



Ser+

**DESARROLLO
SOCIOEMOCIONAL**

Ficha 2: ¿cómo me tratan, cómo me siento?



1° primaria

Ficha 2: ¿cómo me tratan, cómo me siento?

Grado	Primero.
Campo formativo	De lo humano y lo comunitario.
Dimensión	Empatía.
Habilidad	Honrar la dignidad humana.
Indicador de logro	Nombra cómo se siente cuando una persona le trata bien o mal.
Duración	30 minutos.
Materiales	<i>Colores, hojas blancas o cuaderno.</i>
Resumen	<p>En la actividad 1: las y los estudiantes distinguen situaciones de buen y mal trato.</p> <p>En la actividad 2: identifican situaciones personales en las cuales alguien les ha tratado bien o mal y nombran las emociones que experimentaron en cada situación.</p> <p>En la actividad 3: eligen una acción para implementar en la escuela.</p>

Fundamento Teórico

La **dignidad humana** es el derecho que tenemos todas las personas de ser valoradas y respetadas por quienes somos, independientemente de nuestras diferencias. Al honrar el valor inherente de cada individuo, le reconocemos como merecedor de un trato digno y respetuoso y actuamos en consecuencia.

Reconocer emociones propias, así como las de otras personas, es un paso importante para honrar la dignidad humana puesto que hace posible darnos cuenta de que todas y todos, por igual, tenemos emociones que son afectadas por el trato que recibimos.

Las y los estudiantes de esta edad pueden identificar las emociones propias y de otras personas, pero aún están desarrollando su vocabulario emocional por lo que es esencial proveerles de oportunidades para reconocer cómo se sienten e ir ampliando así su capacidad de nombrar emociones. Asimismo, es una etapa en la cual están fortaleciendo su conciencia social y están aprendiendo a identificar el impacto que sus acciones tienen en otras personas y viceversa. Por ello, es un momento clave para promover en el aula la importancia de un trato digno para todas las personas, sin distinción.

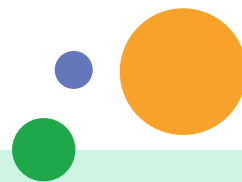
Reflexiones para el desarrollo del docente

Pregúntese: ¿qué acción concreta podría incorporar en su práctica docente para fortalecer el trato digno entre estudiantes? Por ejemplo: reconocer explícitamente a algún estudiante que realizó trato amable y preguntar cómo le hizo sentir.

Identifique: ¿qué emociones reconoce en usted ante una situación en el aula cuando le tratan bien o le tratan mal? ¿Qué emociones identifica en usted cuando un colega o autoridad escolar le trata bien o le trata mal? Determine y nombre las emociones.

Fomente: el reconocimiento de las emociones en las y los estudiantes cuando observe situaciones en el aula de un buen o un mal trato. Promueva preguntas de reflexión, por ejemplo: ¿cómo te hizo sentir que (describa situación específica)?

Actividades para la clase



Introducción

[Todo el salón]

Actividad 1: ¿buen trato o mal trato? (6 min)

a) **Explique** a las y los estudiantes que nombrará varias situaciones y pida que identifiquen si dichas situaciones son ejemplos de un buen trato o de un mal trato.

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Un compañero o compañera nos comparte su material.• Nos ignoran cuando hablamos y no nos hacen caso.• No nos prestan un juguete.• Nos invitan a jugar en el recreo. | <ul style="list-style-type: none">• No nos incluyen en un juego.• Alguien se burla de algo que dijimos.• Alguien nos ayuda cuando lo necesitamos.• Nos escuchan cuando damos nuestra opinión. |
|--|--|

b) **Pregunte:** ¿pueden mencionar otras situaciones que hayan vivido?

Recomendaciones:

- **Agregue** situaciones reales del aula si son pertinentes.
- **Recalque** que todas las personas merecemos un trato amable e identificarlo es el primer paso para cuidarnos colectivamente.

