



Feliz

Unidad de palabras de sentimiento



TABLA DE CONTENIDOS

Resumen de la unidad.....	1
Normas y objetivos	2
Paso 1: Nuestras historias.....	3
Paso 2: Conexión de Contenido Creativo.....	4
Paso 3: La asociación entre escuela y hogar.....	7
Paso 4: Sesión de estrategias.....	7
Hoja de trabajo de la asociación entre escuela y hogar	9

RESUMEN DE LA UNIDAD

Palabra de sentimiento	Definición
Feliz	Lleno / a de sentimientos buenos

En esta unidad, usted encontrará sugerencias para enseñarles a los estudiantes a hablar sobre, pensar en, y manejar sentimientos felices en sí mismos y en otros. Feliz, definido como “lleno/a de buenos sentimientos,” se explorará por medio de actividades individuales, en grupos grandes, y en grupos pequeños a lo largo de dos o tres semanas. Los estudiantes aprenderán de situaciones diferentes en las que ellos u otras personas han experimentado el sentirse feliz. Aprenderán a reconocer, comprender, etiquetar, expresar, y regular el sentirse feliz. Durante el tiempo en grupos, los educadores les contarán una historia personal sobre el sentirse feliz, y luego les leerá un libro de cuentos adecuado en términos de su desarrollo en el que el personaje está experimentando el sentirse feliz. Los centros de aprendizaje les proveerán a los estudiantes un entendimiento más profundo de la palabra por medio de juegos y actividades. Finalmente, ellos tendrán la oportunidad de generar ideas y de practicar la regulación de la palabra de sentimiento, “feliz.”

El sentirse feliz es agradable y de alta energía. Las personas felices suelen sonreír con los bordes de la boca elevados, y a veces muestran los dientes. Los ojos pueden ser arrugados con los bordes hacia arriba al sonreír o pueden estar muy abiertos, con las cejas y las mejillas altas. Los cuerpos felices pueden tener los hombros para atrás, los músculos relajados, y el pecho sacado. Las voces felices pueden ser fuertes y claras, y puede que se rían. Los corazones felices pueden estar latiendo un poquito más rápido que lo normal, especialmente cuando están emocionados, y la respiración feliz es calmada.

NORMAS Y OBJETIVOS

Estándares de Desarrollo del Aprendizaje Temprano de Connecticut	
SE.60.8	Describirles emociones y sentimientos a adultos y compañeros de confianza
SE.60.10	Empezar a entender que diferentes personas pueden tener diferentes reacciones emocionales
SE.60.12	Describirse a sí mismo, refiriéndose a preferencias, pensamientos, y sentimientos
C.60.13	Participar en escenarios de juegos extendidos de imaginación e indicar reconocimiento de la diferencia entre situaciones fingidas o de fantasía y la realidad
L.60.10	Usar el lenguaje para compartir ideas y obtener información.
L.60.12	Con el estímulo y apoyo, recontar historias familiares, incluyendo los elementos de un cuento (lugar, personajes, eventos) y / o compartir detalles claves de la información del texto
CA.60.5	Usar una variedad de herramientas y materiales para representar ideas por medio de las artes visuales
CA.60.7	Usar materiales y accesorios de distintas maneras y ser creativo/a al buscar y usar materiales como accesorios deseados para obras dramáticas
M.60.11	Representar datos usando un objeto concreto o un gráfico según un atributo
Estándares del aprendizaje social / emocional (SEL) para la escuela primaria temprana de la Junta de Educación del Estado de Illinois (ISBE)	
1A.1a	Identificar emociones (p. ej. feliz, sorprendido/a, triste, enojado/a, orgulloso/a, asustado/a) expresadas en “caras de sentimiento” o fotos
1A.1b	Describir cómo varias situaciones te hacen sentir
1A.3b	Reconocer que los sentimientos pueden cambiar durante el día
1A.5b	Demostrar una variedad de emociones por medio de expresiones faciales y el lenguaje corporal
1A.1c	Identificar una variedad de emociones que tú has experimentado
1A.6c	Demostrar maneras de lidiar con emociones inquietantes (p.ej. la tristeza, el enojo, y la desilusión)
2A.3a	Describir cómo otras personas se sienten según sus expresiones faciales y gestos
Normas de Justicia Social de Enseñanza para la Tolerancia	
ID.K-2.4	Puedo sentirme bien conmigo mismo/a sin ser cruel o hacer que otras personas se sientan mal
ID.K-2.6	Me gusta estar alrededor de gente que es similar a mí y diferente de mí, y puedo ser amistoso/a con todos
JU.K-2.15	Sé acerca de las personas que han ayudado a detener la injusticia y que ha trabajado para mejorar las vidas de mucha gente

