

Actividades sugeridas del Programa

1. Los estudiantes escuchan o leen un cuento a partir del cual identifican las emociones que experimentan los personajes y la forma en que lo expresan. Pueden guiarse por preguntas como: ¿cómo crees que se siente "x"? ¿Cómo sabes que se siente así? ¿Cómo te sentirías tú en su lugar?, entre otras. **® Lenguaje y Comunicación.**

Observaciones al docente:

Se sugiere seleccionar cuentos de: Coeymans, M.E. (2007). *Cuentos para conversar*. Santiago, Chile: Nueva Patris.

2. Los estudiantes, mediante una lluvia de ideas, nombran todas las emociones que conocen. Cada uno buscará en el diccionario aquellas cuyo significado no sabe y redactará un breve párrafo en el cual se dé una situación que manifieste la emoción. Por ejemplo: "Mi papá me felicitó porque ordené mi pieza y ayudé a limpiar la casa. Yo me sentí muy alegre".
3. Los estudiantes voluntariamente realizan la mímica corporal de una emoción que el docente le asigna para que los demás estudiantes la adivinen. Los alumnos deben indicar cómo identificaron la emoción y si hubo gestos específicos que les facilitaron adivinar de qué emoción se trataba (por ejemplo, mirada, posición de los ojos, de la boca, entre otros).

Observaciones al docente:

Se sugiere reforzar la idea de que las emociones tienen asociados ciertos gestos, expresiones físicas que sirven para indicar a otros cómo nos sentimos. Preguntar por ejemplo, qué sucedería si un alumno dice que está muy triste pero en su rostro hay una gran sonrisa, o si dice que está muy contento pero cabizbajo. Reflexionar junto a los estudiantes la importancia de la coherencia entre la emoción que se dice y la forma en que se expresa.

4. Los estudiantes van registrando en la pizarra la rutina propia de un alumno de 3° básico en un día de colegio. Luego entre todos van identificando las emociones que suelen tener en cada uno de esos momentos señalando por qué. Las registran en una ficha de trabajo.
Ejemplo:

Actividad	Emociones habituales
Inicio de clases	<ul style="list-style-type: none">• Alegre por encontrarme con mis compañeros.• Asustado por llegar atrasado.
Hora de lectura silenciosa	<ul style="list-style-type: none">• Entusiasmado por continuar leyendo mi cuento.• Desanimado porque prefiero dibujar.
Recreo	<ul style="list-style-type: none">• Contento por poder salir a jugar.• Preocupado porque la cancha puede estar ocupada.
Otra:	

Entre todos, guiados por el docente, comentan cómo cada uno durante el día puede experimentar distintas emociones, y que también pueden experimentar emociones diferentes a las de sus compañeros.

5. Los estudiantes forman parejas y realizan un comic en donde el diálogo de los personajes expresen diferentes emociones en forma evidente. Exponen los trabajos al resto del curso. **® Lenguaje y Comunicación.**

6. Los estudiantes completan una ficha para reflexionar sobre sus emociones y conocer sus formas de reaccionar ante una lista de circunstancias.

Ficha de Trabajo	
Complete las siguientes oraciones:	
1-	Cuando estoy triste yo ...
2-	Cuando recibo un regalo yo ...
3-	Cuando llego a mi casa después del colegio yo ...
4-	Cuando juego con mis amigos yo ...
5-	Yo quiero mucho a ...
6-	Yo me enojo cuando ...
7-	Lo que me hace muy feliz es ...
8-	Mis amigos dicen que yo ...
9-	Mis papás dicen que yo...
10-	Cuando estoy muy feliz yo ...

7. Los estudiantes elaboran una lista de las posibles formas de expresar una emoción determinada a partir de varias situaciones planteadas. Luego las clasifican en formas apropiadas y no apropiadas según el contexto en que se dan. Fundamentan su elección. Por ejemplo:

Situación	Formas de expresar la emoción	Formas inapropiadas	Formas apropiadas	Fundamentación
Alegría				
1. Recibir una buena nota. 2... 3...	- Contarle a la mamá. - Gritar en la sala.	- Gritar en la sala.	- Contarle a la mamá.	
Pena				
1.. 2.. 3..				
Rabia				
1.. 2.. 3..				
Miedo				
1.. 2.. 3..				

8. A partir de la actividad anterior seleccionan algunas situaciones y dramatizan las formas apropiadas de expresión de emociones que ellos propusieron.
9. Los estudiantes completan una ficha en la que proponen formas de manejar algunas expresiones de las emociones. Por ejemplo: respirar profundo, contar hasta 10 antes de actuar, salir a caminar, esperar que la emoción se pase, conversar con alguien.

Situación	Emoción dominante	Forma inapropiada de expresar la emoción	Forma alternativa de manejar la emoción
Pedro estuvo toda la tarde haciendo su tarea. Patricia, su hermana chica, le rayó el cuaderno cuando él no estaba mirando. Pedro se enojó tanto que le gritó y le tiró el pelo.	Rabia	Gritar y tirar el pelo	Respirar profundo Hablar con un adulto ...
	Alegría		

10. A partir de la actividad anterior dramatizan las formas de manejo de la expresión de sus emociones, seleccionando algunas situaciones parecidas.
11. Los estudiantes en grupos preparan afiches promoviendo estrategias de expresar las emociones en forma apropiada. Los exponen frente al curso.