



Decepcionado

Unidad Palabra de Sentimiento



TABLA DE CONTENIDOS

Resumen de la Unidad.....	1
Normas y Objetivos	2
Paso 1: Nuestras Historias	4
Paso 2: Conexión de Contenido Creativo	5
Paso 3: Asociación Escuela – Hogar	7
Paso 4: Sesión de Estrategia	7
Hoja de Trabajo de la Asociación Escuela – Hogar	9

RESUMEN DE LA UNIDAD

Palabra de Sentimiento	Definición
Decepcionado	Triste porque algo no sucedió de la manera que pensabas que iba a suceder

En esta unidad usted encontrará sugerencias para actividades individuales, de grupos grandes y de grupos pequeños, para la integración de las Rutinas Básicas, y para la participación de los padres durante el transcurso de 2 a 3 semanas. Esta unidad, decepcionado, apoyará a los estudiantes a pensar sobre, hablar sobre, y manejarse ellos mismos y a los demás cuando se sientan decepcionados. La palabra sentimiento, decepcionado, se define como, “triste porque algo no sucedió de la manera que pensaste que iba a suceder.” Los estudiantes explorarán diferentes situaciones en las cuales ellos u otros han experimentado el sentimiento de decepción. Ellos aprenderán a reconocer cómo se siente el sentimiento de decepción en su cuerpo y cómo se ve en otros. Durante el tiempo de grupos grandes, se leerá un texto apropiado para el desarrollo en el que un personaje experimenta la palabra sentimiento, decepcionado. Los centros de aprendizaje proporcionarán a los estudiantes un entendimiento más profundo de la palabra sentimiento a través del juego y las actividades de aprendizaje. Finalmente, los estudiantes tendrán la oportunidad de practicar la auto-regulación a través de un proyecto comunitario centrado alrededor de la palabra decepcionado.

Sentirse decepcionado es desagradable con poca energía. Las personas que se sienten decepcionadas pueden tener el ceño fruncido o hacer pucheros con las comisuras de los labios hacia abajo, los ojos mirando hacia abajo, la frente arrugada y las cejas juntas. Pueden hablar lenta y tranquilamente y pueden



PRIMERA INFANCIA: UNIDAD 12 – DECEPCIONADO

llorar. Los cuerpos decepcionados pueden verse caídos, con la cabeza y los hombros hacia abajo y los músculos flojos. Los cuerpos decepcionados a veces sienten que les duele el estómago o que sienten una opresión en el pecho. Las personas que se sienten decepcionadas pueden llorar o suspirar.

NORMAS Y OBJETIVOS

Estándares de Desarrollo del Aprendizaje Temprano en Connecticut

C.60.11	Prueban múltiples estrategias para resolver un problema y recurren a múltiples recursos (ej., mirar lo que un compañero esta haciendo para obtener ideas)
SE.60.3	Usan estrategias para calmarse a sí mismos en situaciones con un mínimo de indicación y comparten estrategias con sus compañeros o familiares
SE.60.5	Toleran pequeños niveles de frustración y decepción, mostrando un comportamiento apropiado con indicaciones y apoyo de un adulto
SE.60.8	Describen emociones y sentimientos con adultos y compañeros de confianza
SE.60.10	Comienzan a comprender que personas diferentes pueden tener reacciones emocionales diferentes
SE.60.19	Participan en el desarrollo de soluciones y trabajan para resolver conflictos con compañeros
L.60.12	Con indicaciones y apoyo, vuelven a contar historias conocidas, incluidos los elementos de la historia (ej. escenario, personajes, eventos), y / o a compartir detalles clave del texto informativo
L.60.14	Usan conexiones entre uno mismo y el personaje, la experiencia y las emociones para aumentar la comprensión
CA.60.5	Usan una variedad de herramientas y materiales para representar ideas a través de artes visuales
CA.60.7	Usan materiales y accesorios de maneras únicas y son creativos para encontrar y usar materiales como accesorios deseados para la obra de teatro dramática

Normas de Justicia Social de Enseñanza para la Tolerancia

AC.K-2.18	Diré algo o le diré a un adulto si alguien esta siendo hiriente y haré mi parte para ser amable incluso si no me gusta algo de lo que alguien dice o hace
AC.K-2.20	Me uniré a mis compañeros de clase para hacer que nuestra aula sea justa para todos

