

**Nombre del proyecto:** Reconozco nuestras emociones y valoro mi relación con los otros.

Grados 4° y 5°.

*Elaborado por equipo de padrinos  
Área de Educación - Comité de Cafeteros de Caldas  
Material de prueba*

1

**PREGUNTA GENERADORA:** ¿Por qué es importante aprender a manejar nuestras emociones?

**PROPÓSITOS:**

- Reconocer las principales emociones del ser humano y la manera como pueden expresarse adecuadamente en la relación con los demás.
- Gestionar mis emociones desde la práctica y el análisis de estudios de casos.
- Valorar las emociones del otro haciendo uso de la empatía y el respeto por las diferencias.

## **JUSTIFICACIÓN:**

La interacción entre las personas es vital para la supervivencia y la adquisición de conocimientos, pasamos gran parte de nuestra vida relacionándonos con los demás, con frecuencia nos preguntamos ¿cómo estás? a lo cual muchas personas responden bien o mal, algunos quizás por la incapacidad de expresar correctamente sus emociones y lograr ser comprendidos, otros porque no han tomado tiempo para analizar cómo se sienten en verdad o por considerar que no tiene valor. Sin importar el motivo, todos experimentamos diversas emociones y sentimientos a lo largo de nuestra vida, algunas veces de forma instintiva (como expresar sorpresa o sonreír), sin embargo, algunos sentimientos son cohibidos por la carencia de habilidades para gestionarlos o expresarlos.

Por ello, es necesario aprender a identificar los sentimientos y emociones sin la creencia de que es incorrecto expresar las emociones negativas, simplemente debemos aprender a reconocer que existen muchas formas de expresarnos, de acuerdo a como gestionemos nuestras emociones. Desde el modelo Escuela Nueva Dimensionada se reconoce la importancia de las competencias básicas y socioemocionales como parte esencial para el desarrollo del ser humano. Por consiguiente, este proyecto articula la educación emocional a las áreas de ética y valores, educación artística y humanidades, reconociendo que las emociones forman parte de la inteligencia de la persona y, por lo tanto, no actúan de manera independiente (Goleman, 1996). Este proyecto se convierte en un recurso para facilitar el desarrollo de competencias socio emocionales y dinamizar algunos de los principios y componentes del modelo Escuela Nueva tales como: aprendizaje centrado en los estudiantes, aprendizaje significativo, entre otros, desde un punto de vista práctico y aplicado que se puedan trabajar desde las aulas de forma didáctica y transversal.

<b>COMPETENCIAS</b>	<b>Ética y valores.</b>	<b>Educación artística.</b>	<b>Humanidades: Lenguaje.</b>
<p>Competencia:</p> <p>Desarrollar habilidades para el reconocimiento, gestión y expresión de las emociones y su relación con los demás</p> <p>Competencias básicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pensamiento estratégico (razonamiento y argumento): resolver un problema o situación dando cuenta del cómo y del porqué de los caminos que se siguen para llegar a su solución.</li> <li>• Pensamiento estratégico (solución de problemas): planear y ejecutar acciones que dan respuesta concreta a una situación.</li> </ul> <p>Competencias socioemocionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conciencia social (empatía): comunicar asertivamente y relacionarse de manera justa y respetuosa con otros.</li> <li>• Comunicación positiva (manejo de conflictos interpersonales): resolver de manera efectiva</li> </ul>	<p>Componentes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hitos para la convivencia: convivencia social se basada en el reconocimiento, respeto y disfrute de las diferencias. Reconocimiento de una normatividad de tipo universal compartida por todos, que posibilite la vida en común y que tenga como eje central la justicia y la dignidad humana.</li> <li>• Sentimientos de vínculo y empatía: muchas de las acciones humanas son motivadas por los sentimientos; sentimientos que crean fuertes vínculos afectivos.</li> </ul>	<p>Lineamientos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestra sorpresa y apertura hacia sus propias evocaciones, recuerdos, fantasías y lo manifiesta con una gestualidad corporal y elaboraciones artísticas seguras y espontáneas.</li> <li>• Hace representaciones conjugando técnicas artísticas y lúdicas, inventa expresiones artísticas a través de formas tradicionales, construye instrumentos, herramientas simples y hace materiales básicos para lograrlas.</li> </ul>	<p>Estándares.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Practico todo lo que sé sobre roles, intenciones y reglas básicas de la comunicación para: esperar mi turno, escuchar y respetar a mis interlocutores, y valorar a los otros en las situaciones de la vida real.</li> <li>• Antes de hablar, planeo lo que voy a decir, según la situación, mi realidad y mis experiencias.</li> </ul>

<p>diferencias con personas que plantean posturas o comportamientos distintos a los propios.</p> <p>Orientación Socio Ocupacional:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento: analizar sus intereses, gustos, preferencias, aversiones, respecto a actividades relacionadas con el estudio.</li> </ul>	<p>La comprensión del ser humano como sujeto que además de racional es sujeto de pasiones y emociones, lleva a la necesidad de incorporar esta dimensión en la formación ética y moral, como elemento fundamental para la comprensión del papel que ellas juegan en las acciones morales.</p>		
<p><b>ACTIVIDADES</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Análisis de estudios de casos.</li> <li>2. Identificación de acciones que activan las emociones negativas y su intensidad.</li> <li>3. Manejo de emociones.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Representación teatral a través de títeres.</li> <li>2. Expresión de sentimientos y emociones a través del dibujo.</li> <li>3. Juego de roles.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Diseño de historietas.</li> <li>2. Producción textual.</li> <li>3. Interpretación de textos.</li> </ol>
<p><b>RECURSOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Humanos:</b> docente, padres de familia o cuidadores, estudiantes y equipo de padrinos.</li> <li>• <b>Físicos:</b> material fungible y títeres.</li> <li>• <b>Tecnológicos:</b> celular.</li> </ul>			

### **PRODUCTOS:**

Portafolio de evidencias:

1. Diagramas diligenciados sobre expresión de emociones.
2. Estudios de casos resueltos.
3. Historieta.
4. Dibujo de expresión de emociones.
5. Presentación de juego de roles.
6. Representación de títeres.
7. Lista de cotejo.

### **EVALUACIÓN:**

La evaluación será por procesos y formativa con la participación de padres de familia y docentes, para valorar el alcance de los indicadores conceptual, procedimental y actitudinal por parte de los estudiantes, haciendo uso de los tres tipos de evaluación (autoevaluación, hetero evaluación y coevaluación) y las evidencias de aprendizaje propuestas para el proyecto.

Los instrumentos de evaluación a utilizar son:

- Lista de cotejo.
- Lista de chequeo.
- Rúbricas.

### **BIBLIOGRAFIA.**

[https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-385321\\_recurso.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-385321_recurso.pdf)

<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/La%20carpeta%20de%20las%20emociones%20.%20Proyecto%20Did%20C3%A1ctico.pdf>

<http://cerezo.pntic.mec.es/~jgarc246/indicadores.pdf>

<https://d3rhaqd7pe5pkw.cloudfront.net/aprenderencasa/educacion-socioemocional/emociones-para-la-vida-4-estudiante.pdf>

<https://d3rhaqd7pe5pkw.cloudfront.net/aprenderencasa/educacion-socioemocional/emociones-para-la-vida-5-estudiante.pdf>

<https://epsibapsicologia.es/manejo-de-las-emociones/>

<https://movil.colombiaaprende.edu.co/aprende-en-casa/educacion-socioemocional-para-todos-los-niveles>