

## Título: Jugamos con las emociones

## 1. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

Competencias y capacidades	Desempeños	¿Qué nos dará evidencias de aprendizaje?
<b>Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende su cuerpo.</li> <li>Se expresa corporalmente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Resuelve situaciones motrices al utilizar su lenguaje corporal (gestos, contacto visual, actitud corporal, apariencia, etc.), verbal y sonoro para comunicar actitudes y reconocer emociones y estados de ánimo que le posibilitan promover la participación de todos a la hora de jugar.</li> </ul>	Los estudiantes son capaces de pensar y poner en práctica juegos en donde se trabajen las emociones, promoviendo la participación de todos la mayor parte del tiempo posible y evitando eliminar a las personas.  <b>Rúbrica</b>
<b>Gestiona su aprendizaje de manera autónoma</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Define metas de aprendizaje.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Determina qué necesita aprender e identifica las preferencias, potencialidades y limitaciones propias que le permitirán alcanzar o no la meta propuesta.</li> </ul>	
Enfoques transversales	Actitudes o acciones observables	
<b>Enfoque igualdad de género</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>El estudiante reconoce y valora las emociones y necesidades afectivas y muestra sensibilidad ante ellas al identificar situaciones de desigualdad de género en los juegos propuestos.</li> </ul>	

## 2. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán?
<ul style="list-style-type: none"> <li>Selecciona y acondiciona el espacio que te permitirá el desarrollo de la sesión, velando por la seguridad de tus estudiantes.</li> <li>Prepara los materiales que vas a utilizar para desarrollar las actividades. La cantidad de materiales deben ser suficientes según el número de estudiantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hojas de papel o trozos de cartón</li> <li>Revistas, periódicos</li> </ul>

## 3. MOMENTOS DE LA SESIÓN

Inicio	Tiempo aproximado: 20 min
--------	---------------------------

*En grupo clase*

- Dales la bienvenida a esta primera clase de Educación Física.

Importante: Este es un buen instante para recordar junto a los estudiantes los momentos más pertinentes para hidratarse durante la clase y que estos se dan por lo general cuando se tiene sed luego de experimentar actividades de corta duración, pero de alta intensidad, y aquellas actividades de larga duración y baja intensidad.

- Presenta a continuación el propósito de la Unidad, que los motive a mostrar sus emociones, utilizar sus posibilidades de acción y reconocer sus limitaciones para superarse a sí mismos en los juegos propuestos. Utiliza la siguiente reflexión:

*Durante la hora del recreo hemos observado que ustedes muchas veces tienen problemas al mostrar sus emociones por vergüenza o reconocerlas en sus compañeros, por lo que suelen surgir algunos conflictos cuando juegan, por ello pensamos que podrían jugar en armonía y divertirse mucho si lograsen conocer las emociones que surgen a la hora de jugar y saber gestionarlas adecuadamente.*

- Después de escuchar las diferentes opiniones y posibles alternativas y haciendo uso de sus respuestas, comunícales que la evaluación consistirá en demostrar qué hemos aprendido durante el desarrollo de los juegos: por ejemplo, a mostrar nuestras emociones sin temor, reconocerlas en nuestros compañeros, lograr gestionar nuestras emociones durante el desarrollo de un juego para lograr jugar en armonía, etc.

**Actividad de inicio**

Invítalos a participar en el desarrollo de la actividad “¿Cómo me siento hoy?”.

Recuerda que:

### ¿Qué es la inteligencia emocional?

**Daniel Goleman** (1996) se refirió a la inteligencia emocional como la capacidad de reconocer nuestras propias emociones y las de los demás y de manejarlas de manera adecuada.

Conoce más sobre este término en su libro *Inteligencia emocional*:

<http://cmapspublic.ihmc.us/rid=1KD19ZCT2-2CGCPX2-1WXF/intel%20emocional%20Goleman.pdf>

Ubica a los estudiantes en un espacio libre y apropiado para la actividad.

- Organiza a los estudiantes con un papel, trozo de cartón o cualquier material que luego puedan colgar o pegar.
- Los estudiantes van a dibujar distintas emociones, o pueden utilizar recortes de revistas o periódicos que muestren emociones y pegarlas por separado en los papeles o cartones que se hayan repartido.
- Una vez que tengamos todas las emociones en cada papel, se mezclarán y se les pedirá a los estudiantes que las agrupen por mismo tipo de emoción.
- Cuando estén todas las emociones agrupadas (se puede revisar juntos con los estudiantes), les diremos que cada uno se sitúe con la emoción con la que se identifica en ese momento.
- Reúnelos en un semicírculo y pregúntales (da oportunidad a que todos se expresen): “¿Por qué se sienten felices? ¿Por qué tristes? ¿Ha ocurrido algo últimamente que les hiciera sentir de otra manera?”.
- **Mis emociones se mueven así...**  
¡Ahora vamos a movernos! Cuando el profesor o adulto acompañante diga la palabra de una emoción, todos tendrán que moverse como si se sintiesen de esa manera, de la manera más creativa posible, moviendo todo el cuerpo y utilizando el máximo espacio posible.