Comprensión Duradera

Ellos se sienten decepcionados cuando están tristes porque algo no sucedió de la manera que ellos esperaban que sucediera
Todos los días ellos tienen sentimientos en cada cuadrante del Medidor de Estado de Ánimo
Los sentimientos vienen y van. Ellos no siempre se sentirán de la manera en que se están sintiendo ahora mismo
Tomar algunas respiraciones profundas calma sus cuerpos y hace más fácil pensar y resolver problemas
Diferentes personas muestran sus emociones en diferentes formas (voz, lenguaje corporal, y rasgos faciales)

Preguntas Esenciales

Reconocer: Cómo se ve la decepción en nuestros rostros y cuerpos? Cómo suena en nuestras voces?
Comprender: Qué pasa que me hace sentir decepcionado? Qué puede causar que alguien más se sienta decepcionado?
Etiquetar: Cuál es otra palabra que puedo usar para hablar de sentirme decepcionado?
Expresar: Cómo puedo hacerles saber a otras personas que me siento decepcionado?
Regular: Qué me puedo decir a mí mismo si no quiero sentirme decepcionado?

Conocimiento: Los estudiantes sabrán...

Las señales que sus caras y cuerpos dan para indicar que se sienten decepcionados
Si lo desean, pueden seleccionar una estrategia que los ayude a sentirse menos decepcionados.
Sentirse decepcionado es un sentimiento que se encuentra en el cuadrante azul del Medidor de Estado de Ánimo

Habilidades: Los estudiantes serán capaces de...

Hacerles saber a otras personas cuando se sienten decepcionados
Identificar y describir cómo se siente la decepción en su cuerpo y cómo se ve en la cara y el cuerpo de alguien más

Nombrar y hablar sobre diferentes formas de tener más, menos o seguir teniendo sentimientos de decepción y elegir una forma de practicar para sentirse menos decepcionado.

Mostrar y hablar sobre las formas en que pueden ayudar a otra persona que se siente decepcionada.

Objetivos del Plan de Estudios RULER de Palabras de Sentimiento	
Parte de Unidad	Objetivos Correspondientes
Paso 1	<ul style="list-style-type: none"> • 1.1R Identificar las señales observables de palabras de sentimiento en uno mismo y en otros • 1.2R Determinar el nivel de agrado y energía de una palabra de sentimiento • 1.3L Usar una palabra de sentimiento en una afirmación original
Paso 2	<ul style="list-style-type: none"> • 2.1U Describir causas y consecuencias para los sentimientos del personaje con evidencia • 2.2U/E Comparar y contrastar la expresión de sentimientos dependiendo de la cultura, normas sociales, y diferencias individuales • 2.3 E Representar una palabra de sentimiento creativamente (ej. símbolo, escena, poema, o actuación)
Paso 3	<ul style="list-style-type: none"> • 3.1U Relacionar la palabra de sentimiento con experiencias relevantes, personales • 3.2L Definir la palabra de sentimiento
Paso 4	<ul style="list-style-type: none"> • 4.1U Identificar y describir un escenario (personal o cualquier otro) centrado alrededor de la experiencia de una persona con la palabra de sentimiento • 4.2Reg Establecer una meta de regulación emocional para la persona involucrada en el escenario • 4.3Reg Identificar estrategias de pensamiento que ayudarán a la persona alcanzar la meta y explicar por qué • 4.4Reg Identificar estrategias de acción que ayudarán a la persona alcanzar la meta y explicar por qué • 4.5Reg Reflexionar y evaluar la efectividad de las estrategias generadas para alcanzar las metas de regulación emocional.

