

Guía de Enseñanza



TABLA DE CONTENIDOS

Introducción	2
Rutinas Básicas	2
Plan de Estudios de Palabras de Sentimientos (Unidades)	3
Adaptaciones para el Plan de Estudios de Palabras de Sentimientos	3
Herramientas RULER	4
El Medidor del Estado de Ánimo	4
El Charter	4
El Meta-Momento	5
Los Pasos	5
Paso 1: Nuestras Historias	5
Paso 2: Conexión de Contenido Creativo	5
Paso 3: Conexión Familiar y de Adulto de Confianza	6
Paso 4: Sesión de Estrategia	7
Cierre	7

INTRODUCCIÓN

En entornos de la primera infancia, RULER (a) se integra en las rutinas existentes y los objetivos de aprendizaje del aula, (b) se basa en el juego y (c) está alineado con los Estándares de Desarrollo del Aprendizaje Temprano de Connecticut (CT ELDS), Normas de Justicia Social de Enseñanza para la Tolerancia y los Estándares SEL de Primaria Temprana de la Junta de Educación del Estado de Illinois (ISB). Hemos optado por utilizar los Estándares de Desarrollo del Aprendizaje Temprano de Connecticut porque el Centro para la Inteligencia Emocional de Yale está ubicado en Connecticut, donde muchos de nuestros colaboradores enseñan, y porque son similares a las pautas y estándares de Aprendizaje Temprano de cada estado. Si bien los estándares de ISBE y Enseñanza para la Tolerancia comienzan en kindergarten, hemos identificado estándares que son apropiados para el desarrollo de los estudiantes de preescolar. Todo nuestro trabajo se basa en los estándares del programa NAEYC y los estándares de desempeño Headstart y está diseñado para ser relevantes en todos los entornos. Las lecciones y actividades son flexibles en términos de duración, secuencia y contenido, y pueden adaptarse a su entorno.

RULER comienza con los líderes, los educadores, y sus habilidades; es importante que los líderes y educadores estén capacitados en aspectos clave de RULER antes de llevarlo al aula (es decir, el enfoque de RULER de "adultos primero"). Cuando los educadores creen que las emociones importan y que son clave para apoyar el aprendizaje social y emocional de los niños, usan sus propias habilidades sociales y emocionales para crear y establecer un ambiente de apoyo emocional para el aprendizaje. Están más en sintonía con las necesidades emocionales de los niños y están mejor equipados para guiar a los niños a través de las transiciones y administrar el aula porque responden y son sensibles a las emociones de los niños. Los educadores que viven según RULER pueden enseñar RULER de mejor manera.

Las *Unidades del Plan de Estudios de Palabras de Sentimientos* de RULER introducen nuevos conocimientos emocionales para desarrollar la inteligencia emocional de los niños, mientras que las *Rutinas Básicas* de RULER refuerzan y fortalecen regularmente las habilidades de la inteligencia emocional, así como el uso de las *Herramientas RULER*. Como con todos los conocimientos y habilidades, la verdadera magia del aprendizaje ocurre en las interacciones de los niños con sus compañeros, educadores y familias, y especialmente cuando navegan por las emociones que experimentan durante el día escolar. Es durante estos momentos que los educadores fortalecen la inteligencia emocional de los niños al servir como ejemplo de las habilidades que queremos que tengan y al responder y ser sensibles a las necesidades emocionales de los niños.

RUTINAS BÁSICAS

Para ayudarlo a incorporar RULER en su salón de clases y fortalecer el aprendizaje, el plan de estudios de la primera infancia incluye las Rutinas Básicas de RULER. Estas son prácticas simples y adaptables que requieren mínima preparación o planificación. Las Rutinas Básicas fortalecen las habilidades de la inteligencia emocional no solo a través de la práctica diaria, sino como una extensión de las herramientas de anclaje de RULER. Estas no son lecciones o unidades, sino actividades repetibles y personalizables que

se pueden incorporar a la cultura del aula. Cuando se implementan con regularidad, estas prácticas pueden mejorar una cultura de seguridad emocional a nivel del aula, e idealmente, a nivel escolar.