Comprensión duradera	
Se sienten felices cuando están llenos de sentimientos buenos	Diferentes personas expresan su felicidad en distintas formas (con la voz, el lenguaje corporal, o con la cara)
Los sentimientos van y vienen. No siempre se sentirán así cómo se sienten ahora mismo	Pueden aprender diferentes maneras de expresar sentimientos felices
Preguntas esenciales	
Reconocer: ¿Cómo se refleja la felicidad en nuestras caras y cuerpos? ¿Cómo suena en nuestras voces?	Comprender: ¿Qué es lo que pasa para que yo me sienta feliz?

LA PRIMERA INFANCIA: UNIDAD 2 - FELIZ

Etiquetar: ¿Cuál es otra palabra que yo sé que puedo usar para hablar sobre el sentirme feliz?	Expresar: ¿Cómo puedo hacerles saber a otras personas que me siento feliz?
Regular: ¿Qué puedo hacer para seguir sintiéndome feliz? ¿Qué puedo hacer para tener más sentimientos felices? ¿Qué puedo hacer si es que no quiero sentirme tan feliz?	
Conocimiento: <i>Los estudiantes sabrán...</i>	
Las señales que se indican en la cara / el cuerpo al sentirse felices	Feliz se encuentra en el área amarilla del Medidor de Estado de Ánimo
Habilidades: <i>Los estudiantes podrán...(SWBAT)</i>	
Hacerles saber a otras personas cuando se sienten felices	Hablar sobre cómo se siente la felicidad en el cuerpo y cómo podría reflejarse en las caras y los cuerpos de los demás
Nombrar y hablar de diferentes maneras de manejar sentimientos felices. Practicar una manera de cambiar o de mantener los mismos sentimientos felices	Compartir con otra persona qué es lo que les hace sentirse felices
Indicar dónde está “feliz” en el Medidor de Estado de Ánimo	

PASO 1 : NUESTRAS HISTORIAS

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Un Medidor de Estado de Ánimo • La palabra “feliz” escrita para que la vean los estudiantes • Una foto de usted 	<p>Las historias personales ayudan a los estudiantes a reconocer, comprender, etiquetar, expresar, y regular sus emociones por medio de las experiencias reales de un adulto de confianza. Escoja una historia significativa y verdadera. Dele vida con detalles. Haga que sea breve (menos de tres minutos). Mientras cuente su historia, recuerde usar expresiones de la cara, el cuerpo, y la voz, y mencione cómo se sintió el sentimiento en su cuerpo.</p> <p>Le animamos a que use el Medidor de Estado de Ánimo mientras usted cuenta su historia y Rutina Básica de la Verificación del Medidor de Estado de Ánimo después de contarles su historia a los estudiantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Ejemplo de historia: Yo crecí en Haití hasta que los once años. Haití es una isla pequeña en el Caribe (indique dónde está Haití en el mapa). Vivía con mi tía y tres de mis primos. Mis papás vivían en los Estados Unidos, pero planeaban regresar para llevarme con ellos un día. Hablaba con mis papás por teléfono con mucha frecuencia, pero no era lo mismo sin ellos a mi lado. Me hacían mucha falta. Un día, recibí muy buenas noticias! ¡Mis papás vendrían por mí! Me dolían las mejillas por tanto sonreír. Salté para arriba y abajo. ¡Tenía la oportunidad de ir a los Estados Unidos y vivir allí con ellos para siempre! Yo estaba tan feliz. Cuando mi papá vino a por mí, yo le di un fuerte abrazo. Los dos estábamos sonriendo. Disfruté de sentirme feliz, y quería sentir más de ese sentimiento.</i> <p>Después de contar su historia, pregúnteles a los estudiantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ En mi historia, ¿qué fue lo que pasó para que yo me sienta feliz? ▪ ¿Cómo se reflejó lo “feliz” en mi cara y cuerpo? ▪ ¿Cómo sonó en mi voz? ▪ ¿Cómo hice saber a otras personas que yo estaba feliz? <p>Pídales a los estudiantes que piensen en un momento cuando ellos se sintieron igual que usted se sintió en su historia.</p> <p>Pídales a los estudiantes que piensen en las maneras en que la historia de usted es similar o es diferente a las historias de ellos.</p> <p>Ofrézcales una oportunidad de dibujar sus propias historias</p>