PASO 1: NUESTRAS HISTORIAS

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Un Medidor de Estado de Ánimo • La palabra “decepcionado” escrita para que los estudiantes la vean • Una fotografía suya 	<p>Las historias personales ayudan a los estudiantes a aprender a Reconocer, Comprender, Etiquetar, Expresar y Regular las emociones a través de la experiencia real de un adulto de confianza. Escoja una historia significativa y verdadera. Dele vida con detalles. Sea breve (menos de 3 minutos). Mientras cuenta su historia, recuerde usar señales faciales, corporales y vocales y mencione cómo el sentimiento se sintió en su cuerpo.</p> <p>Lo alentamos a que use el Medidor de Estado de Ánimo al contar su historia y la Rutina Básica de Verificación del Medidor de Estado de Ánimo después de la historia con sus estudiantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ejemplo de Historia: Un día, mi Tía vino a casa y nos dijo que había un nuevo restaurante, y que nos iba a llevar en unos días. Este restaurante era el primer restaurante en Haití en hacer pizza. En ese tiempo, la pizza no era una comida común en Haití. Un par de días se sintieron como un billón de años. Mis primos y yo no podíamos dejar de hablar de ello. Cuando finalmente llegó el día para que fuéramos al restaurante, mi tía nos dijo a mí y a mi otro primo menor que no íbamos a ir porque no tenía suficiente dinero para llevarnos a todos! Solo mis dos primos mayores podían ir. Pero yo había estado esperando tanto tiempo para ir a la pizzería con mi familia! Mi estómago se sentía apretado y mi cabeza se sentía caliente. Sentí que iba a llorar y no me gustó esa sensación; Yo estaba muy decepcionado. Mi tía me dijo que la próxima vez sería mi turno. Esto me hizo sentir menos decepcionado y sabía que pronto comería pizza.</i> <p>Después de contar su historia, pregunte a los estudiantes</p> <ul style="list-style-type: none"> • En mi historia, disfruté de sentirme decepcionado? • Cómo sentirse decepcionado se veía en mi cara y cuerpo? • Cómo hice saber a otras personas que yo me sentía decepcionado? • Qué me ayudó sentirme diferente? <p>Pida a los estudiantes que piensen sobre una vez que ellos se sintieron como usted en su historia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pida a los estudiantes que piensen en las formas en que tu historia es igual o diferente a la suya. • Ofrezca a los estudiantes la oportunidad de dibujar sus propias historias. • Utilice la Rutina Básica Descanso para Respirar para regular los sentimientos de decepción.

PASO 2: CONEXIÓN DE CONTENIDO CREATIVO

LLEVAR A CABO UNA LECTURA EN VOZ ALTA DE RULER

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> <i>Alexander y el día terrible, horrible, espantoso, horroroso</i>, de Judith Viorst (disponible en español) Un Medidor de Estado de Ánimo 	<p>Lea <i>Alexander y el día terrible, horrible, espantoso, horroroso</i>, de Judith Viorst como una lectura en voz alta para esta unidad. En esta historia, es una cosa tras otra para Alexander. Use la historia y las Preguntas de Lectura en Voz Alta de RULER para facilitar una conversación sobre sentirse decepcionado.</p> <p>Ejemplos de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> R: Cómo se sentía Alexander? Cómo pudiste saberlo? U: Por qué crees que Alexander se sentía así? Cómo crees que te hubieras sentido si hubieras tenido un día terrible, horrible, nada bueno, muy malo? L: Qué otras clases de sentimiento crees que Alexander podría haber tenido? (Aparte de decepcionado) E: Cómo le hizo saber Alexander a otras personas cómo se sentía? (Su familia y su maestro) Qué hicieron otras personas cuando supieron cómo él se sentía? Los demás entendieron cómo se sentía Alexander? (Cómo crees que se sintió al saber que nadie lo escuchaba?) R: Qué hizo Alexander para sentirse menos decepcionado? Crees que funcionó? Qué más pudo haber hecho Alexander? Qué hubieras hecho diferente? <p>Siguiendo la historia y las Preguntas de Lectura en Voz Alta de RULER, use las Rutinas Básicas para apoyar el aprendizaje del estudiante. Las Rutinas Básicas de Compartir el Cuidado y de la Verificación del Medidor de Estado de Ánimo pueden ser útiles!</p>

SUGERENCIAS DEL CENTRO DE APRENDIZAJE

ARTE

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> Pintura multicultural Lápices y marcadores 	<p>Pintura o Dibujo en Pareja: Ponga a los estudiantes en parejas y proporcióneles pintura multicultural y / o lápices, marcadores. Invítelos a pintar o hacer un dibujo de su pareja sintiéndose decepcionada. Cómo se ve la cara de su pareja cuando se siente decepcionada? Dónde más puedes ver la decepción en su cuerpo?</p>

OBRA DE TEATRO DRAMÁTICA

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> Accesorios de teatro dramático 	<p>Hagan un juego de roles con escenarios de <i>Alexander y el día terrible, horrible, espantoso, horroroso</i>, de Judith Viorst. Busque oportunidades para desarrollar empatía y la toma de perspectiva. Una de las razones por las que Alexander se sintió decepcionado fue porque no recibió un juguete en su caja de cereal.</p> <p>Use la Rutina Básica de Descanso para Respirar.</p>

