleres sobre afectividad, escuelas para la paz.

EVALUACIÓN

Criterios e instrumentos de evaluación:

Evaluación del proceso formativo.
Observación directa.
Autoevaluación, reflexión y retroalimentación.
Evaluación basada en observación directa.
Valoración de la capacidad de escucha.
Consideración de la predisposición ante las propuestas.
Importancia de un ambiente de aprendizaje receptivo y colaborativo.
Observación de la participación activa en juegos y actividades.
Análisis de la interrelación y vínculos con docentes y compañeros.
Importancia de la colaboración en un entorno social. Evaluación del tiempo dedicado a las actividades.
Aseguramiento de un aprovechamiento eficiente de las experiencias. Evaluación integral y justa de las jornadas.

SOCIALIZACIÓN

Del proyecto:

Se difundirá a través de la redes sociales y reuniones de familias.

De los resultados:

A través de las redes sociales y organización de una exposición del mural en una reunión de familias, donde los niños podrán explicar su proceso creativo y las

emociones que representaron. Además se creará un video o presentación digital con fotos y videos del proceso de creación del mural, incluyendo reflexiones de los niños sobre su aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN

Integrantes del proyecto:

Quinteros Karina director de 3era
Paoli Gisela Maestro de grado
Alassia María Paula maestro de grado

Cantidad estimada de participantes:

Docentes y directivos: 23
Estudiantes: 110

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Quinteros Karina
Email del referente: prim337_felicia@santafe.edu.ar