



Valiente

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 de Escuela - Hogar	6
Paso 4: Sesión de Estrategia	7
Hoja de Trabajo de la Asociación de la Escuela - Hogar	9

RESUMEN DE LA UNIDAD

Palabra de Sentimiento	Definición
Valiente	Sentir que puedes hacer o intentar algo aunque parezca aterrador

En esta unidad, encontrará sugerencias para actividades de grupos grandes, grupos pequeños, e individuales; integración de Rutinas Básicas; y la participación de los padres para usar en su salón de clases durante el transcurso de 2 a 3 semanas. La unidad valiente ayudará a los estudiantes a pensar sobre, hablar sobre, y manejar este sentimiento en sí mismos y en los demás. Valiente para este grupo de edad se define como: "Cuándo puedo intentar algo aunque parezca aterrador". Los estudiantes explorarán diferentes situaciones en las que ellos (u otros) han experimentado sentirse valientes. Aprenderán a reconocer cómo se siente la valentía en sus cuerpos y cómo se ve en los demás. Durante el tiempo del círculo, los estudiantes leerán una historia apropiada para el desarrollo en la que un personaje experimenta este sentimiento. Los centros de aprendizaje proporcionarán a los estudiantes una comprensión más profunda de la palabra del sentimiento a través del juego y las actividades. Finalmente, los estudiantes tendrán la oportunidad de aportar ideas y practicar regular este sentimiento.

Sentirse valiente es agradable con mucha energía. Las personas que se sienten valientes pueden tener una sonrisa o abrir la boca con las mejillas altas y las cejas arqueadas. Su voz puede ser alta. Pueden estar hablando alto y rápido, o riéndose. Los cuerpos valientes tienden a tener corazones que laten rápido y hombros hacia atrás y el pecho afuera.

NORMAS Y OBJETIVOS

Estándares de Desarrollo del Aprendizaje Temprano en Connecticut	
C.60.13	Participan en escenarios de juego de simulación extendidos y muestran el reconocimiento de la diferencia entre situaciones de fantasía y realidad.
LR.60.18	Tienen en cuenta el tópico de la discusión del grupo y contribuyen con su experiencia personal (ej. cuando habla de algo roto dice: “Mi mamá usó un destornillador para arreglar nuestro estante.”)
SE.60.3	Usan estrategias para tranquilizarse en situaciones diferentes con un mínimo impulso y comparten estrategias con sus compañeros y familiares.
SE.60.8	Describen emociones y sentimientos para confiar en adultos y compañeros
SE.60.10	Comienzan a comprender que diferentes personas pueden tener diferentes reacciones emocionales
SE.60.12	Se describen a sí mismos refiriéndose a preferencias, pensamientos y sentimientos.
L.60.9	Inician, mantienen y finalizan las conversaciones repitiendo lo que dice la otra persona y / o haciendo preguntas
L.60.10	Usan lenguaje para compartir ideas y ganar información
L.60.12	Con ayuda y apoyo, vuelven a contar historias familiares, incluidos elementos de la historia (por ejemplo, escenario, personajes, eventos) y / o comparten detalles claves del texto informativo
L.60.14	Usan conexiones entre uno mismo, 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 las artes visuales.
CA.60.7	Usan materiales y accesorios de maneras únicas y son creativos para encontrar y usar materiales como accesorios deseados para juegos dramáticos
ISBE (Junta de Educación del Estado de Illinois) Estándares SEL de la Primaria Temprana	
1A.1a	Identifica las emociones (por ejemplo, feliz, sorprendido, triste, enojado, orgulloso, asustado) expresadas en "caras con sentimiento" o fotos
1A.6a	Comparte sentimientos (por ejemplo, hablando, escribiendo, dibujando) en una variedad de contextos
1A.4c	Representa una variedad de emociones (por ejemplo, hacer un póster, un dibujo, participar en un juego de roles)
1B.1a	Identifica personas que pueden darle la ayuda que necesita
1B.1b	Identifica los rasgos personales de los personajes en las historias.
1B.1c	Identifica miembros de la comunidad que pueden ser de apoyo (por ejemplo, líder religioso, miembro de la familia extendida y vecino)
Normas de Justicia Social de Enseñanza para la Tolerancia	
U.K.-2.11	Sé que mis amigos tienen muchas identidades, pero ellos siempre son ellos mismos.
JU.K.-2.14.	Sé que la vida es más fácil para algunas personas y más difícil para otras y las razones no siempre son justas
AC.K.-2.17	Puedo hacer y haré algo cuando vea injusticia, esto incluye decirle a un adulto
AC.K.-2.18.	Yo le diré o le contaré a un adulto si alguien está siendo hiriente, y haré mi parte para ser amable incluso si no me gusta algo que alguien dice o hace.
AC.K.-2.20	Me uniré a mis compañeros para hacer que nuestra clase sea justa para todos.

