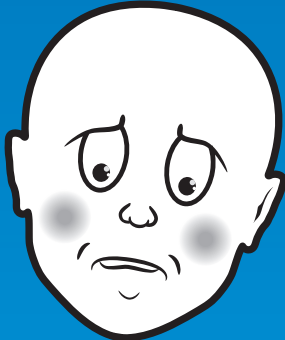
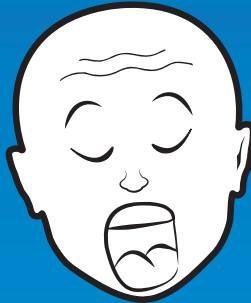


Guía para el profesor

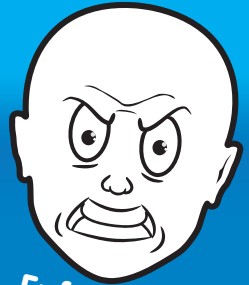
Ayuda a los niños a identificar y aprender sobre distintos sentimientos para que puedan expresarse con claridad y comunicarse más eficazmente con los demás.



Tímido



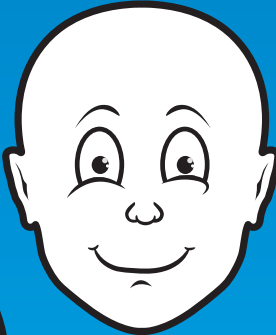
Cansado



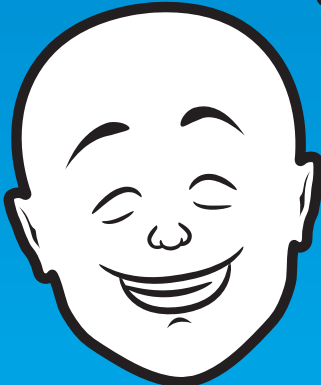
Enfadado



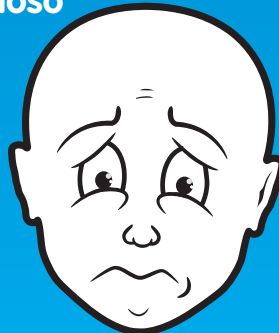
Triste



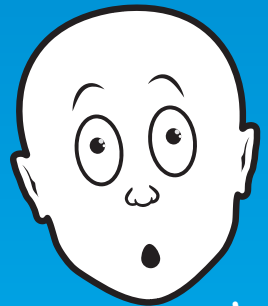
Orgullosa



Feliz



Angustiado/Preocupado



Sorprendido

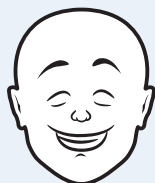
inspira • capta • educa

Introducción de la Guía para la Comprensión de Sentimientos

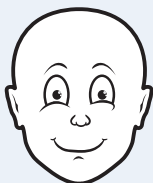
Los recursos de Comprensión de Sentimientos se pueden utilizar de muy diversas maneras para ayudar a los niños a identificar y aprender sobre una gama de sentimientos, así como para ayudarles a expresarse con claridad y a comunicarse más eficazmente con los demás.

Contenido del paquete:

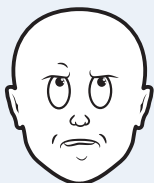
- 13 x Rostros de acetato transparente con expresiones faciales que demuestran una gama de sentimientos y emociones diferentes.
- 3 x Rostros de acetato transparente sin imprimir que los niños pueden utilizar con un rotulador de borrar en seco.
- 3 x Rostros de acetato blanco que se pueden utilizar con un rotulador de borrar en seco.
- 3 x Rostros especulares reflectantes para que los niños puedan observar y crear sus propias expresiones faciales.
- Pósteres de emociones con una clave que identifica los 13 rostros de sentimientos o emociones diferentes.