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>Feliz día del cerdo</i>, de Mo Willems • Medidor de Estado de Ánimo 	<p>Leer <i>Feliz día del cerdo</i> de Mo Willems. En este libro, Piggie le cuenta a su amigo Gerald sobre el Día del Cerdo Feliz. Sin embargo, Gerald no se ve tan feliz, porque no es cerdo. Cuando Piggie le explica a Gerald que el Día del Cerdo Feliz es para todos aquellos que aman a los cerdos, los sentimientos de Gerald cambian, y él está listo para ser parte de la fiesta. El ilustrador, Mo Willems, hace un gran trabajo al dibujar las emociones. Use las ilustraciones y las preguntas de lectura en voz alta de RULER para llevar a cabo una conversación sobre los sentimientos felices.</p> <p>Use las preguntas de lectura en voz alta de RULER durante una lectura posterior del mismo cuento para ayudar a los estudiantes a Reconocer, Comprender, Etiquetar, Expresar, y Regular la palabra de sentimiento. Preguntas de ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Reconocer:</i> ¿Cómo se sintió Piggie ? ¿Cómo lo pudiste notar? Al principio del cuento, ¿cómo se sintió Gerald? ¿Cómo lo pudiste notar? • <i>Comprender:</i> ¿Por qué crees que Piggie se sintió así? • <i>Etiquetar:</i> ¿Qué otros tipos de sentimientos (además de feliz) crees que Piggie podía haber tenido? • <i>Expresar:</i> ¿Cómo hizo Piggie para dejarle saber a Gerald lo que ella sentía? • <i>Regular:</i> ¿Qué hizo Piggie para ayudarle a Gerald a sentirse más feliz? ¿Crees que funcionó? ¿Qué hubieras hecho tú? <p>Después de la historia y las preguntas de lectura en voz alta de RULER, use las Rutinas Básicas para apoyar el aprendizaje de los estudiantes. La Rutina Básica de la Verificación del Medidor de Estado de Ánimo también puede ser útil.</p>

PRESENTANDO EL CHARTER

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Crisantemo</i>, de Kevin Henkes (disponible en español) • Papel de carnicero • Marcadores 	<p>El Charter es una guía que representa cómo todos los estudiantes y adultos en el salón (1) quieren sentirse y (2) los comportamientos que pueden tener todos los días para apoyar y promover esos sentimientos en sí mismos y en otras personas. Puede ser útil presentar el Charter con un libro de cuentos, así como <i>Crisantemo</i>, de Kevin Henkes. En este libro, se burlan de <i>Crisantemo</i> por su nombre. Los estudiantes pueden hablar de cómo se siente <i>Crisantemo</i>, cómo desea sentirse probablemente, y cómo sus compañeros de clase pudieron haberse comportado de manera diferente. Enfoque sus palabras del Charter en los sentimientos amarillos y verdes.</p> <p>Primero, explíqueles a los estudiantes qué es un Charter: “Hoy, vamos a empezar a crear un Charter para el salón de clase. Un Charter es un acuerdo que hacemos juntos en la clase.” Los educadores pueden preguntarles a los estudiantes, “¿Saben ustedes qué es un acuerdo? Invite a los estudiantes a compartir sus respuestas. “Un acuerdo es cuando dos o más personas deciden hacer algo juntos.” Explíqueles por qué el Charter es importante: “El Charter describe cómo todos nosotros queremos sentirnos en la escuela y qué podemos hacer para ayudarles a todos a tener esos sentimientos cuando estamos en la escuela.”</p>

