

Comparte tus sentimientos

Cada persona tiene sentimientos. Sin embargo, ¡cómo los definimos o expresamos puede verse muy diferente! Cuando invitamos a otros a compartir sus experiencias con cada sentimiento, también estamos mostrando compasión y empatía por sus sentimientos. Esta actividad interactiva invita a los transeúntes a la oportunidad de ilustrar cómo se ven o suenan los tipos comunes de sentimientos.

Cariñoso Sub-Conceptos)

Compasión, Empatía, Amabilidad

Plazo del proyecto

25-30 minutos

Los materiales requeridos

- ☐ Materiales básicos del tablón de anuncios
- ☐ 4-6 paquetes de post-it de diferentes colores
- ☐ diccionarios
- ☐ papel de construcción
- ☐ marcadores
- ☐ cuerda o hilo

Paso 1:

Como clase, decidan qué sentimientos les gustaría incluir en su pizarra. Es posible que desee incluir una combinación de preguntas fáciles (feliz/triste) y más complejas (confundido/emocionado/interesado) para permitir que los estudiantes más pequeños y mayores tengan la oportunidad de participar durante la semana.

Paso 2:

Divida la clase en grupos correspondientes y ayúdelos a definir su emoción. Proporcione a cada grupo un diccionario, papel de construcción y materiales básicos de arte. Cada grupo debe escribir la palabra en letra grande y escribir la definición de la palabra a continuación.

Paso 3:

Montar el tablón de anuncios. Organice sus 4-6 emociones en la parte superior con las etiquetas y definiciones adjuntas. Elija un color para cada emoción y haga que cada estudiante elija 1-2 emociones que no definieron. Dibujarán cómo se ve cada emoción para ellos usando la publicación correspondiente y la agregarán bajo el encabezado de la emoción correcta.

Etapas 4:

Agregue instrucciones simples:

- Elige un sentimiento.
- ¡Toma una nota adhesiva vacía debajo de ese sentimiento y haz un dibujo de cómo se ve ese sentimiento para ti!
- No olvides volver a poner tu nota adhesiva en nuestro tablero.
- ¡Gracias por ayudar a nuestra clase!

Paso 5:

Al final de la semana (o más si lo desea), recopile todas las notas adhesivas completas y revíselas como clase. ¿Qué similitudes vieron en las notas adhesivas bajo un sentimiento en particular? ¿Qué notas adhesivas fueron las más creativas y por qué? ¿Algo te sorprendió? Si es así, ¿por qué?

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®



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/>