

SET DE ACTIVIDADES DE DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL

¿Por qué es importante reforzar el desarrollo socioemocional desde el hogar?

Porque enseñar a los niños/as a reconocer y gestionar emociones, les permite incrementar la percepción de control sobre aquello que les ocurre y es fundamental para un adecuado desarrollo de su autoestima y autoconcepto. Compartir las emociones con los demás es fundamental para el desarrollo social de los niños/as. La manera más adecuada y divertida de educar en emociones es a través del juego, que les permite ir incorporando recursos que luego generalizara en su vida cotidiana. ¡Vamos a jugar!

Algunos consejos para la realización de las actividades

- Habilite un espacio en casa con los materiales y todo lo necesario para que el niño/a pueda disfrutar de los juegos.
- Invite al niño/a a pensar y conversar sobre los distintos juegos.
- Incentive al niño/a que sea el actor protagonista de los juegos, y que pueda expresar los sentimientos generados a partir de la actividad.
- Puede incentivar al niño/a a realizar dibujos después del juego.
- ¡Definan un horario diario para jugar/aprender en el hogar! Es importante que vean que nosotros también disfrutamos jugando con ellos/as.
- Puede participar en las actividades cualquier familiar adulto, la idea es que el niño/a se sienta acompañado/a.

ACTIVIDAD 1: ¿Qué quiero ser cuando grande?

 Duración: 30 minutos

En esta actividad, se busca que los niños/as conozcan sobre las diferentes profesiones u oficios que existen, a partir de los juegos de roles, para que puedan describirlas y finalmente caracterizarse con la que ellos/as elijan. Además, profundizaremos en lo que quieren ser cuando grandes y por qué. El objetivo es que puedan proyectar quién quieren ser, qué características tienen hoy que los ayudará a llegar a ser lo que sueñan, y expresar qué les haría sentir el conseguirlo.

MATERIALES



- Material reciclable
- Juguetes (teléfonos, cocinas, herramientas, cascos, juegos de doctor, pizarras, animales cualquiera que pueda usar en algún oficio o profesión)
- Ropa
- Accesorios como peinetas, pinches, bolsas de basura, cajas, etc.

PASO A PASO

- Reúna junto al niño/a elementos para disfrazarse de algún oficio o profesión, déjelos disponibles y ordenados para usarlos luego.
- Converse con el niño/a sobre los distintos oficios o profesiones que conocen, puede apoyarse con imágenes de los oficios desde el celular. Realice preguntas abiertas y permita al niño/a expresar. Pregunte *¿Qué profesión u oficio conoces? ¿Dónde lo viste o aprendiste? ¿Por qué es importante su trabajo diario? ¿Qué te gustaría ser a ti cuando grande? ¿Por qué?*
- Invite al niño/a a caracterizarse de la profesión u oficio que eligió, ayúdelo/a eligiendo la ropa o accesorios, respete sus decisiones. Pregunte *¿Por qué crees que serías un buen...? ¿Qué características tienes hoy que te harían ser un buen... en el futuro? ¿Cómo te sentirías si fueras...? ¿Por qué?*
- Luego motívelo/a a crear un dibujo de la profesión u oficio que eligió.

ACTIVIDAD 2 ¿Qué opinas tú?

🕒 Duración: 20 minutos

En esta actividad, se busca que los niños/as expresen sus sentimientos y emociones frente a distintas situaciones presentadas, y sean capaces también de identificar las emociones de otros y ponerse en su lugar. Por otro lado, se busca que sean capaces de emitir su opinión respecto de situaciones cotidianas.

PASO A PASO

MATERIALES

- Láminas de situaciones cotidianas.