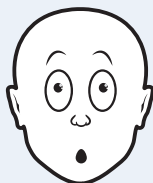
Feliz



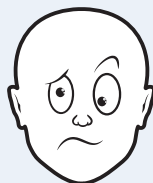
Orgulloso



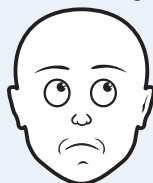
Impaciente



Sorprendido



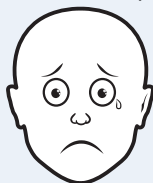
Confuso



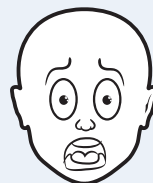
Aburrido



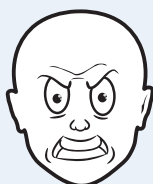
Cansado



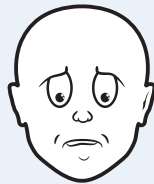
Triste



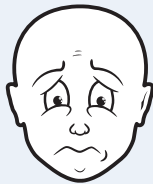
Asustado



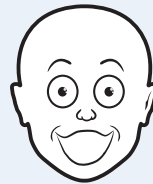
Enfadado



Tímido



Angustiado/Preocupado



Excitado

Esta guía y los componentes del juego solo se pueden fotocopiar libremente dentro del establecimiento propietario.

Información guía:

De los trece sentimientos y emociones diferentes incluidos en este paquete de recursos, algunos serán más fáciles de reconocer que otros para los niños. Es recomendable comenzar por introducir las cuatro emociones básicas: feliz, triste, enfadado y asustado. Introduzca los sentimientos uno por uno ante los niños.

¿Es así como me siento?

Elige un rostro de sentimiento – el rostro feliz es una buena opción – para mostrárselo a un grupo de niños. Pregunta a los niños:

‘¿Cómo os parece que se siente esta persona?’

‘¿Os habéis sentido así alguna vez?’

‘¿Podéis pensar en una situación que siempre os haga sentir así?’

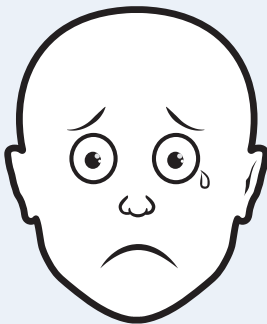
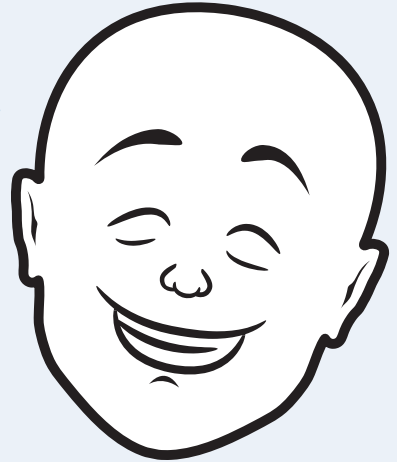
Escucha los comentarios de los niños y sigue toda conversación interesante que pueda surgir.

Anima a los niños a completar la afirmación:

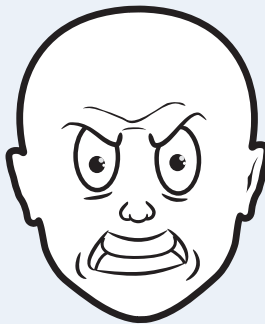
‘Me siento feliz cuando...’

Discute con el grupo cómo todos somos diferentes y cómo diferentes situaciones les hacen sentirse felices.

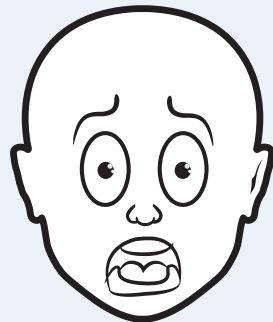
Ahora, puedes repetir el ejercicio utilizando los rostros triste, enfadado y asustado.



Triste



Enfadado



Asustado

Con los niños más mayores puedes ampliar la gama de rostros/expresiones utilizados, ya que serán más hábiles para distinguir entre las distintas expresiones mostradas en los rostros.

Adivina cómo me siento ?

Cuando los niños se hayan familiarizado con las distintas expresiones de los rostros de sentimientos, podrás animarlos a que imiten las diferentes expresiones. Utiliza el rostro especular reflectante para esta actividad.

Puedes practicar un juego con un grupo de niños en el que un niño elige una de las expresiones, y luego, sin dejar que el resto del grupo la vea, imita la expresión del rostro de sentimientos. El resto del grupo tiene que intentar adivinar qué sentimiento se está expresando.