Comprensión Duradera
Ellos se sienten valientes cuando pueden intentar algo incluso si les parece aterrador.
Cada día tienen sentimientos en cada cuadrante del Medidor del Estado de Ánimo
Los sentimientos van y vienen. Ellos no siempre se sentirán como se sienten ahora mismo.
Respirar profundamente calma su cuerpo y les hace más fácil pensar y resolver problemas
Diferentes personas muestran sus emociones de diferentes maneras (voz, lenguaje corporal y rasgos faciales)
Ellos pueden aprender diferentes formas de mostrar sus emociones.
Preguntas Esenciales
Reconocer: Cómo luce la valentía en nuestras caras y cuerpos? Cómo suena en nuestras voces?
Comprender: Qué sucede que me hace sentir valiente?
Etiquetar: Cuál es otra palabra que puedo usar para hablar sobre sentirme valiente?
Expresar: Cómo puedo hacerle saber a otras personas que me siento valiente?
Regular: Qué puedo hacer para continuar sintiéndome valiente? Qué puedo decirme a mí mismo para continuar sintiéndome valiente? Qué puedo hacer para tener más sentimientos valientes? Qué puedo hacer si no quiero sentirme así?
Conocimiento: Los estudiantes sabrán...
Las señales que dan sus caras y sus cuerpos que indican sentirse valiente
Los sentimientos de valentía están localizados en el cuadrante amarillo del Medidor de Estado de Ánimo
Habilidades: Los estudiantes serán capaces de...
Hacer saber a otras personas cuando ellos se sienten valientes
Identificar y describir cómo se siente la valentía en su cara y cuerpo y cómo se ve en la cara y cuerpo de otra persona
Nombrar y hablar sobre diferentes formas de sentirse más, menos, o seguir sintiéndose valientes
Mostrar y hablar sobre formas en que pueden ayudar a alguien más a sentirse valiente
Colocar "valiente" en el Medidor de Estado de Ánimo

Objetivos del Plan de Estudios RULER de Palabras de Sentimiento	
Parte de la Unidad	Objetivos Correspondientes
Paso 1	<ul style="list-style-type: none"> 1.1R Identificar las señales visibles de las palabras de sentimiento en uno mismo y en los demás 1.2R Determinar el agrado y el nivel de 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 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 sentimiento con experiencias relevantes personales. 3.2L Definir la palabra 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 sentimiento. 4.2Reg Establecer una meta de regulación de emoción para la persona involucrada en el escenario

	<ul style="list-style-type: none"> • 4.3Reg Identificar estrategias de pensamiento que ayudarán a la persona a 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 estrategias generadas para alcanzar la meta de regulación de emociones
--	--