PLAN DE ESTUDIOS DE PALABRAS DE SENTIMIENTOS (UNIDADES)

El Plan de Estudios de la Primera Infancia temprana RULER incluye 13 unidades, la primera unidad presenta a los estudiantes el Medidor del Estado de Ánimo y es seguida por 12 unidades que se enfocan cada una en una palabra de sentimiento. Cada una de las 13 unidades de RULER tiene cuatro partes: (1) Nuestras historias, (2) Conexión de Contenido Creativo, (3) Conexión Familiar y de Adulto de Confianza y (4) Sesión de Estrategia. A través de estas cuatro partes, se presentan las unidades a los niños durante varias semanas para desarrollar el conocimiento y las habilidades de los estudiantes con el tiempo.

Traer RULER a su entorno de primera infancia es un compromiso para profundizar su comprensión de sus propias emociones y las de sus estudiantes. Con las herramientas y estrategias de RULER, tendrá todo lo que necesita para integrar la inteligencia emocional en las rutinas y conversaciones diarias.

Al comenzar el Plan de Estudios de Palabras de Sentimientos, le recomendamos que introduzca primero las cuatro palabras principales del Medidor del Estado de Ánimo (feliz, triste, tranquilo y enojado) a través de la unidad introductoria: Conozca el Medidor del Estado de Ánimo. La introducción de estas palabras ayuda a proporcionar a los estudiantes una base sólida para usar el Medidor del Estado de Ánimo y expresar sus emociones básicas. Después de introducir estas palabras, puede cambiar el orden de las palabras de sentimiento restantes de la manera que mejor se alinee con el plan de estudios de su aula y los intereses y necesidades de los estudiantes en su aula.

ADAPTACIONES PARA EL PLAN DE ESTUDIOS DE PALABRAS DE SENTIMIENTOS

- Adaptación para aulas de edades mixtas con niños que regresan: si está enseñando en un aula de edades mixtas, recomendamos repetir las palabras de sentimiento cada año para que los estudiantes tengan la oportunidad de revisar las palabras y participar en conversaciones que evolucionan acorde a su etapa de desarrollo. Es posible que observe que los estudiantes mayores sirven como modelos a seguir para los estudiantes más jóvenes, ya que hablan sobre los sentimientos que han aprendido antes. Si decide cambiar el orden de las palabras de sentimientos cada año o introducir nuevas palabras de sentimientos, le recomendamos que comience con las cuatro palabras principales del Medidor del Estado de Ánimo primero (feliz, triste, tranquilo y enojado) y luego introduzca otras palabras.
- Programas de 12 meses versus programas de 9 meses: El Plan de Estudios de Palabras de Sentimientos puede implementarse utilizando un programa de 9 meses. Si trabaja en un programa

GUÍA DE ENSEÑANZA PARA LA PRIMERA INFANCIA

de 12 meses, puede modificar este esquema para esparcir las palabras de sentimiento durante todo el año, introduciendo una palabra de sentimiento por mes, por ejemplo.

- Integrando las palabras de sentimiento en el plan de estudios emergente: Se proporcionan libros de cuentos e ideas de actividades para cada palabra de sentimiento, pero si está utilizando un enfoque de plan de estudios emergente, puede optar por usar sus propios libros de cuentos e ideas de actividades. A continuación, ofrecemos sugerencias de posibles temas que podrían estar relacionados con cada palabra de sentimiento. ¡También puede agregar sus propias ideas!

HERRAMIENTAS RULER

RULER para la Primera Infancia incluye 13 unidades, todas diseñadas en torno a Palabras de Sentimientos y el uso del Medidor del Estado de Ánimo. El Charter y el Meta-Momento se presentan a los estudiantes a través de las Palabras de Sentimientos. El Plan no es una parte explícita del plan de estudios de la primera infancia.

EL MEDIDOR DEL ESTADO DE ÁNIMO

El Medidor del Estado de Ánimo es una herramienta diseñada para ayudar a los educadores y estudiantes a desarrollar una conciencia social y personal. El Medidor del Estado de Ánimo toma conceptos de emociones abstractos y los concreta con colores y palabras de sentimiento. Los libros de cuentos, las conversaciones y las actividades presentan los conceptos básicos del Medidor del Estado de Ánimo al vincular estos conceptos con experiencias y conocimiento existente. Por ejemplo, los estudiantes aprenden sobre las dos cualidades científicas de la emoción: energía y agrado, al considerar cómo se sienten sus cuerpos, cómo se ven los rostros y cómo suenan las voces en diferentes situaciones. Aprenden estrategias para regular las emociones aprendiendo de su propia experiencia y de la experiencia de los demás. Estos conceptos se refuerzan durante lecciones, actividades y revisiones regulares, y a través del ejemplo de los maestros.