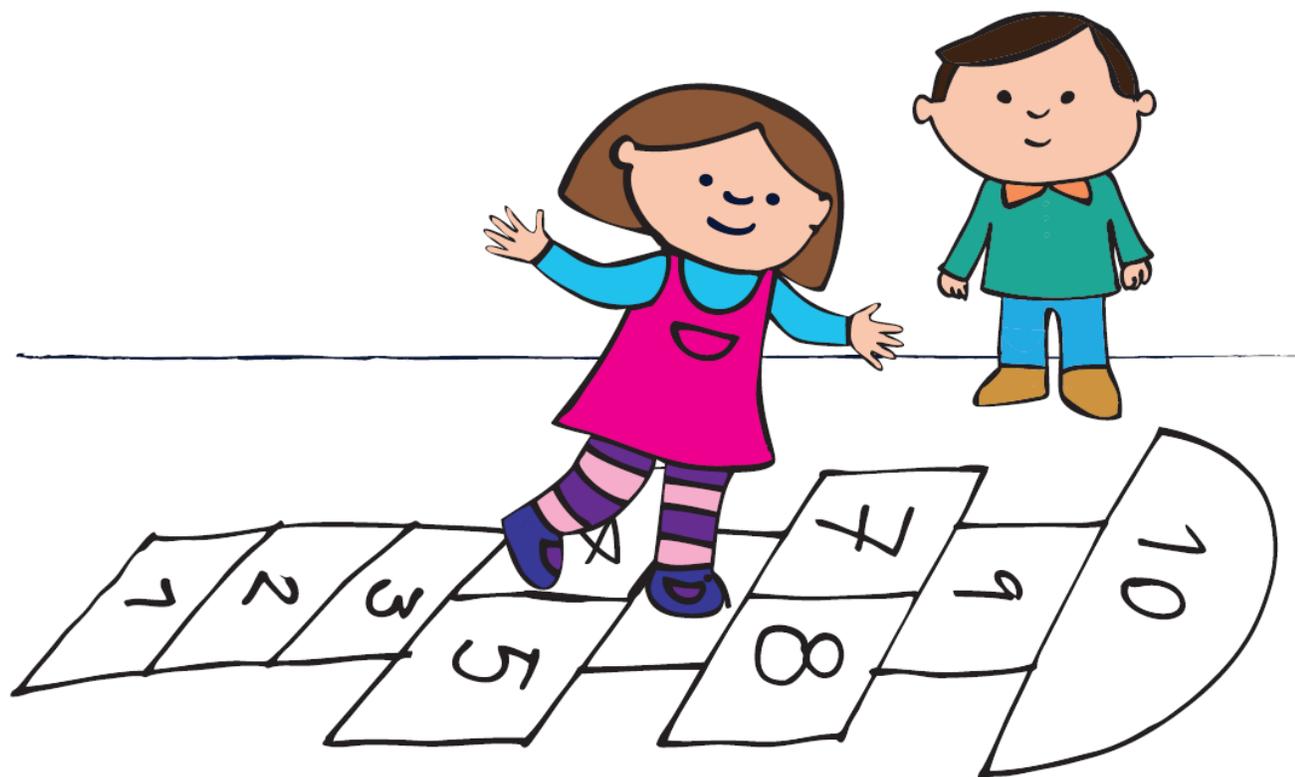
- Siéntese junto al niño/a en un lugar tranquilo y cómodo.
- Muestre las láminas al niño/a desde su celular, tablet o computador.
- Realice las preguntas que aparecen en la aparte de abajo de cada lámina u otras que crea pertinente a la conversación.

Por ejemplo *¿Crees que está bien lo que hizo ese niño/a? ¿Por qué?*
¿Qué harías tú? ¿Por qué?

- De tiempo al niño/a para responder y complemente sus respuestas. Recuerde que NO existen respuestas incorrectas; si usted considera que no es la respuesta adecuada, reoriente la conversación y entréguele pistas para que él/ella responda adecuadamente.
- Indague en la emoción que siente el niño/a frente a cada lámina.



- ¿Puedes describir qué está pasando en esta imagen?
- ¿Alguna vez has dado de comer a un animal? Cuéntame sobre ello.
- ¿Crees que es importante dar de comer a los animales? ¿Por qué?
- ¿Cómo te sientes cuando estás cerca de un animal? ¿Por qué?