PASO 1: NUESTRAS HISTORIAS

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> • Un Medidor de Estado de Ánimo • Una foto suya • La palabra “valiente escrita para que los estudiantes la vean 	<p>Las historias personales ayudan a los estudiantes a aprender sobre el Reconocimiento, Comprensión, Etiquetado, Expresión y Regulación de las emociones a través de la experiencia real de un adulto de confianza. Elija una historia verdadera y significativa. Dele vida con detalles. Manténgala corta (menos de 3 minutos). A medida que cuente su historia, recuerde usar señales faciales, corporales y vocales, y mencione cómo se sintió en su cuerpo.</p> <p>Lo alentamos a que use el Medidor de Estado de Ánimo según vaya contando 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: Mi bicicleta era azul y blanca, y tenía un timbre. Tenía ruedas de entrenamiento, pero yo quería montar una de dos ruedas SIN ruedas de entrenamiento. Le pedí a mi Mamá que le quitara las ruedas de entrenamiento y que me ayudara a practicar en el parque y en el césped. La primera vez que salí a la acera, tenía miedo de caerme y rasparme las rodillas. Mi corazón latía rápido, pero me senté alto en el asiento y sonreí. Me puse el casco y mi Mamá se aferró al asiento de mi bicicleta y el manubrio. A pesar de que no me quería caer, yo quería montar una de dos ruedas aún más! Pedaleé y pedaleé, y ella me soltó! Luego me caí, pero no me dolió mucho. Regresé a mi bicicleta y lo hice de nuevo. Seguí tratando hasta que pude montar solo!</i> <p>Después de contar su historia, pregunte a los estudiantes</p> <ul style="list-style-type: none"> • En mi historia, quién me ayudó a sentirme valiente? • Cómo lucía la valentía en mi cara y cuerpo? • Cómo le hice saber a mi mamá que me sentía valiente? <p>Pida a sus estudiantes que piensen un momento qué sintieron como usted en su historia.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pida a los estudiantes que piensen en las formas en que su historia es igual o diferente a las historias de ellos. • Ofrezca a los estudiantes una oportunidad para dibujar sus propias historias.

PASO 2: CONEXIÓN DE CONTENIDO CREATIVO

LLEVAR A CABO UNA LECTURA EN VOZ ALTA DE RULER

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> Max el Valiente, de Ed Vere (disponible en español) Medidor de Estado de Ánimo 	<p>Leer <i>Max el Valiente</i>, de Ed Vere. En este libro, Max no tiene miedo y es valiente! Max persigue al ratón, pero no sabe cómo se ve el ratón. Con la ayuda de sus amigos, Max se va a buscar al ratón. En el camino, Max descubre que no tiene que ser valiente todo el tiempo.</p> <p>Use las Preguntas de Lectura en Voz Alta de RULER durante una lectura posterior de la misma historia para ayudar a los estudiantes a Reconocer, Comprender, Etiquetar, Expresar, y Regular la palabra de sentimiento.</p> <p>Ejemplos de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> R: Cómo se sentía Max? Cómo puedes saberlo? U: Por qué cree que Max se estaba sintiendo así? Cómo crees tu que te habrías sentido? L: Qué otras clases de sentimiento crees que Max podría haber tenido (además de ser valiente)? E: Cómo hizo Max para que otros animales supieran cómo se sentía? Qué hicieron otros animales cuando supieron cómo se sentía? Los otros animales entendieron cómo se sentía Max? R: Qué hizo Max para seguir sintiéndose valiente? Crees que funcionó? Qué pudo hacer Max de manera diferente? Qué podrían haber hecho los otros animales para ayudar a Max con sus sentimientos?

SUGERENCIAS DEL CENTRO DE APRENDIZAJE

MÚSICA Y MOVIMIENTO

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> Instrumentos de Percusión 	<p>Usando instrumentos de percusión (o varios suministros que pueden hacer sonidos de percusión si no hay instrumentos disponibles), invite a los estudiantes a hacer los sonidos que Max emitiría cuando se acercó sigilosamente a los otros animales. Hagan los sonidos que hacían los otros animales antes de que Max los encontrara. Cómo se sintió el hacer sonidos valientes? Cómo se sintió en tu cuerpo? En tu estómago, tus hombros, tu espalda?</p> <p>Modele las expresiones faciales y el lenguaje corporal que indican sentirse valiente.</p>

