



# Ser+

**DESARROLLO  
SOCIOEMOCIONAL**

## **FICHA 1: Ponernos en los zapatos de otras personas**



**2do Primaria**

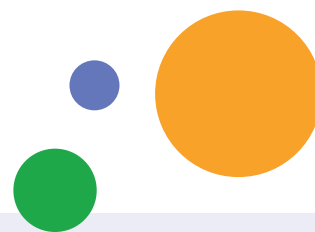
# FICHA 1: Ponernos en los zapatos de otras personas

<b>Grado</b>	Segundo
<b>Campo formativo</b>	De lo humano y lo comunitario
<b>Dimensión</b>	Empatía
<b>Habilidad</b>	Honrar la dignidad humana
<b>Indicador de logro</b>	Identifica qué es y por qué es importante la empatía.
<b>Duración</b>	30 minutos
<b>Materiales</b>	
<b>Resumen</b>	<p><b>En la Actividad 1,</b> las y los estudiantes reflexionan en torno a una pregunta detonadora.</p> <p><b>En la Actividad 2,</b> se aproximan a los beneficios de la empatía a través del juego.</p> <p><b>En la Actividad 3,</b> definen qué es la empatía y mencionan por qué es importante.</p>

# FUNDAMENTO TEÓRICO

La **empatía** es la capacidad de reconocer y comprender las emociones de otras personas, permitiéndonos ponernos en su lugar y responder con sensibilidad y respeto. A partir de los seis o siete años, las niñas y los niños comienzan a identificar con mayor claridad sus propias emociones y las de los demás, entendiendo que cada persona puede sentir algo diferente ante una misma situación. En esta etapa, también desarrollan una mayor conciencia sobre cómo sus acciones afectan a quienes les rodean, lo que les ayuda a fortalecer sus relaciones y a convivir de forma más armoniosa.

Fomentar la empatía en el aula contribuye al desarrollo de una autoestima positiva y de una actitud de respeto hacia la diversidad. Además, niñas y niños que practican y fortalecen la empatía suelen expresar mejor sus emociones y sentirse con mayor seguridad en sus interacciones diarias.



## Reflexiones para el desarrollo del docente

### PREGÚNTESE:

¿De qué manera podría integrar la empatía en mis actividades diarias?

**REFLEXIONE SOBRE LA EMPATÍA** con preguntas como:

¿Cómo cambiaría la dinámica del aula si dedicara más tiempo a reconocer y validar las emociones de mis estudiantes?

¿De qué forma puedo hacer del aula un espacio donde niñas y niños puedan expresar cómo se sienten y reconocer cómo se sienten las y los demás?

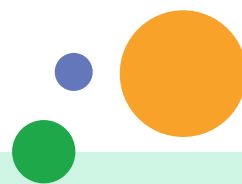
### APLIQUE DOS ACCIONES CONCRETAS EN SU AULA PARA FORTALECER LA ENSEÑANZA DE LA EMPATÍA.

Algunas ideas son:

Iniciar el día con una pregunta reflexiva, como: “¿*Qué emoción te visita en este momento?*”

Presentar historias o situaciones de la vida diaria y pedir al grupo que describa cómo creen que se sienten los personajes y qué podrían hacer para apoyarlos.

# ACTIVIDADES PARA LA CLASE



[Todo el salón]

## Actividad 1: Pregunta detonadora (5 min)

a) **Pregunte** a sus estudiantes:

- ¿Qué pasaría si nadie entendiera cómo nos sentimos y a nadie le preocupara intentar entender nuestras emociones?

b) **Explique**

*La empatía es la habilidad que nos permite reconocer y comprender las emociones de otras personas. Es importante porque nos ayuda a ponernos en su lugar, a responder con sensibilidad y respeto, y a relacionarnos de mejor manera. Sin empatía, sería muy difícil conectar con los demás, entender sus emociones o las de los animales, y se volvería complicado convivir, jugar o trabajar en equipo.*

### RECOMENDACIONES:

- Promueva que sus estudiantes expresen sus ideas con confianza.
- Aproveche sus respuestas para reforzar la importancia de la empatía.

[Equipo]

### Actividad 2: La empatía nos acerca (18 min)

*Cuando reconocemos y comprendemos las emociones de las demás personas a través de la empatía, aprendemos a sentir mayor cercanía con ellas y ellos. Esto es importante porque nos permite ponernos en su lugar, hacerles sentir bien, escucharles con respeto e incluso resolver desacuerdos, ya que nos entendemos mejor. Hoy vamos a practicar ponernos en el lugar de otras personas, imaginando cómo se sienten y pensando qué podríamos hacer para mostrarles empatía.*

a) Pida a sus estudiantes que formen un círculo. Marque el centro del círculo para que quede visible.

b) Explique al grupo:

- Escucharán ejemplos de situaciones que viven diferentes personas.
- En cada caso, deberán responder a dos preguntas:
- ¿Cómo creen que se siente esta persona?
- ¿Qué podríamos hacer para mostrarle empatía?
- Cuando alguien conteste, todas y todos darán un paso al centro. Dejarán de avanzar cuando lleguen al centro.

c) Puede usar las siguientes situaciones u otras que se adapten mejor a su contexto.