Mientras aprenden sobre nuevas palabras de sentimientos y conceptos a través del Medidor del Estado de Ánimo, los estudiantes comienzan a identificar más concretamente cómo quieren sentirse (por ejemplo, "Quiero sentirme amarillo, verde, feliz, orgulloso, tranquilo, etc."), lo que refuerza la regulación proactiva de las emociones, un enfoque principal de el Charter

EL CHARTER

El Charter del aula de la primera infancia es idéntico al Charter del personal, ya que representa (1) cómo todos en el aula quieren sentirse y (2) lo que todos pueden hacer para ayudarse unos a otros y a sí mismos a tener esos sentimientos. Muchas emociones, como feliz, seguro y curioso, ofrecen un vínculo directo con los comportamientos que los estudiantes y los adultos suelen querer tener en el aula. Como documento vivo, el Charter tiene la flexibilidad de construirse en un período corto de tiempo o en el transcurso de muchos meses. Los Charters en los primera infancia muchas veces se desarrollan con el tiempo a medida



GUÍA DE ENSEÑANZA PARA LA PRIMERA INFANCIA

que los estudiantes aprenden sobre nuevos conceptos y palabras de sentimientos. Como documento vivo, el *Charter* puede actualizarse según sea necesario.

EL META-MOMENTO

El Meta-Momento apoya la regulación de las emociones en el momento. Ayuda a los estudiantes a reconocer sentimientos intensos, usar la respiración para aliviar ese sentimiento, y elegir una respuesta útil a la situación que los ayude a ser *la mejor versión* de sí mismos. También les ayuda a considerar las estrategias que usan los personajes en las historias para aliviar los sentimientos fuertes y manejar situaciones difíciles.

LOS PASOS

Las Unidades de las Palabras de Sentimientos utilizan un proceso de cuatro pasos para enseñar las habilidades de RULER conforme se relacionan a cada palabra de sentimiento.

PASO 1: NUESTRAS HISTORIAS

Los estudiantes aprenden sobre cada palabra de sentimiento a través de historias de la vida real de su maestro. Los maestros usan una serie de preguntas para ayudar a los estudiantes a establecer conexiones con su propia experiencia con el mismo sentimiento. A través del intercambio de historias, los maestros y los estudiantes comienzan a construir un entendimiento común de cada palabra de sentimiento. Los estudiantes también comienzan a aprender vocabulario relacionado con las emociones a través de historias y preguntas que estimulan el pensamiento sobre sus experiencias personales relacionadas con el significado de la palabra.

Consejos para una gran historia: elija una historia significativa y real, anímela con detalles y sea breve (menos de 3 minutos). Mientras cuenta su historia, recuerde usar señales faciales, corporales y vocales, y mencione cómo se sintió la sensación en su cuerpo.

PASO 2: CONEXIÓN DE CONTENIDO CREATIVO

La Lectura en Voz Alta ayuda a los estudiantes a aprender sobre el Reconocimiento, la Comprensión, el Etiquetado, la Expresión y la Regulación de las emociones a través de personajes de libros de cuentos para que, con la práctica, puedan comenzar a aplicar esas habilidades con sí mismos y con los demás. Los juegos de roles y las actividades de extensión ayudan a extender la lectura compartida a otros contextos. Aquí proporcionamos sugerencias para incorporar las preguntas de la Lectura en Voz Alta de RULER y la práctica de habilidades de RULER en la lectura compartida para ayudar a que cada lectura en voz alta sea una Lectura en Voz Alta de RULER.

Los estudiantes logran una comprensión más profunda de la palabra de sentimiento al explorar la Palabra de Sentimiento a través del aprendizaje en grupos grandes y pequeños y de la exploración basada en

GUÍA DE ENSEÑANZA PARA LA PRIMERA INFANCIA

centros. Luego, los estudiantes pueden demostrar y continuar desarrollando esta comprensión a través de una representación creativa, como el arte, cuento o parodia.

Alentamos a los educadores a leer la misma historia al menos tres veces. La primera lectura permite a los estudiantes familiarizarse con los personajes y el escenario. La segunda les permite comprender mejor la trama y la tercera a profundizar más en las preguntas de Lectura en Voz Alta de RULER. Le pediremos que lea el mismo libro nuevamente durante el Paso 4: La Sesión de Estrategia.

