

# Mi nombre palabraRompecabezas

En esta lección, los estudiantes identificarán una variedad de cualidades personales que les gustan de sí mismos. Organizarán sus ideas en forma de un acróstico de nombres o rompecabezas de palabras que crearán ellos mismos. La lección incorpora un pequeño elemento de presentación en clase, que también les dará a los estudiantes la oportunidad de practicar la escucha con todo el cuerpo.

## Cariñoso Sub-Conceptos)

Compasión, Bondad

## Plazo de la lección

35-40 minutos

## Los materiales requeridos

- ☐ Piezas de cartulina o cartulina, una por estudiante.
- ☐ Lápices de colores/marcadores

Esté preparado para compartir la historia o el significado de su nombre o del nombre de un miembro de la familia para que los estudiantes piensen.

Podría ser significativo preparar un acróstico para su nombre como ejemplo.

## Mapa de Normas

Esta lección se alinea con las Competencias CASEL, los Estándares Nacionales de Educación para la Salud y los Estándares Estatales Básicos Comunes. por favor refiérase a [Mapa de Normas](#) para más información.



DESIGNADO POR CASEL  
COMO PROGRAMA RECOMENDADO  
PARA EL APRENDIZAJE SOCIAL Y EMOCIONAL.  
Vea la última página para más detalles.

## Objetivo de la lección

Serán estudiantes:

- Identificar cosas sobre sí mismos que aprecian.
- Aplicar el pensamiento de autocuidado a sus vidas.
- Presente su acróstico a la clase y practique habilidades de presentación corta.

## Conexión del maestro/autocuidado

En la primera unidad hablamos sobre la importancia del respeto por uno mismo como un componente básico para el respeto dentro de nuestro mundo. Esta unidad se enfoca en el cuidado, que incorpora compasión, ayuda, gratitud y empatía. Cuidar se define como sentir y mostrar preocupación por uno mismo y por los demás. Con esta definición en mente, trate de evaluar cómo se cuida a sí mismo.

El autocuidado es una herramienta vital para garantizar que tengamos tiempo para reiniciar. No es egoísta proporcionar tiempo cada día para enfocarse solo en USTED. ¿Qué haces sólo para ti cada día? Si la respuesta es difícil de identificar, haga una lluvia de ideas sobre cómo puede cuidarse a sí mismo todos los días. Si ya comenzó este proceso, intente expandir o profundizar su cuidado personal para incluir objetivos a largo plazo (como hacer ejercicio o tomar una clase divertida). Si no se preocupa por usted, ¿cómo puede esperar brindar una atención sólida a los demás?

## Consejos para estudiantes diversos

- Tener un ejemplo visual del rompecabezas de palabras probablemente sea útil para todos los estudiantes.
- Puede usar el término formal "acróstico" para el rompecabezas de palabras para estudiantes interesados
- Los estudiantes avanzados pueden querer hacer un acróstico más desafiante poniendo su nombre en el centro y usando las letras del medio de su nombre en lugar de las primeras letras, así: <https://www.pinterest.com/pin/470626229786264958/>





## Compartir

5-7 minutos

*¡Bienvenido a nuestra nueva unidad, Caring! Hablaremos sobre cuidar a los demás y lo que significa cuidar no solo a los demás, sino también a nosotros mismos y nuestro espacio.*

*¿Qué significa para usted preocuparse por los demás?*

Invite a los estudiantes a responder.

*Sin embargo, parte de ofrecer atención a los demás es la capacidad de ofrecer atención a nosotros mismos. A esto lo llamamos autocuidado. Piénsalo. Si no te cuidas a ti mismo, ¿cómo vas a tener la energía para cuidar a otra persona? ¡No lo harás!*

*Entonces, hoy vamos a pensar en todas las formas en que nos cuidamos y pensaremos en las cosas de nosotros mismos que nos hacen especiales.*

*Empecemos por cómo nos cuidamos. ¿Qué son las cosas que haces para cuidar tu mente?*

Invite a los estudiantes a responder; a continuación se proporcionan algunos ejemplos de respuestas:

Mente: Sea amable con los demás, sea agradecido, ayude a los demás, duerma lo suficiente, haga rompecabezas, asista a la escuela, lea, respire profundamente, aprenda algo nuevo, aprenda otro idioma, juegue juegos educativos, vea televisión educativa, toque un instrumento.