	<p>En el papel grande, escriba:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo queremos sentirnos en nuestra clase? Pregúnteles a los estudiantes qué sentimientos les gustaría tener en el salón y en la escuela. Haga una lista de cada sentimiento en el papel de carnicero. Considere poner fotos de caras o personajes expresando diferentes emociones para colocar junto a cada palabra de sentimiento, lo que ayuda a los estudiantes jóvenes. 2. ¿Qué podemos hacer para tener estos sentimientos todos los días? Explíqueles a los estudiantes que usted quiere que ellos piensen en las cosas que pueden hacer todos los días en la escuela para asegurarse de que todos tengan estos sentimientos (p.ej. emocionado/a, tranquilo/a, juguetón/a, etc.) Hable de un sentimiento a la vez. Por ejemplo, emocionado/a = celebrando eventos de la comunidad; tranquilo/a = leyendo un libro con un/a amigo/a en un área acogedora; juguetón/a = riéndose con un/a amigo/a. 3. Firmar el Charter: El Charter es un “documento vivo” que se ampliará y modificará con el tiempo, entonces nunca está terminado. Sin embargo, un paso importante en el proceso de hacer el Charter es conseguir que todos lo firmen. Para los estudiantes menores de edad, que todavía van aprendiendo cómo escribir sus nombres, lo pueden firmar cómo quieran: pueden firmar con una foto, huella digital, o huella de mano. El firmar el Charter significa que todo el mundo ha estado trabajando juntos en el Charter y que harán lo mejor que puedan para practicar los comportamientos en el Charter para que todos se sientan cómo quieren sentirse en la escuela. 4. Cómo usar el Charter: Una vez que se haya creado el Charter, los educadores pueden usarlos para ayudar a los estudiantes a recordar las cosas que pueden hacer para sentirse en los cuadrantes amarillos y verdes del Medidor de Estado de Ánimo cuando están en la escuela. El Charter puede servir también como una herramienta para resolver problemas para así ayudar a los estudiantes a pensar en las maneras en que pueden ayudar a un/a amigo/a que se encuentra en los sentimientos rojos o azules para que ese/a amigo/a se mueva a los sentimientos verdes o amarillos.
<p>SUGERENCIAS DEL CENTRO DE APRENDIZAJE</p>	
<p>MÚSICA Y MOVIMIENTO</p>	
<p>Materiales</p>	<p>Instrucciones</p>

LA PRIMERA INFANCIA: UNIDAD 2 - FELIZ

<ul style="list-style-type: none"> • Una variedad de instrumentos • Canción de Yellow Dance (ubicada en RULER en Línea -> Recursos -> Primera Infancia) 	<p>Deles a los estudiantes una variedad de instrumentos (si no hay instrumentos disponibles, use otros materiales – p.ej. una cuchara y una olla, un salero), ipara poder tener un desfile alrededor de la escuela!</p> <p>Invite a los estudiantes a tocar música para el salón de clase y para otros salones. Usted también puede optar por usar la canción de Yellow Dance. Después del desfile, pregúnteles a los estudiantes cómo se sintió en sus cuerpos el tocar instrumentos en el desfile. ¿Crees que otros estudiantes en la escuela se sintieron felices al escuchar la música? Modele las expresiones faciales y el lenguaje corporal que indica sentimientos felices. *Si a usted le toca tener estudiantes que son sensibles al ruido, ipodría optar por tener un desfile silencioso!</p>
---	--

ARTE

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Rollos vacíos de toallas de papel • Bandas elásticas • Papel de pergamino • Semillas de las palomitas de maíz 	<p>Deles a los estudiantes materiales para que puedan hacer maracas. Cuando los estudiantes terminen con hacer su maraca, invítelos a que compartan sus maracas con el grupo. ¿Qué usaste para hacer tus maracas? ¿Cómo te sentiste al hacer y agitar tus maracas?</p> <p>Use La Rutina Básica de la Verificación del Medidor de Estado de Ánimo.</p>

OBRA DRAMÁTICA

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Serpentinatas • Disfraces • Comida simulada 	<p>En la obra dramática, haga que los estudiantes tomen turnos reinterpretando <i>Feliz Día del Cerdo</i>. Invítelos a que arreglen el área de la obra dramática según la manera en que ellos quisieran hacer una obra. Asegúrese de que todos los estudiantes tomen turnos representando el papel del personaje que quieren interpretar.</p>

ALFABETIZACIÓN

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Libros adicionales 	<p>Ofrézcales a los estudiantes el acceso a libros adicionales que exploran el sentimiento “feliz.”</p> <p>Los ejemplos incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Felices en nuestra piel</i>, de Franz Manushkin • <i>Te cantamos a casa</i>, de Richard Van Camp • <i>iMe gusta cómo soy!</i>, de Karen Beaumont (disponible en español) • <i>Marchamos</i>, de Shane Evans • <i>Feliz con mi cabello así</i>, de Bell Hooks • <i>Pedro es una pizza</i>, de William Steig (disponible en español) • <i>iBien hecho, Ajay!</i> de Stuart J. Murphy (disponible en español) <p>Permita que los estudiantes escriban (o dicten) e dibujen cuentos felices y que crean sus propios libros.</p>

TRANSICIONES



LA PRIMERA INFANCIA: UNIDAD 2 - FELIZ

Haga que los estudiantes participen en una conversación sobre las maneras en que las transiciones pueden ocurrir de manera que nos ayuden a sentirnos felices. Deles recordatorios generales o invite a los estudiantes a estar atentos a las oportunidades para las transiciones felices.