Recoge los aportes de los estudiantes y preséntales **el propósito de la sesión**: “En esta sesión aprenderemos a reconocer nuestras emociones y, además, conocer cómo influyen cuando jugamos con nuestros compañeros”

Desarrollo	Tiempo aproximado: 55 min
------------	---------------------------

**En grupo clase**

En esta actividad orienta a los estudiantes a plantearse preguntas que les permitan reconocer sus propias emociones en momentos diferentes (momentos de juego, de aula, ante un examen, una noticia que no esperaban, etc.).

- Preséntales el juego “**Buscando mis emociones**” en el cual jugarán con las distintas emociones. Ten listas diversas caritas con diferentes emociones donde al menos cinco dibujos serán de la misma emoción. Ten en cuenta la cantidad de participantes. Bríndales a cada niño o niña una carita y menciónales que no deberán mostrarlo a nadie.
- Delimita el espacio, y muéstrales por donde se desplazarán. Explícales que cada niño o niña realizará con movimientos y gestos la expresión que les ha tocado, evitando hablar. Deberán desplazarse libremente, sin golpearse.
- Menciónales que a tu señal deberán formar grupos de cinco estudiantes en donde cada integrante tenga una tarjeta con una emoción diferente. Ahora, pídeles que en el grupo realicen una acción contraria a la que expresa tu tarjeta de emociones. Por ejemplo: Si le tocó una tarjeta de un rostro triste, deberá contarle un chiste al grupo haciendo gestos de estar llorando o mostrando tristeza. El resto del equipo debe adivinar qué emoción le ha tocado y cambiar los papeles hasta que todos representen su emoción.

Concluida la actividad reflexiona con ellos teniendo en cuenta las siguientes preguntas:

“¿Te identificaste con alguna emoción? ¿Quiénes se han identificado con la emoción que les ha tocado? ¿Por qué? ¿Fue difícil realizar una acción contraria con la emoción que les ha tocado? ¿Por qué? ¿Cómo me siento cuando juego? ¿Hay alguna vez que sienta emociones negativas al jugar?”.

Hoy en día es tan importante enseñar aspectos relacionados con las emociones como cualquier otra temática académica que se plantea en la escuela. Recuerda que cuando un estudiante está emocionalmente listo, aprende mejor.

**“El juego en el que todos juegan”**

Teniendo en cuenta la reflexión de los estudiantes sobre el resultado del juego “Buscando mis emociones”, señala que siempre es posible tener emociones positivas al jugar, si plantean juegos inclusivos en donde todos tengan las mismas posibilidades a la hora de jugar. Para ello invítalos a participar en un juego en donde todos juegan y nadie queda eliminado, el cual es una variante del ya conocido “Mata gente”. Las reglas serían:

- Todos los estudiantes se desplazan por el campo con una pelota.
- El estudiante que atrape el balón deberá lanzarlo a un compañero con el fin de tocarlo, y si es tocado por el balón, deberá sentarse en el suelo.
- Todos los estudiantes que son tocados por el balón, se sentarán en el suelo, pero no quedarán eliminados, puesto que si atrapan el balón y logran pasarlo a otro estudiante que esté sentado, el que lanzó el balón quedará salvado y volverá a jugar, y así todos los que logren pasar el balón a otro compañero que esté salvado.
- El juego terminaría cuando solo quedase una persona en pie y el resto de la clase sentada en el suelo.
- Concluido el juego, reúne a los estudiantes y reflexiona con ellos teniendo como referencia las siguientes preguntas: “¿Cómo se sintieron al saber que todos jugarían durante la mayor parte del tiempo? ¿Qué estrategias le permitieron los mejores resultados? ¿Hubo trabajo en equipo? ¿Qué sienten cuando en otros juegos son eliminados?”.
- Recoge organizadamente sus respuestas, enfatiza sobre las estrategias bien utilizadas, sobre la importancia de plantear actividades en donde la mayor parte de los estudiantes jueguen, ya sea en la clase de Educación Física, en el patio, o en el parque de su casa, sobre cómo se sienten cuando quedan eliminados, etc.
- Orienta de tal manera que ellos mismos empiecen a proponer juegos con estas características, en donde la parte emocional influye en el sentido que todos están contentos porque saben que van a jugar. Por ejemplo, puedes explicarles que los juegos pueden ser adaptados para lograr la participación de todos en las actividades que se planteen.
- Pide la colaboración de todos los estudiantes para recoger y ordenar los materiales.