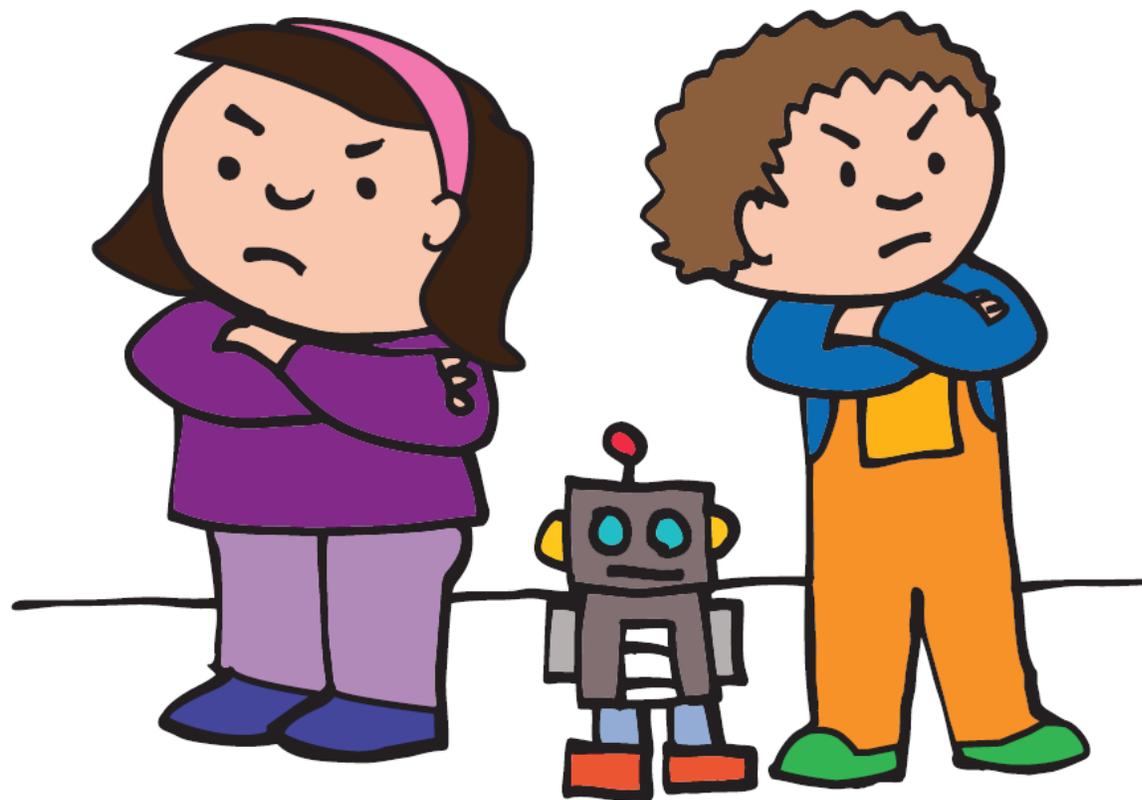
- ¿Puedes describir qué están haciendo los niños en esta lamina?
- ¿Qué sientes cuando juegas con tus amigos? ¿Por qué?
- ¿Cuál es tu juego preferido?



- ¿Puedes describir qué está ocurriendo en esta imagen?
- ¿Te gustan los libros? ¿Cuál es tu libro preferido? ¿Por qué?
- ¿Sabes leer? ¿Te gustaría aprender a leer? ¿Por qué?
- ¿Cómo te sientes cuando lees tu libro preferido? ¿Por qué?



- ¿Puedes describir qué está ocurriendo en esta imagen?
- ¿Por qué crees que es importante compartir?
- ¿Cómo te sientes tú cuando tus amigos comparten sus juguetes contigo?



- ¿Puedes describir qué está ocurriendo en esta imagen?
- ¿Alguna vez te ha pasado algo parecido? Cuéntame qué sucedió.
- ¿Cómo te sentiste cuando eso ocurrió? ¿Por qué?
- ¿De qué manera se podría solucionar?



- ¿Puedes describir qué está ocurriendo en esta imagen?
- ¿Cómo crees que se siente esta niña cuando su amigo la lleva? ¿Por qué?
- ¿Cómo te sentirías tú, si llevaras a un amigo/a en su silla de ruedas?



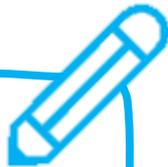
- ¿Puedes describir qué está ocurriendo en esta imagen?
- ¿Por qué crees que sucedió esto?
- ¿Qué crees que están sintiendo estos niños? ¿Por qué?
- ¿Cómo podrían estos niños evitar esta situación?

ACTIVIDAD 3: Creando nuestra portada

🕒 Duración: 20 minutos

Esta actividad promueve la capacidad de escuchar y comprender, fortaleciendo la concentración, imaginación y creatividad de los niños/as, además de reinterpretar de forma concreta su emoción.

