

HABLANDO EL MISMO IDIOMA

MURAL DE LOS AGRADECIMIENTOS

Iniciamos la jornada recordando las palabras mágicas y una en especial que resaltamos fue la de **GRACIAS**... se les cuestiono que es dar las gracias y en lluvia de ideas comenzaron a expresar que dar las gracias es cuando un amigo ayuda a otro, cuando una persona hace algo por nosotros, cuando los papas nos compran un juguete y les damos las gracias... cuando finalizo la lluvia de ideas les pregunte que si ellos estaban agradecidos por algo o por alguien del salón de clases y fue algo bien bonito porque mencionaron lo siguiente:

- Gracias por ser mi amigo
- Gracias, maestra por traernos premios (dulces)
- Gracias por ayudarme cuando lo necesite.
- Gracias por los abrazos.
- Gracias por respetarme.
- Gracias por escucharme
- Gracias por confiar
- Gracias por ser buena conmigo.
- Gracias por enseñarme
- Gracias por compartir

Cuando se acabaron los agradecimientos los niños plasmaron sus ideas por medio de la escritura en base a copiados y realizaron un dibujo. Finalizamos la actividad haciendo un mural de los agradecimientos.



MURAL DE LOS AGRADECIMIENTOS

Concluimos la actividad reflexionando que siempre tenemos que ser agradecidos con las personas que se encuentran a nuestro alrededor y que las palabras mágicas debemos utilizarlas no nada más en la escuela sino en todos los lugares a donde vamos.

PRACTICANDO LA CALMA

Esta actividad les ha gustado mucho a los niños porque han aprendido a buscar la calma de diversas maneras por ejemplo a realizar respiraciones lentas y profundas, a estar en silencio escuchando una melodía de relajación por un corto tiempo, pasar energías con las manos eso también es calma, la calma la hemos estado practicando cuando los niños sienten que es necesario por ejemplo... Mis compañeros están haciendo mucho ruido y duelen los oídos y la cabeza... en ese momento empezamos a recuperar la calma, cuando regresamos del recreo practicamos la calma, cuando regresamos de la clase de educación física, cuando algunos compañeros discuten por algo, se molestan o se hacen sentir mal, analizamos y regresamos a la calma, a veces es necesario un abrazo.



- **Maneras de recuperar la calma, recargarse en la mesa y escuchar una melodía relajante.**
- **Tomarse de las manos y pasarnos la calma.**
- **Abrazarnos también nos regresa a la calma.**

Mis alumnos han respondido de una manera sorprendente con el trabajo de las emociones, me han enseñado a que existen otras maneras de recuperar la calma. Que ellos la van a aplicar en casa con su familia. Que estar en calma nos ayuda a pensar, sentir y también recordar momentos y experiencias que han vivido.