

**Lunes
25
de octubre**

Segundo de Primaria Educación Socioemocional

La oca del poder

Aprendizaje esperado: *Identifica actividades en las que necesita ayuda y que desearía hacer por sí mismo.*

Énfasis: *Identifican actividades en las que necesitan ayuda y que necesitan ir haciendo para lograr hacerlo por ellos mismos.*

¿Qué vamos a aprender?

Identificarás actividades en las que necesitas ayuda y que desearías hacer por ti mismo.

¿Qué hacemos?

¿Recuerdas a Héctor y Saladín? pues en esta sesión seguirás con sus aventuras.

Héctor estaba de mal humor, lo invitaron a andar en bicicleta y no puede decir que en realidad no sabe, se preguntaba *¿Cómo hacen para andar en bicicleta sin rueditas? yo no tengo equilibrio, no tengo habilidad, no tengo talento.*

Y como si Saladín supiera que su amigo se encuentra en problemas aparece junto a Héctor *¿Me llamabas? ¡Qué bueno que me hiciste venir porque estaba a punto de participar en una carrera de camellos y mi camello no me hacía caso, tal vez si lo dejo que se calme, en un rato que regrese y ya esté más tranquilo! así podremos correr mejor.*

Héctor: ¡Saladín! qué raro, no recuerdo haber frotado la lámpara, me da mucho gusto verte, pero no sé si sea un buen día para que nos hagamos compañía.

Saladín: ¿Es porque no sé cumplir deseos, así como por arte de magia como otros genios?

Héctor: No es eso.

Saladín: ¿Es porque vine sin que lo esperaras?

Héctor: Tampoco es eso.

Saladín: ¿Es porque huelo a siglos y siglos de vivir en el desierto?

Héctor: No, a eso ya me acostumbré, no tengo ganas de estar con nadie, pero nadie, nadie porque no me siento bien, estoy enojado conmigo mismo por no poder hacer las cosas que quiero.

Saladín: La verdad me quería quedar porque te ves muy mal.

Héctor: No, pues gracias.

Saladín: Me refiero a que se ve que algo te tiene molesto, agitado y quizás pueda ayudarte de alguna forma ¿Qué es lo que no puedes hacer?

Héctor: Me invitaron a andar en bicicleta y me siento muy frustrado porque no sé andar sin las rueditas de atrás y ya soy una persona adulta, responsable, guapo, y simpático.

Saladín: Ejem, ejem... Sí, bueno... No sé qué tenga que ver la guapura y la simpatía con la conversación, pero bueno.

Héctor: Y cada vez que me enfrento a algo que no puedo hacer, me enoja y me siento triste, ya no sé si me enoja más no saber algo o que eso me afecte tanto como ahora.

Saladín: Reflexiono todo lo que le dijo su amigo: Entiendo, entiendo ¿Pero sí sabes que hay muchas cosas en el mundo que no podrás hacer?

Héctor: Ya sé, pero al menos debería poder hacer las cosas fáciles, como andar en bici.

Saladín: ¿Y quién dice que andar en bici es fácil?

Héctor: Pues todos mis primos, desde chiquitos, aprendieron y yo no.

Saladín: Tienes una ventaja en este día, aunque estás enojado y confundido, frustrado y triste, tienes claro que lo que necesitas y quieres es aprender a andar en bicicleta ¿Cierto?

Héctor: Sí, eso sí lo tengo claro.

Saladín: Y también sabes que estar enojado y triste no te ayuda mucho a lograr eso. ¿Cierto?

Héctor: Muy bien.

Saladín: Y también tienes claro que sabes y puedes hacer muchas otras cosas ¿Cierto?

Héctor: Sé cantar, sé contar chistes, corro muy rápido también soy muy simpático y divertido.

Saladín: Sí, algo así mencionaste, pero no nos dijiste que fueras tan modesto.

Héctor: ¡Pero no puedo andar en bici y eso es lo que quiero porque todo el mundo sabe andar en bici!

Saladín: Empecemos por eso y ya luego vemos qué más.

Héctor: ¿Vas a cumplir mi deseo? ¡Qué bien! ya que estas, podría también pedirte que sepa pararme de manos, hacer cuatro mortales seguidos y tener muy buena puntería.

Saladín: *Parece que no me conocieras, soy Saladín y lo único que sé hacer, es que la gente realice sus deseos, pero no por arte de magia, sino que los vaya consiguiendo poco a poco.*

Héctor: *¡Así no quiero jugar!*

Saladín: *Sí andas un poco malhumorado, mejor vamos a empezar con nuestro concurso.*

Héctor: *¿Cuál concurso?*

Saladín: *La Oca del poder.*

Héctor: *¿La Oca del poder? ¿Qué es eso?*

Saladín: *Espera y verás.*

Ayuda a Saladín y a Héctor a jugar “La Oca del poder” y necesitas los materiales que a continuación Saladín menciona:

Saladín: *Héctor vamos a buscar*

- Hojas blancas.
- 1 lápiz o pluma.
- y un vaso de agua.

