

# Momento de actuar - Hoja de actividades

¡Profe! El objetivo de esta hoja es darte a conocer actividades dirigidas a estudiantes de 8 a 11 años para promover el bienestar socioemocional y fortalecer la construcción de identidad, a través del aprendizaje activo en clases virtuales.



## Objetivo de la actividad:

Identificar cómo mis emociones y mi identidad se relacionan con mi bienestar.

## Edad:

8 a 11 años

## Tiempo:

30-40min

## Elementos de aprendizaje activo que encontrarás en esta actividad:



- **Atrapar** la atención con pregunta detonadora
- **Compartir** el objetivo de la actividad
- **Presentar** el material de forma llamativa

## Materiales para ti

- Si es posible, plataformas virtuales para hacer grupos pequeños como Zoom o Google Meets. Si necesitas ayuda para crear los grupos, puedes ver los siguientes tutoriales:

✓ [Cómo hacer grupos en Zoom](#)

✓ [Cómo hacer grupos en Teams](#)

✓ [Cómo hacer grupos en Meet](#)

- Fichas con emoticones (ver anexos)
- Imágenes de películas o series favoritas de tus estudiantes

## Materiales para tus estudiantes



- Computador
- Internet
- Diferentes elementos para disfrazarse
- Hojas
- Lápices y colores

## Tips para esta actividad:

- Utiliza elementos visuales para **generar aprendizaje desde la inteligencia visual** de tus estudiantes.
- Si no te sientes bien disfrazándote o haciendo movimientos, **apóyate en imágenes, videos o música que motive a tus estudiantes.**
- **Las fichas con emoticones** son un buen recurso para empezar a hablar de las diferentes emociones que sentimos las personas.

## Lenguaje o conceptos clave para la actividad:

(ver definiciones en anexos)

• **Identidad**

• **Emociones**

• **Bienestar**

## Apertura: (5min)

### Recomendaciones:

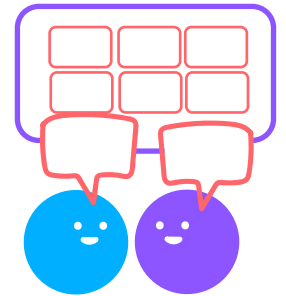
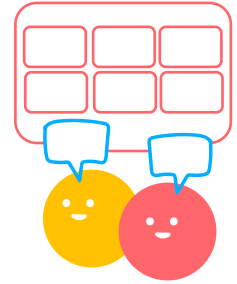
- Pregunta a tus estudiantes cuáles son los programas de televisión o youtubers que ven frecuentemente.
- Un material que puedes utilizar para esta sesión y para todas tus clases son fichas con emoticones para mostrar durante las clases.
- Cuando tus estudiantes te cuenten cómo se están sintiendo y hay alguien que necesita contención o no quiso compartir, busca la manera respetuosa y tranquila de hablar en privado, puede ser en un grupo o con una llamada.

1

Muestra imágenes de personajes de programas de televisión o películas que tus estudiantes conocen. En la selección de imágenes, **fíjate en que los personajes representan diferentes emociones como:**

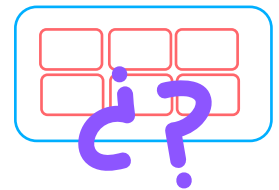
- Alegría
- Rabia
- Tristeza
- Desagrado
- Miedo

Puedes utilizar las imágenes de la película Intensamente de Disney que representan estas 5 emociones.



2

Continúa con la siguiente pregunta: **¿Alguna vez te has sentido cómo estos personajes?**



3

Pide a tus estudiantes que te cuenten **cómo se sienten en este momento.**



4

Invita a tus estudiantes a dibujar en una hoja **la emoción que representa cómo se sienten en este momento.**



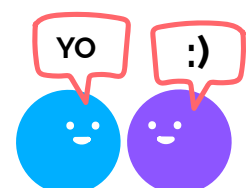
5

Pide a tus estudiantes que compartan su emoción (**pueden mostrarlo en la cámara o si alguien no se siente cómodo puede escribir por el chat**).