*¿Cuáles son algunas de las cosas que haces para cuidar tu cuerpo?*

Invite a los estudiantes a responder; a continuación se proporcionan algunos ejemplos de respuestas:

Cuerpo: Duerma lo suficiente, haga ejercicio, coma alimentos saludables como frutas y verduras, baile, ayude con las tareas del hogar, manténgase activo durante el recreo, participe en la clase de gimnasia, Montar en bicicleta, jugar un deporte.



## Inspirar

5-7 minutos

*Ahora hablemos de las cosas que nos hacen especiales y únicos. ¡Solo hay un tú en todo este mundo! Incluso si tienes un gemelo, sigues siendo único y diferente en formas especiales.*

*Una forma en que muchos de nosotros somos únicos en nuestros nombres. Incluso si compartimos el mismo nombre o uno similar con alguien, todavía tenemos un segundo nombre y apellido únicos que nos hacen diferentes.*

*¿Alguien sabe si su nombre tiene una historia especial? ¿Te pusieron el nombre de alguien especial? ¿Tiene un significado especial?*

Invite al alumno a responder. Dirija con el significado o significado de su nombre, tal vez.

*¿Cuáles son algunas otras cosas que nos hacen especiales y únicos?*

Invitar a los estudiantes a responder; Fomentar respuestas sobre personalidad, intereses, talentos, pasatiempos, etc.



## Autorizar

10-15 minutos

Bien, ahora vas a poner todas tus ideas sobre lo que te hace en un divertido rompecabezas de palabras usando tu nombre. Puedes hacer esto de un par de maneras. Puede escribir su nombre en el costado de su papel verticalmente o puede usar letras de burbuja y deletrear su nombre en la página.

Para cada letra, debes escribir una palabra o frase que describa algo especial sobre ti y que comience con la misma letra. Cuando haya terminado, siéntase libre de decorar su rompecabezas de palabras de una manera que representa todas las cosas únicas y especiales que escribiste sobre ti.

Después de terminar el acróstico, los estudiantes deben decorar su póster de una manera que los represente a ellos y las palabras que eligieron para describirse a sí mismos.

Proyecte un ejemplo en la pizarra inteligente o escriba un ejemplo en la pizarra. El ejemplo puede ser cualquier nombre, pero podría ser más significativo si es el nombre del maestro.

Ejemplo: <https://www.pinterest.com/pin/517069600952146227/>



## Reflejar

5-7 minutos

Invite a los estudiantes a compartir su crucigrama acróstico. Es posible que desee reunir a los estudiantes en su espacio de reunión matutina o en algún lugar como grupo (en lugar de escritorios) y establecer una silla especial donde las personas que presenten sus rompecabezas puedan sentarse mientras el resto de la clase se sienta en la alfombra/piso frente a ellos. . Esto ayuda a enfatizar la idea de que la persona que presenta es especial e importante. Recuerde a los estudiantes que usen la escucha de todo el cuerpo.

Recuerde que todos en nuestra clase son especiales y tienen cosas importantes que agregar a nuestra clase. ¡Recuerda cuidar tu mente, cuidar tu cuerpo y creer lo mucho que me importas a mí y a todos en nuestra clase! Si no nos cuidamos a nosotros mismos, no podemos cuidarnos unos a otros, así que tómese un tiempo todos los días para hacer algo saludable y especial para usted. Recuerde también que mostrar gratitud, ayudar a los demás y ser amable hace que nuestro cerebro y nuestro cuerpo se sientan bien. Somos más felices cuando estamos agradecidos. ¡Trabaja duro para ser agradecido, ayudar y ser amable con quienes te rodean!



## Ideas de extensión

- Considere colgar los acrósticos alrededor de la habitación o en un tablón de anuncios, o laminar y usar como tarjetas de identificación de escritorio (pegadas o colgadas en el frente de la prueba o pegadas en el respaldo de la silla).
- Puede dejar que los estudiantes recorten palabras de revistas que los describan y las peguen o peguen en su acróstico. También puede dejar que recorten imágenes que los representen y las peguen o peguen como parte de la decoración final.



DESIGNADO POR CASEL  
COMO PROGRAMA  
RECOMENDADO PARA EL  
APRENDIZAJE SOCIAL Y  
EMOCIONAL.

El Colaborativo para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL) ha estado revisando programas SEL basados en evidencia desde 2003. Kindness in the Classroom® cumple con el Programa SElect de CASEL y está incluido en el [Guía CASEL para programas efectivos de aprendizaje social y emocional](#).

Kindness in the Classroom® cumplió o superó todos los criterios de CASEL para una programación SEL de alta calidad. Kindness in the Classroom® recibió la designación más alta de CASEL por programación SEL de alta calidad.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>