ARTE

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> Pintura multicultural 	<p>Mi Yo Valiente! Invite a los estudiantes a dibujar sus cuerpos valientes. Los educadores pueden preguntar a los estudiantes: <i>¿Qué te hace sentir valiente? Cuando te sientes valiente, cómo se siente en tu cuerpo?</i></p>

ALFABETIZACIÓN	
Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> Libros adicionales 	<p>Ofrezca a los estudiantes acceso a libros adicionales que exploren la palabra sentimiento.</p> <p>Ejemplos incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <i>Oliver Button es una nena</i>, de Tomie dePaola (disponible en español) <i>Chester el valiente</i>, de Audrey Penn <i>El cuento de Ferdinando</i>, de Munro Leaf (disponible en español) <i>El Pueblo que desapareció</i>, de Ann Grifalconi <i>Rosa</i>, de Nikki Giovanni <i>Sheila Rae, la ratita valiente</i>, de Kevin Henkes (disponible en español como juego interactivo para PC) <p>Permita a los estudiantes que escriban (dictar) e ilustren historias adicionales de valentía y hagan sus propios libros.</p>
HABILIDADES NUMÉRICAS	
Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> Material de papel duro con escudo Marcadores Pintura Pinceles 	<p>Crear escudos con cuatro paneles donde los estudiantes puedan dibujar múltiples cosas diferentes que les ayude a sentirse valientes. Al final de la semana, haga que los estudiantes hagan un gráfico de cuantas veces se sintieron valientes en la semana. Puede encontrar escudos imprimibles en línea con el término de búsqueda “escudos familiares para rellenar.”</p>
TRANSICIONES	
Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> Rutina Básica de Verificación del Medidor de Estado de Ánimo Rutina Básica Soy Alguien Rutina Básica del Descanso para Respirar 	<p>Aproveche las oportunidades para recordar a los estudiantes las oportunidades de ser valientes durante el día escolar: reconozca que algunas transiciones o actividades pueden ser aterradoras o abrumadoras para algunos estudiantes y que tienen muchas oportunidades de ser valientes durante las actividades de rutina.</p>

PASO 3: ASOCIACIÓN DE ESCUELA-HOGAR

Instrucciones
<p>La Hoja de Trabajo de la Asociación Escuela-Hogar (localizada en la última página de este documento) proporciona una introducción con la definición de la palabra sentimiento que se usa en el aula, así como algunas notas que pueden ser útiles cuando se habla de este sentimiento en el hogar.</p> <p>A continuación, la hoja de trabajo instruye a los adultos en el hogar a compartir una historia de un momento en que sintieron la palabra del sentimiento. Por último, se incluye una actividad familiar en la hoja de trabajo y se puede completar en casa.</p>

Resumen de Actividad Familiar: Las familias pueden invitar a personas en su hogar a escribir o dibujar sobre lo que los hace sentir valientes. También puede enviar a casa escudos para que las familias hagan un escudo familiar. Puede encontrar plantillas de escudos en línea si busca "escudo familiar para rellenar".

PASO 4: SESIÓN DE ESTRATEGIA

CONSTRUIR EMPATÍA

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> Papel Marcadores 	<p>Invite a los estudiantes a tener una conversación sobre lo que significa sentirse valiente. Cuando notamos a un amigo sintiéndose asustado, ¿qué podemos hacer para ayudarlo a sentir menos miedo? ¿Cómo podemos ayudar a alguien más sentirse valiente?</p> <p>Tenga una conversación sobre las formas en que miembros de la comunidad de su clase se sienten valientes y qué estrategias ellos usan para sentirse valientes. Permita que los estudiantes aporten ideas, con apoyo, de manera en que ellos puedan expresar sentirse valientes en una forma productiva y útil para su clase o la comunidad escolar.</p>