Puedes hacer fotografías de los niños mostrando los diferentes sentimientos y crear un álbum. Luego se podría animar a otros niños a adivinar qué sentimientos refleja cada una de las expresiones. Una vez más, comienza por los sentimientos más fáciles de reconocer y aumenta la gama con el tiempo.

Para ampliar esta actividad, anima a los niños a centrarse en tan solo un elemento de las diferentes expresiones — los ojos o la boca. Despliega los rostros de sentimientos sobre una mesa o panel de luz y cubre la parte inferior de cada rostro de forma que solo sean visibles los ojos. Pide a los niños que adivinen lo que significa cada expresión. Repite exponiendo solo la mitad inferior de los rostros de sentimientos.

Cuánto más conscientes sean los niños de los mensajes que transmiten a través de sus expresiones y lenguaje corporal, más emocionalmente cultos serán.

Así es como me siento hoy

Los niños también pueden grabar los rasgos de sus diferentes sentimientos utilizando el rostro especular reflectante, para luego dibujarlos en el rostro en blanco con un rotulador de borrar.

Por ejemplo, un niño que muestra un rostro feliz en el espejo, intentará dibujar una sonrisa en el rostro blanco en blanco.

Alternativamente, puedes emplear el rostro de acetato sobre una caja de luz para que los niños copien los rasgos en el rostro blanco en blanco.

Comprensión de los mensajes

Otra actividad para que los niños desarrollen su comprensión de los sentimientos es ofreciéndoles una frase simple, por ejemplo: 'Me voy a casa'.

Pide a los niños que intenten decirla con voz feliz o con voz triste.

¿Pueden decirla con voz de enfado o voz de miedo?

Estas voces diferentes se pueden grabar y luego reproducir para que un grupo de niños discuta y adivine el sentimiento.

Narración

Los recursos de Comprensión de Sentimientos representan un gran punto inicial para que un grupo pequeño de niños invente una historia que incluya sentimientos.

Anima a los niños a utilizar los rostros de sentimientos para mostrar cómo los personajes de su historia reaccionan ante diferentes situaciones. Una vez más, puedes comenzar solo con los rostros feliz, triste, enfadado y asustado, para luego introducir diferentes sentimientos, a medida que los niños progresen.

A los niños más mayores se les puede animar para que representen una historia a través del mimo, empleando los rostros de sentimientos para transmitir su mensaje a la audiencia.

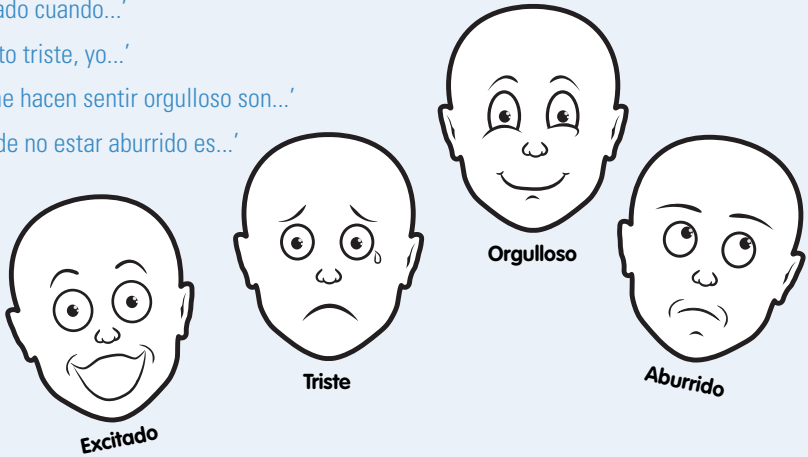
Los rostros de sentimientos también son un elemento útil para estimular la narración. Utiliza los rostros de acetato sobre una caja de luz para iniciar una historia, por ejemplo:

'Me siento excitado cuando...'

'Cuando me siento triste, yo...'

'Las cosas que me hacen sentir orgulloso son...'

'La mejor forma de no estar aburrido es...'



Lenguaje corporal

A medida que los niños sean más conscientes de las formas en que demostramos nuestros sentimientos, desarrollarán su habilidad para leer los sentimientos y las emociones de los demás. Puedes ampliar esta experiencia animando a los niños a pensar en cómo expresamos nuestros sentimientos a través de la forma en que movemos otras partes del cuerpo, no solo nuestros rostros.