CIERRE

Reflexione y responda a lo que compartan los estudiantes mientras usted sigue formando conexiones con los personajes en el libro y las experiencias compartidas por los adultos y estudiantes.

PASO 3: LA ASOCIACIÓN ENTRE ESCUELA Y HOGAR

Instrucciones

La hoja sobre la asociación entre escuela y hogar (ubicada en la última página de este documento) provee una introducción incluyendo la definición de la palabra de sentimiento que se usa en el salón, y también tiene notas que pueden ser útiles a la hora de hablar de los sentimientos en el hogar.

Luego, la hoja instruye a los adultos en la casa a compartir una historia sobre un momento cuando sintieron la palabra de sentimiento. Por último, una actividad familiar se incluye en la hoja y se puede completar en casa.

Resumen de la actividad familiar: Trabajando juntos, las familias pueden crear una lista de canciones que les hacen sentir felices. Las familias pueden preguntarles a los niños: “¿Por qué esa canción te hace sentir feliz? ¿Cómo canta esa canción tu voz feliz? ¿Cómo se mueve tu cuerpo feliz a esa canción?”

PASO 4 : SESIÓN DE ESTRATEGIAS

PRACTICAR LA REGULACIÓN

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Papel • Marcadores 	<p>Vuelva a leer <i>Feliz Día del Cerdo</i> de Mo Willems. Lleve a los estudiantes a que hagan un juego de roles para que practiquen cómo controlar sus sentimientos. ¿Qué pueden hacer para ayudar a los demás o a sí mismos si quieren sentirse felices? Haga preguntas de lectura en voz alta de RULER, como:</p> <p>Ejemplos de preguntas de lectura en voz alta de RULER:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ ¿A Piggy le gusta sentirse feliz? ○ ¿A Gerald le gusta que su amiga, Piggy, se sienta feliz? ○ ¿Cómo sabes que ellos se sintieron así? ○ ¿Cómo ayudó Piggy a que Gerald también se sintiera feliz? <p>Recuérdelos a los estudiantes de las experiencias de los personajes sobre los cuales ustedes han leído en otras lecturas en voz alta en términos de la palabra de sentimiento, su historia, las historias de ellos, y las de sus familias. Invítelos a volver a visitar las maneras en que han notado que los personajes expresan sus sentimientos felices y cómo están pendientes de otras personas, asegurándose de que esas personas estén bien.</p>

DESARROLLAR EMPATÍA

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Papel • Marcadores 	<p>A lo largo de la unidad, es probable que sus estudiantes hayan identificado a las personas que se sienten felices. Tomen nota de estas observaciones cada vez que ellos lo hagan.</p> <p>Realice una conversación en su clase sobre los momentos cuando sus estudiantes se sienten felices. Permítales que hablen de las diferentes maneras de expresar el sentimiento feliz y las diferentes maneras en que han aprendido a tener más o menos de ese sentimiento.</p> <p>En un Círculo Comunitario, invite a cada estudiante, una persona a la vez, a contar sobre algo que le hace feliz. Pídales que demuestren cómo se siente el sentimiento feliz a través de hacer un movimiento con su cuerpo e invitar a que los otros</p>