IDENTIFICAR ESTRATEGIAS

Materiales	Instrucciones
<ul style="list-style-type: none"> Papel Marcadores 	<p>Durante un Círculo de la Comunidad, reflexione en las formas en que han aprendido que las personas regulan sus sentimientos de valentía – mantenga la conversación breve y enfocada. Haga a los estudiantes las siguientes preguntas y haga un seguimiento de sus respuestas en papel blanco. Tómese un Descanso para Respirar antes de comenzar a generar ideas!</p> <p>De qué maneras aprendimos que las personas continúan teniendo sentimientos de valentía o se sienten más valientes? Cuáles son las maneras de que ustedes se sienten valientes?</p> <p>Estrategias de Regulación <i>Valiente</i> es un sentimiento agradable, de energía alta que tiende a gustarnos y que queremos mantener o tener más. A veces podemos sentirnos muy valientes y queremos probar cosas que no son seguras. A continuación hay estrategias de regulación que pueden ser beneficiosas para sus estudiantes.</p> <p>Estrategias de pensamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> Visualización: imagínese a usted mismo haciendo lo que quiere hacer! Diálogo interno positivo: recuerde que usted puede hacer cosas difíciles! Piense en otras ocasiones que ha tratado algo nuevo al que le tenía miedo. <p>Estrategias de acción</p> <ul style="list-style-type: none"> Apoyo Social: hable con un adulto o amigo sobre sus sentimientos, pídale a alguien que lo ayude a probar las cosas que quiere probar. <p>Pida sus comentarios. Proporcione oportunidades para practicar estrategias diferentes. Mantenga una colección de ideas de estudiantes y revíselas. Pregúntense</p>

	juntos si esas son estrategias efectivas o si intentar algo diferente puede que funcione mejor. Coleccione estrategias que funcionan para los estudiantes en su clase y creen un libro o colección de estrategias. Pida a los estudiantes que nombren el diálogo interno que les funcione. Grabe esto para que sus compañeros de clase lo intenten.
--	---

CIERRE

A medida que usted completa esta unidad, invite a los estudiantes a revisar las palabras que ellos tienen en su Charter. Los educadores pueden preguntar a los estudiantes, ¿Es valentía un sentimiento que a ustedes les gustaría tener en la escuela? ¿Es valentía una palabra que les gustaría agregar a nuestro Charter? Continúe las conversaciones sobre los sentimientos de valentía y qué hacen los estudiantes para crear sentimientos de valentía para ellos mismos u otros.

HOJA DE TRABAJO DE LA ASOCIACIÓN DE ESCUELA-HOGAR

En la clase, su niño está aprendiendo sobre la palabra valiente. Para construir un lenguaje compartido entre la escuela y el hogar, hemos incluido la definición de valiente que estamos usando en la clase y algunas notas que pueden ser útiles cuando hablan sobre este sentimiento en el hogar.

PALABRA:	“Valiente”
DEFINICION:	Sentir que puedo intentar algo aunque parezca aterrador
NOTAS:	Sentirse valiente es agradable con mucha energía. Las personas que se sienten valientes pueden tener una sonrisa o abrir la boca con las mejillas altas y las cejas arqueadas. Su voz puede ser fuerte, y pueden estar hablando alto y rápido, o reír. Los cuerpos valientes tienden a tener corazones que laten rápidamente, con los hombros hacia atrás y el pecho hacia afuera.

Comparta Su Historia

Por favor piense en una historia sobre una ocasión en que se sintió valiente y compártala con su hijo. Tal vez quiera pedirle a su hijo que haga un dibujo para que vaya con su historia en la parte de atrás de esta página. Asegúrese de incluir qué sucedió, por qué se sintió así y cómo expresó este sentimiento. Su participación ayuda a su hijo a aprender sobre los sentimientos y a conectarse con miembros de la familia en nuevas maneras.

Actividad de la Familia

Invite a cada uno en su hogar a escribir o dibujar sobre lo que les hace sentir valientes. Con su familia, haga un escudo familiar incluyendo todas las palabras y / o imágenes que represente lo que les hace sentir valientes. Si una plantilla de escudo no se le envió a su hogar con su niño, busque en línea “escudos familiares para rellenar” o dibuje un escudo en un pedazo de papel.