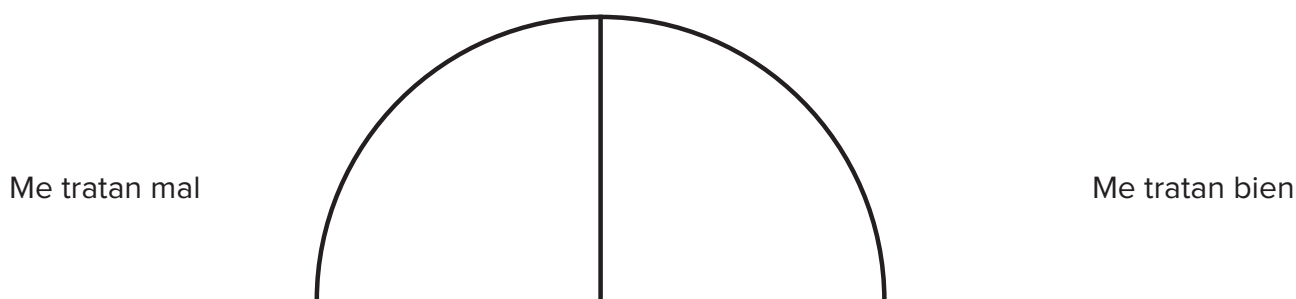
Desarrollo

Hoy vamos a crear un medidor de emociones que nos ayudará a identificar cómo nos sentimos de acuerdo a como nos tratan las y los demás.

[Todo el salón]

Actividad 2: medidor ¿cómo me tratan, cómo me siento? (18 min)

a) **Dibuje** el medidor de la siguiente manera y pida al grupo que lo copie en su cuaderno.



b) **Explique** que el medidor les permitirá identificar situaciones en las cuales les han tratado mal y bien y cómo esas situaciones les hicieron sentir.

c) **Elija** una situación de la actividad 1 y pregunte:

- ¿Dónde colocamos esta situación?
- ¿Qué emoción sentimos si nos pasa eso?

d) **Escriba** la situación y la emoción del lado del medidor correspondiente.

e) **Solicite** a las y los estudiantes que dibujen una situación personal en cada lado del medidor y anoten la emoción que sintieron en cada caso.

e) **Pregunte** a las y los estudiantes:

- ¿Cómo nos sentimos cuando nos tratan mal y cuando nos tratan bien? ¿Qué emociones identificaron en cada situación que dibujaron?

Cuando una persona nos trata mal, algunas de las emociones que sentimos son: (recuperar las emociones nombradas), cuando una persona nos trata bien, algunas de las emociones que sentimos son: (recuperar las emociones nombradas).

Recomendaciones:

- **Fomentar** frases como “alguien”, “una persona” para evitar señalar a compañeros y compañeras.
- **Subrayar** que, aunque las situaciones cambien, todas y todos compartimos emociones similares.
- **Promover** el respeto y la escucha si alguien desea compartir.

Cierre

[Todo el salón]

Actividad 3: cómo me siento, te sientes (6 min)

a) **Pida** que elijan una de estas dos opciones:

Opción 1: identificar una acción que podría hacer sentir mal a una persona y comprometerse a evitarla hoy. Por ejemplo: ignorar a alguien, no incluir en un juego, etc.

Opción 2: elegir una acción amable para realizar con alguien hoy. Por ejemplo: ayudar a algún compañero o compañera cuando lo necesite, decirle algo amable, etc.

*Como seres humanos, todas y todos merecemos respeto y amabilidad.
Y cada cosa que tú haces puede ayudar a lograrlo.*

Recomendaciones:

- **Aplice** solo una opción por día con todo el grupo.
- **Refuerce** que las acciones pequeñas son valiosas.

Actividades cortas para continuar aprendiendo durante la semana

Actividad 1: se realiza un libro “mis emociones de la semana”. A lo largo de la semana, se dibujan o describen situaciones (una por día), en la cual les hayan tratado bien o mal, así como las emociones que sintieron en ese momento.

Actividad 2: en equipos, leen situaciones de buen o mal trato. Si alguien ha vivido algo similar, puede compartirlo y decir cómo se sintió.

Actividad 3: juegan “caricaturas presenta nombres de: emociones”. Cada emoción dicha debe representarse con un gesto o mímica.

Actividad 4: entregue una hoja con tres caritas (feliz, enojada, triste). Pida

al grupo que coloree la que se parece más a cómo se sintieron hoy. Después, pueden dibujar una situación que explique por qué se sintieron así.

Actividad 5: en parejas, las y los estudiantes comparten una experiencia en la que se sintieron bien o mal por el trato recibido. Después, dirán cómo se sentirían si vivieran lo que esa persona vivió.

Evaluación de la ficha

Nivel de logro: nombra cómo se siente cuando una persona le trata bien o mal.

Criterio	Nivel 1: muy pocos lo hacen.	Nivel 2: lo hacen aproximadamente la mitad del salón.	Nivel 3: lo hacen la mayoría del salón.
Identifica una situación en la cual le han tratado bien y una en la cual le han tratado mal			
Nombra al menos una emoción para cada situación identificada			
Aciertos en la implementación			
Recomendaciones para la próxima implementación			



COAHUILA

PA' DELANTE