	estudiantes repitan el movimiento. Ya cuando todos han tomado su turno, ¡practiquen juntos un Descanso Para Respirar!
IDENTIFICAR UNA META DE REGULACIÓN	
Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Papel • Marcadores 	Hable con los estudiantes sobre lo que usted ha aprendido sobre el sentirse feliz. ¿Es “feliz” un sentimiento que les gusta tener o un sentimiento que no les gusta tener? Como un grupo, escojan una meta de regulación para la felicidad. ¿Queremos seguir sintiéndonos felices? ¿Queremos sentir más sentimientos felices? ¿Queremos sentir menos sentimientos felices?
ESTRATEGIAS PARA GENERAR IDEAS	
Materials	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Papel • Marcadores 	<p>Ya es hora de pensar sobre cómo vamos a controlar nuestros sentimientos felices. Tomen un Descanso Para Respirar y luego, generen ideas juntos sobre las diferentes maneras en que la gente manejan sus sentimientos felices.</p> <p>Intercambiamos ideas juntos y hagamos una lista de las cosas que hacemos y pensamos que nos ayudan a sentirnos felices. Juntos, escucharemos cómo nuestras ideas son similares y diferentes. ¡Escuchemos las ideas de los demás!</p> <p>Cree un muro de estrategias hecho de fotos y palabras como una referencia. Por ejemplo, alguien recibiendo o dando un abrazo, compartiendo un juguete, recibiendo o dando un regalo. Siga construyendo “el muro de estrategias” mientras su clase pase por todas las palabras de sentimiento.</p> <p>Estrategias de regulación</p> <ul style="list-style-type: none"> • El sentirse feliz generalmente es un sentimiento que nos gusta tener, y muchas veces, queremos seguir sintiéndolo o sentir más de ello. Las estrategias de abajo son algunas que sus estudiantes pueden usar, pero usted les puede dar espacio para que desarrollen sus propias estrategias. <p>Estrategias de pensamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> • La visualización: Mira una foto en tu mente que ilustra un momento cuando te sentiste feliz. • El diálogo interno positivo: ¿Qué te puedes decir a ti mismo en tu mente para mantenerte feliz? ¡A veces yo digo que amo a mis amigos! <p>Estrategias de acción</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ El apoyo social: habla con adultos y amigos sobre cómo te sientes. Comparte tu Felicidad. Haz tarjetas o regalos caseros para celebrar la felicidad de otra persona ▪ La acción: Canta, baila, y mueve tu cuerpo. Crea una foto de lo que pasó. Respira profundamente. <p>Mantenga una colección de las ideas de los estudiantes y vuelva a visitarlas. Consideren juntos si son estrategias eficaces o si sería mejor intentar algo diferente. Recoja las estrategias que sí funcionan bien para los estudiantes en la clase y cree un libro o una colección de las estrategias de la clase.</p>
CIERRE	



LA PRIMERA INFANCIA: UNIDAD 2 - FELIZ

Mientras usted vaya completando esta unidad, invite a los estudiantes a volver a visitar las palabras que tienen en su Charter. Los educadores pueden preguntarles a los estudiantes, “¿Es “feliz” un sentimiento que te gustaría tener en la escuela? ¿Es “feliz” una palabra que te gustaría agregar a nuestro Charter? Continúe las conversaciones sobre los sentimientos felices y lo que pueden hacer los estudiantes para crear sentimientos felices dentro de sí mismos y de otras personas.

HOJA SOBRE LA ASOCIACIÓN ENTRE LA ESCUELA Y HOGAR

En el salón su hijo/o está aprendiendo sobre la palabra “feliz.” Para desarrollar un lenguaje común entre la escuela y el hogar, hemos incluido la definición de feliz que nosotros estamos usando en el salón, junto con unas notas que pueden servir a la hora de hablar sobre este sentimiento en casa.

PALABRA:	“Feliz”
DEFINICIÓN:	Lleno/a de sentimientos buenos
NOTAS:	El sentirse feliz es agradable con alta energía. Las personas felices suelen sonreír con los bordes de la boca elevados, y a veces muestran los dientes. Los ojos pueden ser arrugados con los bordes hacia arriba al sonreír o pueden estar muy abiertos, con las cejas y las mejillas altas. Los cuerpos felices suelen tener los hombros para atrás, los músculos relajados, y el pecho sacado. Las voces felices pueden ser fuertes y claras, y puede que se rían. Los corazones felices pueden estar latiendo un poquito más rápido que lo normal, o hasta se siente como que “vibra,” y la respiración feliz es calmada.

Comparta su historia

Por favor, piense en una historia sobre un momento en que usted se sintió feliz, y compártalo con su hijo/a. Asegúrese de incluir qué pasó, por qué usted se sintió así, y cómo expresó este sentimiento. Sería buena idea pedirle a su hijo/a que dibuje una foto para ilustrar la historia al otro lado de esta página. Su participación ayuda a su hijo/a a aprender sobre los sentimientos y a conectarse con miembros de la familia de nuevas maneras.

Actividad Familiar

Como una familia, haga una lista de las canciones que les hacen sentirse felices.

Las familias pueden hacerles preguntas a los niños como:

- ¿Por qué te sientes feliz cuando escuchas esa canción?
- ¿Cómo canta esa canción tu voz feliz?
- ¿Cómo se mueve tu cuerpo feliz a esa canción?

¿En qué otros tipos de actividades puede usted pensar que les hagan sentirse felices? ¡Le invitamos a a compartir sus ideas maravillosas con nosotros!