MATERIALES



- Cuento corto o un fragmento de texto.
Material para crear:
- Reciclados
- Lápices
- Papeles, cartulina, cartón o cajas de remedios
- Pegamento
- Tijeras,
- Trozos de géneros,
- Lanás, entre otros.

PASO A PASO

- Seleccione un cuento o un fragmento en donde exista alguna emoción bien definida (Ej: un personaje que se sienta feliz, o asustado, o sorprendido, etc.)
- Disponga de una mesa donde colocará diverso material de reciclaje, como: trozos de cartulina, lápices de colores, cajas de remedio, pegamento, tijeras, entre otros.
- Antes de comenzar, cuente al niño/a que debe escuchar con atención la lectura del cuento por que él/ella deberá crear una obra de arte en donde vaya representando lo que él siente al escuchar la lectura.
- Mientras el niño/a está creando con los materiales, ayúdelo con preguntas a recordar la lectura y potenciar la creatividad e imaginación en base a texto.
- Utilice preguntas como *¿Qué estás haciendo? ¿Por qué decidiste usar ese material? ¿Qué te hace sentir lo que escuchaste? ¿Cómo llevas esa emoción a tu obra de arte?*
- Una vez ya confeccionada la obra de arte, pregunte *¿Qué fue lo que más te gustó del cuento o del texto? ¿Qué sentiste al escucharlo? ¿Por qué? ¿Cómo traspasaste lo que sentiste a tu obra de arte?*

ACTIVIDAD 4: Identificando Emociones

 Duración: 20 minutos

En esta actividad se busca que los niños/as aprendan a reconocer y diferenciar sus emociones, y adquieran el lenguaje emocional necesario para entender qué les pasa en cada ocasión y así puedan expresar lo que sienten a los demás. Con esta actividad usted puede ayudar a los niños/as a conocer y gestionar mejor sus emociones y desarrollar su mundo interior.

MATERIALES

- Láminas de emociones

PASO A PASO

- Siéntese en un lugar cómodo junto al niño/a.
- Cuénteles que el juego se trata de reconocer qué está sintiendo la niña de la foto que usted le mostrará.
- Muestre la primera imagen (puede ser en cualquier orden) y pregunte ¿qué carita tiene esta niña?
- Aproveche para hablar de esa emoción en concreto: *¿cómo se pone nuestro cuerpo cuando nos sentimos así? ¿cuándo te has sentido así? ¿Te gusta sentirte así? ¿Por qué?*
- Conversaciones sobre las emociones más comunes *¿Qué haces cuando sientes miedo/pena/ y quieres dejar de sentirte así? ¿Qué cosas hacen que te sientas feliz?*
- Interactúe con el niño/a de manera respetuosa y amorosa, cuénteles su experiencia con esa emoción.

Preguntas para conversar sobre las emociones

- ¿Qué crees que está sintiendo esta niña?
- ¿Cómo se manifiesta físicamente esa emoción en nuestro cuerpo?
- ¿Te has sentido así alguna vez?
- ¿Qué situaciones nos produce dicha emoción?
- ¿Qué pensamientos nos provoca?
- ¿Qué podemos hacer al sentirla?



Alegría/Felicidad



Rabia/Enojo



Pena/Tristeza



Miedo/Susto



Sorpresa/Asombro



Asco

ACTIVIDAD 5: Mímica de Emociones

🕒 Duración: 20 minutos

Con esta actividad los niños/as aprenderán vocabulario emocional, a describir cosas que han sentido, a observar cómo se manifiestan sus sentimientos en todo el cuerpo, a observar a los demás, a prestar atención a los gestos y expresiones corporales de las emociones.

MATERIALES

- Mínimo 3 personas

PASO A PASO

- Siéntese en un lugar cómodo junto al niño/a.
- Cuénteles de qué se trata el juego, dígame que usted le dirá una emoción en su oído y que debe hacer la mímica (poner su cuerpo con esa emoción) para que la otra persona adivine que emoción es.
- Luego el/ella le dirá una emoción a otra persona y usted adivinará qué emoción está imitando y por qué cree eso. Y así cada jugador hará la mímica de una emoción y el otro adivinará y comentará por qué piensa que es esa emoción.
- Interactúe con ellos/as de manera respetuosa y amorosa, recuerde que usted es su ejemplo, el espejo en el que se miran.
- Puede usar las fotos de la actividad 5 para reforzar la emoción.