ALFABETIZACIÓN

Materiales	Instrucciones

<ul style="list-style-type: none"> Libros adicionales 	<p>Ofrezca a los estudiantes acceso a libros adicionales que exploran la palabra sentimiento.</p> <p>Ejemplos incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> 10,000 vestidos, de Marcus Ewert <i>Estás lista para jugar afuera?</i>, de Mo Willems (disponible en español) <i>Me dieron un pollo por mi cumpleaños</i>, de Laura Gehl <i>Cuando vinieron mis primos</i>, de Katie Yamasaki <i>La hermanita de Franklin</i>, de Paulette Bourgeois (disponible en español) <i>Pedro es una pizza</i>, de William Steig (disponible en español) <p>Permita que los estudiantes escriban (dicten) e ilustren historias curiosas adicionales y creen sus propios libros.</p>
<p>HABILIDADES NUMÉRICAS</p>	
<p>Materiales</p>	<p>Instrucciones</p>
<ul style="list-style-type: none"> Papel Lápices / marcadores 	<p>Haga una lista de lo que provoca comúnmente sentimientos de decepción en sus estudiantes, tal vez 5 o 6 (no ir a la fiesta a la que fueron invitados, no ir al zoológico como estaba planeado, no ver su programa favorito como se prometió, no ser recogido por la persona que dijo que lo iba a recoger). O los educadores pueden pedir a los estudiantes que propongan algunas experiencias.</p> <p>Cree un gráfico de barras que registre cuántos estudiantes experimentaron decepción por las experiencias enumeradas. Cuáles eventos causan que la mayoría de los estudiantes estén decepcionados? Cuáles son los que menos lo causan?</p>
<p>TRANSICIONES</p>	
<p>Instrucciones</p>	
<p>Encuentre oportunidades durante las transiciones y durante el día para que los estudiantes practiquen turnarse. Ayude a construir su capacidad para hacer frente a la decepción utilizando oportunidades para esperar y recibir un turno. Resalte los sentimientos positivos de los demás y la experiencia de turnarse.</p>	
<p>CIERRE</p>	
<p>Instrucciones</p>	
<p>Reflexione y responda a la participación de los estudiantes mientras continúa conectándose con los personajes en el libro, y las experiencias compartidas por adultos y estudiantes.</p>	

PASO 3: ASOCIACIÓN ESCUELA - HOGAR

Instrucciones

La Hoja de Trabajo de la Asociación Escuela - Hogar (ubicada en la última página de este documento) proporciona una instrucción con la definición de la palabra sentimiento que está siendo usada en la clase, así como algunas notas que pueden ser útiles cuando hablan sobre este sentimiento en el hogar.

A continuación, la hoja de trabajo instruye a los adultos en el hogar a compartir una historia de una vez en que sintieron la palabra sentimiento. Por último, una actividad familiar está incluida en la hoja de trabajo y puede ser completada en el hogar.

Resumen de Actividad Familiar: Las familias pueden continuar la conversación sobre una vez en la que ellos se sintieron decepcionados. Discuten lo que les sucedió, cómo se sintió en sus rostros y cuerpos, y que les ayudó a sentirse mejor.

PASO 4: SESIÓN DE ESTRATEGIA

REVISAR E INTRODUCIR TAREA

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Alexander y el día terrible, horrible, espantoso, horroroso</i>, de Judith Viorst • Preguntas de Lectura en Voz Alta de RULER • Papel • Marcadores 	<p>Vuelva a leer <i>Alexander y el día terrible, horrible, espantoso, horroroso</i>, de Judith Viorst. Guíe a los estudiantes en un juego de roles para practicar cosas que pueden hacer para ayudar a otros o a sí mismos para que no sientan decepcionados. Haga Preguntas de Lectura en Voz Alta de RULER.</p> <p>Ejemplo de Preguntas en Voz Alta de RULER:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A Alexander le gusta sentirse decepcionado? Cómo sabe que Alexander se siente de esa manera? • Qué cambia la manera en que se siente Alexander? <p>Recuerde a los estudiantes de las experiencias de los personajes sobre los que ha leído en voz alta con la palabra sentimiento, tu historia, sus historias y las historias de sus familias.</p>

CONSTRUIR EMPATÍA

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Papel • Marcadores 	<p>Durante el Círculo de la Comunidad invite a los estudiantes a reflexionar sobre una vez que ellos o alguien más se sintieron decepcionados. Cómo sabían que ellos mismos se sentían así? Cómo saben que alguien más estuvo experimentando eso? Qué hicieron por sí mismos para sentirse menos decepcionados? Qué se dijeron a sí mismos para sentirse menos decepcionados? Si ven que otro compañero se está sintiendo decepcionado, qué pueden hacer para ayudarlo?</p> <p>Use la Rutina Básica de Descanso para Respirar</p>

