



¡Así como la **vida educa**  
la **educación da vida!**

**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación



**Re**crea  
Educación para refundar 2040



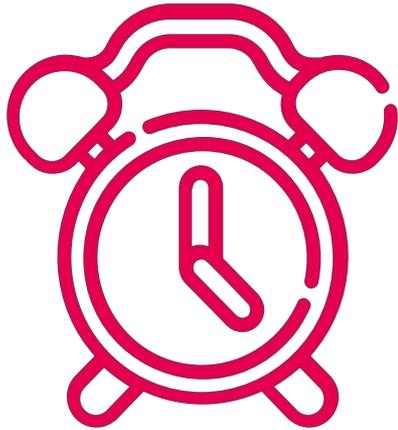
60  
minutos

Preescolar

# CARETAS EMOCIONALES



# ¡Para Iniciar!



Hola, ¿cómo estás?

Vamos a comenzar a hacer unas actividades muy divertidas que te van a ayudar a sentirte mejor, busca un lugar en donde te guste trabajar en tu casa.

Para comenzar observa y contesta el siguiente ejercicio:



?

ENCUENTRA  
5  
DIFERENCIAS



## ¿Qué queremos lograr?

Valorar la importancia del autoconocimiento a partir de la exploración de las motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones propias, así como su efecto en la conducta y en los vínculos que se establecen con otros y con el entorno, así mismo aprender a autorregular las emociones y generar las destrezas necesarias para solucionar conflictos y lograr una convivencia armónica con sus semejantes.

**Aprendizaje clave: Educación socioemocional.**

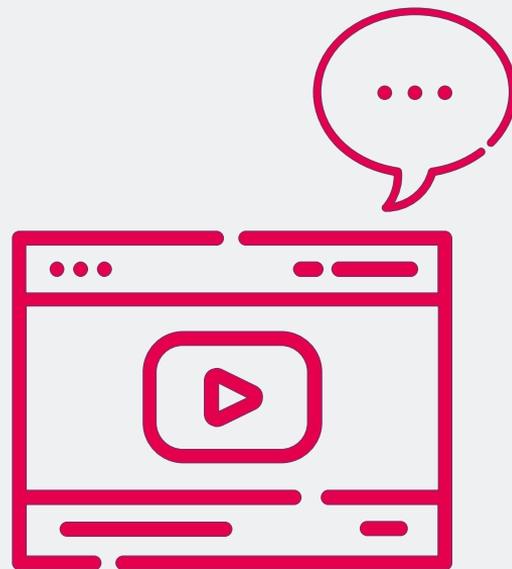
## ¿Qué temas conoceremos?

- **Cómo nombrar y expresar mis emociones.**

## ¿Qué necesitamos?

### Material:

- **Cartulina**
- **Plumones**
- **Crayolas**
- **Palitos de madera**
- **Pegamento**
  
- **TIEMPO: 45 min.**



## ¡A Trabajar!



1. Se elaboran caretas con las emociones básicas (miedo, tristeza, enojo, alegría) para jugar con los pequeños.

2. Se inicia el juego volteando las caretas con la cara abajo.

3. Cada niño escoge una careta al azar y tendrá que decir una frase acorde a la expresión de su careta.

## Ideas para la familia



Los padres pueden dar variantes a este juego de caretas.

Ejemplo: al elegir una careta de miedo el niño podrá decir:

!!Me asusta esa araña que veo en la pared!!

Pueden jugar con pequeños diálogos sobre situaciones que nos ponen contentos, asustados o enojados.

Tiempo: 45 min.

# Recrea

Educación para refundar 2040

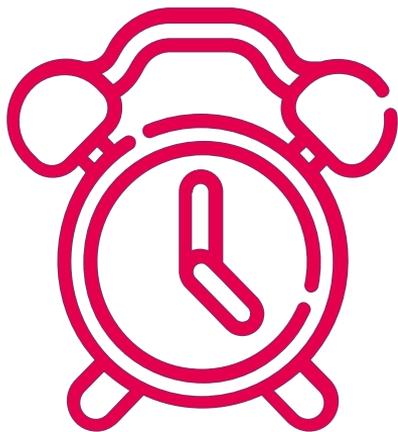


60  
minutos

## NOMBRE LO QUE SIENTO



¡Para  
Iniciar!



Hola, ¿cómo estás?

Vamos a comenzar a hacer unas actividades muy divertidas que te van a ayudar a sentirte mejor, busca un lugar en donde te guste trabajar en tu casa.

Para comenzar observa y contesta el siguiente ejercicio:



?

ENCUENTRA  
5  
DIFERENCIAS



## ¿Qué necesitamos?

### Material:

Cilindros de cartón

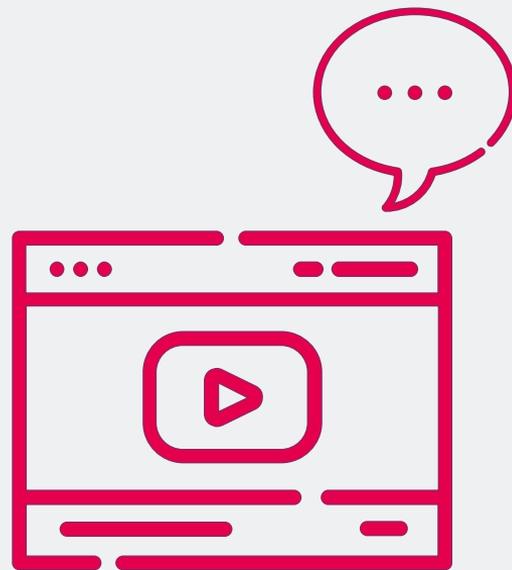
Cartulina

Dibujos de caritas

Tijeras

Pegamento

Tiempo: 40 min.