6

Ahora pregunta a tus estudiantes **¿por qué creen que los personajes de la pantalla son tan reconocidos?** Regula la participación dando la palabra a la primera persona que escriban en el chat la palabra: **YO**



7

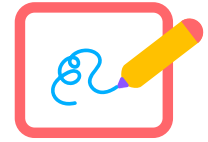
Comparte con tus estudiantes el objetivo de actividad, **en palabras que sean claras para ellas/os.**

## Momento central (20min)



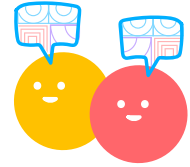
1

Invita a tus estudiantes a pensar en: **¿Si fueras un personaje de televisión, película o YouTube, quién serías?**



2

Da un tiempo de 10 minutos para que tus estudiantes se disfracen de ese personaje. **Disfrázate tu también y presenta tu personaje.**



3

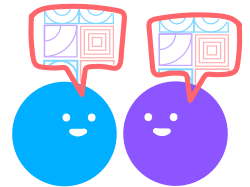
Pide a tus estudiantes que realicen su presentación teniendo en cuenta:

- **¿Quién es mi personaje?**
- **¿Cómo se ve?**
- **¿Cómo actúa o qué hace?**



4

Reúne a tus estudiantes en grupos de 3 o 4 personas para que le cuenten a sus compañeras y compañeros cuál es su personaje y **conversen sobre sus respuestas.**



### Recomendaciones:

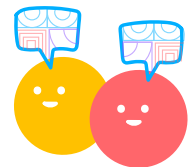
- Motiva a tus estudiantes para que se disfracen. Si algún estudiante no se siente bien haciéndolo, invítalo a dibujar a su personaje.

## Preguntas de reflexión (15min)

1

Pide a tus estudiantes que piensen **¿En qué se parecen a sus personajes?**

- Invita a tus estudiantes a escribir sus respuestas por el chat o a abrir el micrófono.



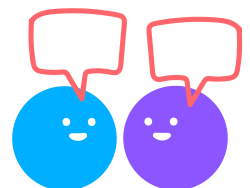
2

Ahora pide a tus estudiantes que escriban por el chat **¿Qué hace increíble a una compañera o compañero de clase?**



3

Para finalizar retoma algunas de sus respuestas haciendo énfasis en que, al igual que nuestros personajes, **nuestra identidad la construimos a partir de quienes somos y esas características que nos hacen increíbles, y nos hacen sentir bien con nosotras y nosotros mismos.**



### Recomendaciones:

- El bienestar emocional de tus estudiantes está relacionado con el autoconocimiento y con la identificación de emociones. Estas habilidades socioemocionales permiten que construyan su identidad de manera auténtica en un ambiente seguro.



## Lenguaje e interacciones mas allá del aula:

- **Incluye el chequeo emocional en tus clases** antes de iniciar, esto permitirá que tengas claro cómo se sienten tus estudiantes en tus clases.
- Refuerza en próximas clases la relación entre **cómo nos sentimos y la importancia de estar bien con nosotras/os mismas/os**.
- **Organiza un espacio** (puede ser un espacio virtual) para ver la película Intensamente de Disney, conversar sobre las emociones y cómo afectan nuestro bienestar. Puedes invitar a las familias también.

## Anexos



Alegria



Tristeza



Ira



Miedo



Desagrado



Tranquilidad

# Glosario

<b>Identidad:</b>	Identidad es la expresión de un conjunto de rasgos particulares que diferencian a un ser de todos los demás.	Fuente: Pedagogía responsable. Enfoque de género Plan International
<b>Emociones:</b>	Las emociones son una respuesta a un evento, ya sea interno (un recuerdo o pensamiento) o externo (una conversación, un conflicto con otra persona o una tarea próxima), que integra procesos fisiológicos, cognitivos, conductuales y expresivos y que pueden dar forma a nuestra reacción a ese evento.	Fuente: Indicadores UNESCO de cultura para el desarrollo UNESCO Plan International.
<b>Bienestar:</b>	Incluye diferentes aspectos de la vida de las personas, es decir, lo que es bueno para una persona, lo que le permite vivir bien.	Fuente: Pedagogía responsable. Enfoque de género Plan International



coschool