Permita a los estudiantes hacer preguntas mientras lee. Bríndeles contexto y explicaciones según sea necesario.

- Lea un libro que enfatice sentimientos diferentes y haga preguntas de Lectura en Voz Alta de RULER. Utilice las preguntas que le parezcan más apropiadas.
- Hemos ofrecido sugerencias para una feliz Lectura en Voz Alta y Preguntas de Lectura en Voz Alta, sin embargo, elija el libro y las preguntas que tengan más sentido para usted.
- ¡Anime a los estudiantes a practicar las expresiones faciales del libro!
- Use una pizarra de fieltro o una tabla con bolsillos para el Medidor del Estado de Ánimo para mover imágenes de los personajes del libro alrededor de los colores del Medidor a medida que cambian sus sentimientos.

Usted encontrará una serie de Recursos para la Lectura en Voz Alta para apoyarlo en la plataforma de RULER En Línea (*ubicada dentro de Recursos -> Primera Infancia*). Estas incluyen:

- Escogiendo un Libro de Cuento de RULER
- Preguntas de Lectura en Voz Alta de RULER
- Diez Consejos para la Hora de Cuentos
- Apoyo para Estudiantes de Dos Idiomas

PASO 3: CONEXIÓN FAMILIAR Y DE ADULTO DE CONFIANZA

El desarrollo social y emocional comienza en casa. La participación de la familia es un componente central de RULER y del plan de estudios de Palabras de Sentimientos, y en cada unidad se proporcionan cartas y actividades de extensión. Durante la hora de círculo o de grupos de la clase, comience a invitar a los alumnos a compartir lo que han aprendido de sus familias. Mantenga la brevedad para compartir: no más de tres historias de estudiantes a la vez. En este paso, los estudiantes comparten su aprendizaje sobre la palabra sentimiento con un adulto de confianza o un amigo mayor, y pedimos que los adultos compartan su experiencia con ese sentimiento con el estudiante.

La hoja de trabajo de la Asociación entre la Escuela y el Hogar (ubicada en la última página de cada unidad) proporciona una introducción con la definición de la palabra de sentimiento que se usa en el aula y algunas notas que pueden ser útiles cuando se habla de este sentimiento en casa. A continuación, la hoja de trabajo instruye a los adultos en casa a compartir una historia de un momento en que sintieron la palabra de sentimiento. Por último, se detalla una actividad familiar y se puede realizar en casa. Conceda un tiempo (quizás una semana) para que las familias tengan estas conversaciones con sus hijos. Tome en cuenta que

GUÍA DE ENSEÑANZA PARA LA PRIMERA INFANCIA

es posible que algunas familias no puedan tener estas conversaciones durante el transcurso de la unidad y anime a los estudiantes a hablar con otros adultos en la escuela.

Brinde a los estudiantes la oportunidad de dibujar o escribir sus historias familiares. Esto puede ser durante el tiempo del Centro de aprendizaje o como un escrito más dirigido. Ofrecemos muchos otros recursos en la plataforma RULER En Línea para que las familias apoyen lo que los estudiantes aprenden en la escuela al compartir las herramientas, las estrategias y el lenguaje que se utilizan en el aula.

PASO 4: SESIÓN DE ESTRATEGIA

Los estudiantes piensan juntos sobre qué tipo de objetivo de regulación emocional elegirían para un cierto sentimiento: ¿es este un sentimiento que les gusta tener o no les gusta tener? ¿Es un sentimiento que quieren más, menos o la misma cantidad? Luego, hacen una lluvia de ideas sobre diferentes formas de alcanzar esos objetivos y tienen la oportunidad de practicar sus estrategias! El objetivo es que los estudiantes escuchen de los educadores, compañeros de clase, y familias, y desarrollen una variedad de estrategias que puedan usar y ayudar a otros a usar para responder a diversas emociones.

CIERRE

La conclusión de cada lección generalmente requiere que los educadores escriban las reflexiones de los estudiantes en un papel grande. Las reflexiones se centran en las habilidades y conceptos que se enseñaron y preguntan a los estudiantes cómo estas habilidades pueden o deben aplicarse en sus propias vidas o comunidades. Las reflexiones finales suelen tardar entre 5 y 10 minutos.