**¿Por qué es importante generar espacios de juego en donde la mayoría de los estudiantes participen?**

Es importante que como docentes generemos espacios de aprendizaje en donde la gran mayoría de estudiantes estén participando continuamente. Así, nos aseguramos que el proceso de enseñanza y aprendizaje llegue a todos los estudiantes por igual, o al menos generemos las condiciones para que así sea.

En este momento corresponde poner en práctica lo aprendido. Para ello invítalos a recordar un juego en el que todos participan y no quedan estudiantes eliminados. Pueden pensar en un juego que ya conocen y adaptar alguna regla para lograr la participación de todos durante el mayor tiempo posible. Después, se selecciona uno de los juegos y se pone en práctica.

- Bríndales cuatro minutos para organizarse en equipos de 5-6 personas.
- Déjales 5 minutos para que piensen en un juego que integre a todos y la participación de todos durante el mayor tiempo posible.
- Los equipos exponen el juego que han pensado y se selecciona uno de ellos para practicar con toda la clase durante los 10 minutos restantes. Si diese tiempo, se podría seleccionar otro juego.
- Al concluir la actividad pide la colaboración de los estudiantes en el recojo y ordenamiento de los materiales.

**Iniciando el proyecto**

- Presenta el proyecto. Diles que al final de la Unidad deberán de elaborar en grupos, juegos en donde intervengan las emociones e incluyan la participación de todos durante el mayor tiempo posible. Estos juegos deben promover la inclusión de todos y atender a las características de cada estudiante, es decir, si existiera un estudiante con deficiencia visual, el juego debe incorporar una adaptación para que ese estudiante pueda jugar también. Para esto, deberá cada estudiante ir recopilando información durante las sesiones de clase previas a la de cierre y, organizar la información según la hoja guía que se les entregará en clase.
- Recuérdales que en cada clase deben de traer su hoja guía para realizar las anotaciones necesarias que les servirán luego como insumos para elaborar su proyecto de juego final.

Cierre	Tiempo aproximado: 15 min
--------	---------------------------

**En grupo clase**

Reúne a los estudiantes en círculo e invítalos a realizar la siguiente reflexión:

- “¿Cómo se han sentido hoy? ¿Por qué? ¿Qué importancia tiene considerar la participación de todos a la hora de jugar, durante el mayor tiempo posible? ¿Por qué piensan que es importante que esto ocurra en las clases de Educación Física? ¿En qué crees que te ayuda conocer/mostrar las emociones para jugar o para realizar otro tipo de actividad?”.

- Durante el proceso de reflexión debes guiar asertivamente las respuestas, retroalimentando de manera pertinente cuando corresponda.

Finaliza la sesión orientando la forma adecuada de aseo e higiene personal, considerando el uso responsable del agua.

**Para trabajar en casa**

- Solicita a los estudiantes que elaboren las primeras acciones para el organizador visual, como investigar acerca de juegos en el que se promueva la participación e inclusión de todos y todas durante el mayor tiempo posible, o juegos en donde no haya personas que queden eliminadas. Se les explicará que al final de la Unidad deberán elaborar un “Libro de juegos”, en donde por equipos (de seis personas aproximadamente), inventen o adapten juegos y seleccionen uno para realizar con los compañeros en la última sesión de la Unidad.

**4. REFLEXIONES SOBRE EL APRENDIZAJE**

- ¿Qué avances tuvieron mis estudiantes?
  
- ¿Qué dificultades tuvieron mis estudiantes?
  
- ¿Qué aprendizajes debo reforzar en la siguiente sesión?
  
- ¿Qué actividades, estrategias y materiales funcionaron, y cuáles no?

ANEXO

HOJA DE RUTA – REGISTRO DE IDEAS PRINCIPALES

Grado y sección:.....

Apellidos y nombres: .....

Pregunta orientadora: ¿Cómo va a ser mi proyecto “Libro de juegos”?

SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3
Registra: Recojo de información para el proyecto “Libro de juegos”	Registra: Esquema con los avances del proyecto	Registra: Juegos tradicionales que han preguntado en su familia y juegos que han encontrado utilizando el aula de innovación
EJEMPLOS	EJEMPLOS	EJEMPLOS
PROPUESTA DE PROYECTO FINAL		