IDENTIFICAR UN OBJETIVO DE REGULACIÓN

Instrucciones	
<p>Hable con los estudiantes sobre lo que han aprendido acerca de sentirse decepcionados. Es la decepción un sentimiento que a ellos les gusta tener o un sentimiento que no les gusta tener? Como grupo, determinen un objetivo de regulación para decepcionado (es decir, sentir más, menos, o la misma cantidad de decepción.)</p>	
ESTRATEGIAS PARA INTERCAMBIAR IDEAS	
Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Papel • Marcadores 	<p>Durante el Círculo de la Comunidad, reflexione sobre las formas en que han aprendido que las personas regulan sus sentimientos de decepción. Haga las siguientes preguntas a los estudiantes y lleve un registro de sus respuestas en papel.</p> <p>Cuáles son las formas que aprendimos en que las personas muestran sentimientos de decepción? Pueden pensar en una vez en que se sintieron decepcionados?</p> <p>Use la Rutina Básica de Verificación del Medidor de Estado de Ánimo.</p> <p>Estrategias de Regulación En general, no nos gusta sentirnos decepcionados. Las estrategias a continuación son algunas de las que sus estudiantes pueden usar para prevenir o reducir los sentimientos de decepción. Deles espacio para que desarrollen sus propias estrategias.</p> <p>Estrategias de Pensamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visualización: piensen en un lugar donde se sientan seguros y felices. Colóquense dentro de la imagen mental. • Diálogo interno positivo: Recuérdense que ahora no no significa nunca” • Re-encuadre positivo: Piensen en cómo se siente la otra persona: si ganara un juego o tuviera primer lugar, se sentirían felices por ellos? <p>Estrategias de Acción</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tomar un respiro grande • Jugar con alguien o con algo más, escribir, dibujar o jugar con juguetes silenciosos • Tomarse un espacio para estar solo • Apoyo Social: Hablar con un adulto sobre sus sentimientos, pedir ayuda a un adulto. • Resolución de Problemas: Trabajar juntos para resolver el problema si pueden <p>Mantenga una colección de ideas de los estudiantes y revíselas. Pregúntense juntos si esas son estrategias efectivas o si intentar algo diferente podría funcionar mejor. Recopile estrategias que funcionen para los estudiantes en su clase y cree un libro o colección de estrategias de clase.</p>
CIERRE	
<p>Continúe las conversaciones sobre los sentimientos de decepción y sobre lo qué hacen los estudiantes cuando se sienten decepcionados.</p>	

HOJA DE TRABAJO DE LA ASOCIACIÓN ESCUELA - HOGAR

En la clase, su hijo está aprendiendo sobre la palabra, “decepcionado.” Para construir un lenguaje compartido entre la escuela y el hogar, hemos incluido la definición de decepcionado que estamos usando en el aula y algunas notas que pueden ser útiles a la hora de hablar de este sentimiento en casa.

PALABRA:	“Decepcionado”
DEFINICION:	Triste porque algo no sucedió de la manera que pensaba que iba a suceder
NOTAS:	Sentirse decepcionado es desagradable con poca energía. Las personas que se sienten decepcionadas pueden tener el ceño fruncido o hacer pucheros con las comisuras de los labios hacia abajo, los ojos mirando hacia abajo, la frente arrugada y las cejas juntas. Pueden hablar lenta y tranquilamente y pueden llorar. Los cuerpos decepcionados pueden verse caídos, con la cabeza y los hombros hacia abajo y los músculos flojos. Los cuerpos decepcionados a veces sienten que les duele el estomago o que sienten una opresión en el pecho. Las personas que se sienten decepcionadas pueden llorar o suspirar.

Comparta Su Historia

Piense en una historia sobre una ocasión en la que se sintió decepcionado y compártala con su hijo. Quizás desee pedirle a su hijo que haga un dibujo que acompañe a su historia en la parte posterior de esta página. Su participación ayuda a su hijo a aprender sobre los sentimientos y a conectarse con los miembros de la familia de nuevas formas.

Actividad Familiar

Continúe la conversación sobre un momento en el que se sintió decepcionado. Hable sobre cómo se sintió en su rostro y cuerpo, cómo sonaba su voz y qué le ayudó a sentirse mejor. Pregúntele a su hijo qué cosas cree que podrían ayudarlo a sentirse mejor si estuviera decepcionado.