

# HABLANDO EL MISMO IDIOMA

Actividad 11  
Módulo 2



## Estrategias y acciones efectivas en mi contexto

- ✓ Mantener la calma
- ✓ Practicando la calma
- ✓ Sonreír más y relajar el cuerpo

**Esta actividad fue interesante** para los alumnos pues se encuentran en un estado de poca calma, los nervios derivados de su paso a primaria, la emoción del número que van a presentar para el evento de clausura, el que no quieren irse del preescolar porque van a extrañar a sus compañeros.

Al acercarse el cierre del ciclo escolar se encuentran muy inquietos, requieren un espacio para la calma, un momento de silencio, saber que ellos pueden relajar su cuerpo con pequeñas acciones como ejercicios de yoga y respiración.

Después del tiempo de recreo en donde tienen mucha energía, se les invita a practicar algunos ejercicios de yoga, los invito al área del césped, hacemos un círculo y les indico que vamos a realizar los ejercicios de respiración, después ponemos una canción con ejercicios sencillos de poses de yoga que ellos pueden realizar, una vez que terminamos nos sentamos en círculo y escuchamos música instrumental, aprovecho para decirles unas palabras de elogio, y una vez que terminamos la actividad **estamos listos para** regresar al aula en calma y estar en posibilidades de continuar con las actividades de la **mañana de trabajo.**



## ✓ Elogiar a los estudiantes

Como parte de las actividades de elogiar a sus compañeros tuvimos una actividad en la que los alumnos realizaron un dibujo para alguno de sus compañeros bajo la consigna de eres un amigo especial porque... y ellos dibujaban y/o escribirían el porque eran especiales para ellos.

Para que la actividad fuera comprendida nos sentamos en círculo e inicié mencionando el porque cada uno era importante para mí, después de tener su hoja de los elogios los alumnos comenzaron a realizar su actividad.

Una vez que terminamos comenzamos a compartir "eres un amigo especial porque..." a sus compañeros, entregando la hoja en la que lo habían plasmado y mencionando porque eran importantes para ellos, me llevé una gran sorpresa, pues yo también recibí algunos elogios por parte de mis alumnos, situación que me hizo sentir que soy una persona importante para ellos.