## ¿Qué queremos lograr?

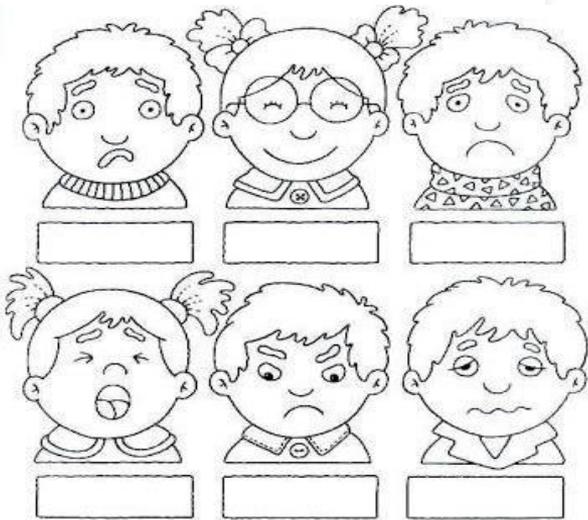
Desarrollar las competencias emocionales en los pequeños, para que logren poner el nombre correcto a sus emociones y sentimientos para poco a poco aprender a comunicarlas.

Aprendizaje clave: Educación socioemocional

## ¿Qué temas conoceremos?

- **Cómo nombrar y expresar mis emociones.**

# ¡A Trabajar!



- 1. Imprimir y recortar las caritas y pegarlas en el cilindro o dibujarlas con plumones, estas irán al interior.
- 2. Formar un cilindro de cartulina y dibujarle al exterior un niño o una niña, previamente iluminado por su hijo (a).
- 3. Permitir que el niño juegue a girar los cilindros y que nos diga cuándo se siente contento, triste, enojado o asustado.
- 4. Variación. Hacer al menos 3 cilindros y provocar diálogos entre los niños y con los papás sobre lo que sienten; inventar un cuento con los personajes, etc.

# Recrea

Educación para refundar 2040

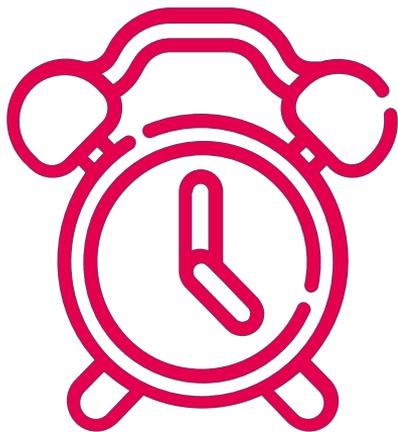


## EL TENEDERO



60  
minutos

¡Para  
Iniciar!



Hola, ¿cómo estás?

Vamos a comenzar a hacer unas actividades muy divertidas que te van a ayudar a sentirte mejor, busca un lugar en donde te guste trabajar en tu casa.

Para comenzar observa y contesta el siguiente ejercicio:

ENCUENTRA

5

DIFERENCIAS



## ¿Qué necesitamos?

**Material:**

**Hojas blancas**

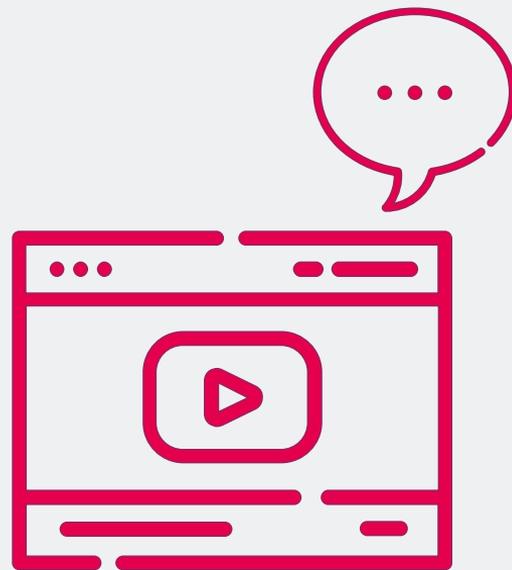
**Lápices**

**Crayolas**

**Cordón cualquier tipo**

**Pinzas de ropa**

**Tiempo: 45 min.**



¿Qué queremos lograr?

Favorecer el diálogo en los pequeños, sobre su autoconocimiento, así como alentarlos a externar sus gustos y preferencias frente a sus padres y hermanos.

Aprendizaje clave: Educación socioemocional.

¿Qué temas conoceremos?

- **Cómo nombrar y expresar mis emociones.**

# ¡A Trabajar!



1. El cordón se amarra de un extremo a otro en una habitación, a la altura de los niños.
2. Cada participante ( hijos y padres) realizan un dibujo sobre un momento feliz que recuerden.  
Al terminar su dibujo pasan a sujetarlo en el tendedero.
3. Para finalizar la actividad se socializan los momentos felices que han vivido con la intención del beneficio de recordar y revivirlos, así como reír sobre anécdotas divertidas
4. Variante. Otro miembro de la familia relatará su momento feliz (mamá, papá, hermano), También pueden imaginar y dibujar otros momentos en los que podrían ser felices.

## Ideas para la familia

Se sugiere realizar las actividades relajadamente, considerando que esta situación nacional de emergencia, nos brinda la oportunidad de desarrollar las competencias en los niños y niñas, las cuales les serán de mucha ayuda para transitar a una adolescencia con mayor salud emocional.