- Un compañera o un compañero perdió su juguete favorito
- Una persona nueva en la escuela no tiene con quién jugar.
- Una compañera o un compañero ganó un premio.
- A quien da la clase le duele mucho la cabeza.
- Una niña o un niño iba a leer algo en la asamblea y se equivocó.
- A una niña o a un niño se le murió su mascota.
- Una niña o un niño no trajo lunch.
- Una mamá o un papá trabajó mucho el día de hoy.
- Una compañera o un compañero metió un gol.

d) Pregunte al grupo:

- ¿Qué sucedió cuando reconocieron las emociones de las personas?

e) Permita que algunas y algunos estudiantes compartan sus respuestas.

*Cada vez que reconocimos la emoción que pudo haber sentido la persona, damos un paso hacia el centro. Nos acercamos. Esto es lo que hace la empatía: nos acerca a las y los demás, nos permite entenderles, compartir sus emociones y ayudar cuando alguien necesita.*

### RECOMENDACIONES:

- **Invite a sus estudiantes a nombrar emociones y anótelas** en el pizarrón antes de comenzar la actividad, para que puedan usarlas y familiarizarse con ellas.
- **Promueva un ambiente** en el que las y los estudiantes se sientan con confianza para expresar sus ideas.
- **Relacione los ejemplos con situaciones reales** que hayan vivido en la escuela.

## Cierre

[Todo el grupo]

### Actividad 3: La empatía y su importancia (7 min)

a) Pregunte al grupo:

- ¿Quién me puede decir con sus propias palabras qué es la empatía?
- ¿Para qué creen que es importante la empatía para nosotros y para nuestro salón?

*La empatía nos permite entender cómo se sienten otras personas y por qué se sienten así. Es muy importante porque nos ayuda a comprender a las y los demás, a ser más amables al reconocer sus emociones y a resolver problemas, ya que nos permite ver las situaciones desde su punto de vista.*

### RECOMENDACIONES:

- **Agregue algún ejemplo cercano para ayudar a las y los estudiantes** a relacionar el significado o la importancia de la empatía con una situación real del aula o de la escuela. Por ejemplo: “Hemos tenido algunos conflictos dentro del salón. ¿Cómo creen que la empatía nos puede ayudar a resolverlos?”.

## Actividades cortas para continuar aprendiendo durante la semana

**ACTIVIDAD 1.** Durante la semana, las y los estudiantes pueden dar un “abrazo invisible” a una compañera o un compañero que haya tenido un buen gesto o que necesite apoyo emocional. Para dar un abrazo invisible, deben acercarse y decir: *“Te mando un abrazo invisible porque...”* y explicar el motivo.

**ACTIVIDAD 2.** Cada estudiante elige una acción para demostrar empatía, no sólo hacia otras personas, sino también hacia el medio ambiente y los seres vivos (por ejemplo: regar una planta, alimentar a un animal con responsabilidad o recoger basura del patio). Luego, en grupo, comparten lo que hicieron y cómo se sintieron al hacerlo.

**ACTIVIDAD 3.** Las niñas y los niños se turnan para contar una experiencia en la que se sintieron tristes, nerviosas o nerviosos, o felices sin mencionar la

emoción. Después, sus compañeras y compañeros intentan adivinar cómo creen que se sintieron y qué habrían hecho en su lugar.

**ACTIVIDAD 4.** Coloque una cartulina grande dividida en cuatro secciones: *tristeza, enojo, preocupación y miedo*. Cada estudiante dibuja o escribe un momento en el que haya sentido una de esas emociones y cómo le hubiera gustado que las demás personas respondieran. Se reflexiona en grupo sobre cómo pueden apoyar a quienes experimentan esas emociones.

**ACTIVIDAD 5.** Divida al grupo en parejas. Pida que se conversen entre sí sobre tres cosas: qué les gusta, qué se les hace difícil y qué les da miedo. Al finalizar, cada quien compartirá con sus propias palabras lo que escuchó de su compañera o compañero.

## Evaluación de la ficha

**Nivel de logro:** Identifica qué es y por qué es importante la empatía.

Criterio	Nivel 1: Muy pocos lo hacen	Nivel 2: Lo hacen aproximadamente la mitad del salón	Nivel 3: Lo hacen la mayoría del salón
Explican con sus palabras lo que es la empatía			
Mencionan al menos una razón por la que la empatía es importante			
Aciertos en la implementación			
Recomendaciones para la próxima implementación			





# COAHUILA

PA' DELANTE

