

Actividad 11: Hablando el mismo idioma

Durante el desarrollo de este módulo decidí retomar el tema de las emociones y empatarlo con mi proyecto "oficios y profesiones" en donde el objetivo de este último es que los alumnos identifiquen los oficios y profesiones que hay en su comunidad y los beneficios que estos aportan, siendo un tema de interés para ellos ya que al mencionar lo que quieren ser de grandes manifiestan sentirse emocionados, contentos, tristes o enojados ya que aun no aceptan que algunas actividades las pueden desempeñar tanto el sexo masculino como el femenino por las herramientas a utilizar.

Por lo que decidí emplear el semáforo de las emociones el cual se emplea al término de la jornada en donde los alumnos colocan su estrella en el semáforo de cómo les hizo sentir las actividades desarrolladas durante el día y por que creen que ellos sintieron esa emoción, aquí se emplea el tiempo de compartir dando a cada alumno la atención merecida.



Otra de las actividades que hasta el momento me han ayudado para regular las emociones y mantener la calma es el yoga para niños en donde al iniciar la jornada escolar los recibo con ruido blanco y realizamos una serie de ejercicios para calmar nuestras emociones y acciones si es que llegamos estresados, a la carrera o si tuvimos alguna situación en casa luego mencionamos como nos sentimos y lo que esperamos de esta mañana. Cabe mencionar que mis niños son de 1º por lo que las actividades se monitorean aún con las preguntas directas y que de hecho estas actividades las eh venido desarrollando desde el inicio de ciclo escolar sobre todo para mantener el respeto y la calma al tener el desprendimiento de su mamá por ingresar a la escuela.



Para continuar favoreciendo la conciencia de las emociones considero de suma importancia que los chicos y también los docentes y padres de familia realmente conozcamos las emociones y dónde es que las podremos apreciar y para ello es un trabajo arduo y continuo que hemos de ir desarrollando paulatinamente.