Por ejemplo, puedes animar a un niño a crear un baile feliz o un baile triste, y a los otros niños del grupo a que adivinen el sentimiento/emoción expresado.

Una vez más, algunas de las emociones/sentimientos serán más fáciles de representar que otros, pero a medida que los niños progresen, serán capaces de pensar en formas de expresar mensajes muy sutiles y sofisticados a través de su lenguaje corporal.

Aprender a leer estos mensajes en otras personas es una habilidad esencial para toda la vida, y útil para todos.

Uso del póster de emociones

La exposición del póster de emociones les permitirá a los niños usarlo como referencia de las diferentes expresiones. Los adultos pueden pedir a los niños que indiquen cómo creen que se sienten en diferentes situaciones. Animar a los niños a verbalizar sus sentimientos cuando se enfrentan a diferentes experiencias les permitirá comunicarse con mayor eficacia.

Por ejemplo, dos niños que discuten por un objeto pueden utilizar el póster de emociones para explicar, con apoyo, cómo se sienten:

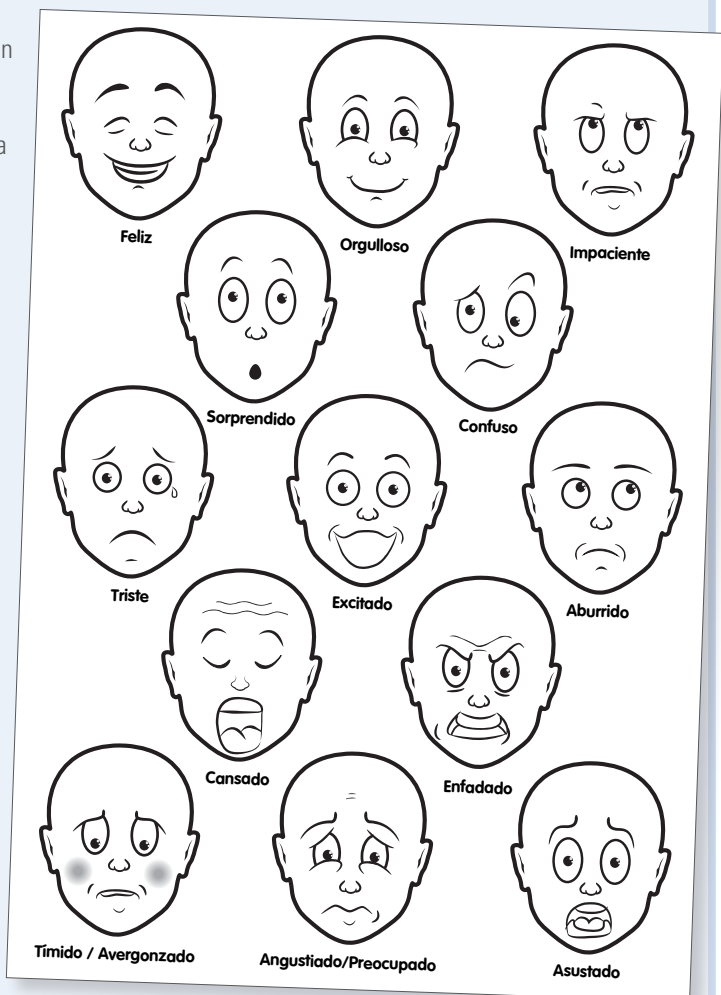
'Me sentí triste cuando me quitaste el rotulador.'

'Me sentí enfadado porque no me dejabas el rotulador y por eso te lo quité.'

La función de los adultos es animar a los niños a que observen cómo su comportamiento afectó a la otra persona, y a que discutan cómo pueden resolver la situación.

Puedes utilizar el póster de emociones y los rostros de sentimientos para interesar a un grupo de niños en discutir las reglas necesarias para asegurar que podamos vivir y trabajar juntos en armonía.

Emplea los rostros de sentimientos para discutir el efecto que diferentes acciones/situaciones puede tener sobre las personas del grupo, y acordar juntos cómo gestionar dichas situaciones para beneficio de todos.



inspira • capta • educa