Héctor: *¿Un vaso de agua?*

Saladín: *Vengo desde el desierto, tengo mucha sed.*

Héctor: *Ah, muy bien, le entrega el vaso de agua.*

Saladín: *Bienvenidas y bienvenidos a La Oca del Poder. El programa de concursos en el que todas y todos pueden.*

Héctor: *¿Qué haces?*

Saladín: *Tú sígueme la corriente, el día de hoy tenemos muchos retos y pruebas que cumplir, antes que cualquier otra cosa, vamos a movernos un poquito pensando en lo que nuestro cuerpo puede hacer, si no puedes correr o saltar, lo puedes hacer con los brazos, con la cabeza o con ayuda de alguien.*

Saladín: *Comienza por la cabeza, que gire con cuidado, pero con ritmo, gira ahora los brazos, sigue con los hombros.*

Héctor: *Saladín, no estoy entendiendo nada de nada, quizás estás confundido ¿Te sientes bien?*

Saladín: *Tú sígueme y verás, estamos en este programa de concursos la Oca del Poder donde todas y todos ganan, porque todas y todos pueden.*

Héctor: *¿Pueden qué?*

Saladín: *Pueden algo.*

Héctor: *Eso es muy aburrido, quiero ganar solo yo.*

Saladín: *¿Cómo sabes que es aburrido si nunca lo has hecho?*

Saladín: *Toma tu hoja y tu pluma.*

Saladín: *Divide la hoja en tres partes, en la primera pondrás el título: Yo puedo solito (a). En la segunda pondrás de título ¿Me ayudas? y en la tercera “Yo podré”.*

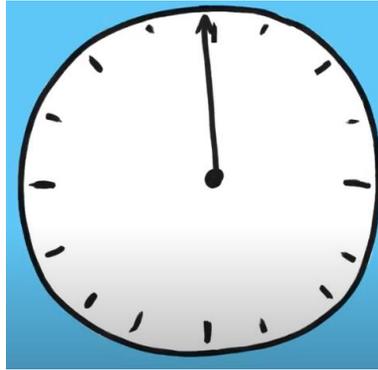
Tendrás 30 segundos para anotar, en la primera separación, todas las cosas que puedes hacer por ti mismo sin ayuda de nadie, pueden ser cosas de todos los días como caminar, comer o dormir, pero también pueden ser cosas especiales como montar camellos, vivir en una lámpara mágica o volar en una alfombra.

Héctor: *Sólo tú y tu familia pueden hacer eso, genio.*

Saladín: *Jajaja cierto, bueno, bueno ¿Tienes alguna duda de qué es lo que debes hacer?*

Héctor: *¿Podemos hacer una prueba?*

Saladín: *¡Claro que sí! ¡Cooooorre tiempo!*



Saladín: *Muy bien, veo que anotaste tres cosas: Bañar al perro, consolar a mis amigos, preparar el desayuno*

Héctor: *Son muchas más, pero se me acabó el tiempo.*

Saladín: *Era sólo la prueba, ahora sí, vamos con la prueba de verdad en esta Oca del poder ¿Listo?*

Héctor: *Listo.*

Saladín: *¡Corre tiempo!*

Saladín y Héctor comienzan a escribir en la columna de "Yo puedo".

Héctor: *Ahora sí pude anotar muchas cosas, muchísimas, correr, comer, bailar, dibujar, sembrar jitomates, volver a la calma si estoy triste, decir cuando no estoy de acuerdo con algo, compartir mi alegría, utilizar mi sentido del humor, agradecer a los demás, contar sin usar los dedos, cortarme las uñas solo ¿Gané? yo tuve muchísimas cosas en mi lista, dime si gané.*

Saladín: *No es necesario decir nada, te dije que todas y todos ganan.*

Héctor: *Ok ¿Y ahora qué? sigo sin resolver lo de mi bici.*

Saladín: *Espera un poco. (Con entusiasmo y espíritu festivo) Llegamos aquí a un segundo momento de nuestro concurso para lo cual te pido que anotes en la segunda separación la frase "¿Me Ayudas?"*

Héctor: *¡Ya me emocioné!*

Saladín: *Me da gusto. Mucha atención porque llegaron: Los sobres secretos.*

En los seis sobres de colores escribe un número escrito en uno de los lados y un reto en el otro.

Saladín: *Mira Héctor tenemos aquí cuatro sobres sorpresa para abrir cada uno de ellos, debemos cumplir un primer reto. Al cumplir un reto, descubriremos una frase y tú tendrás que anotar si puedes hacerla solo o necesitas ayuda ¿Queda claro?*

Héctor: *¡Sí!, No, más bien no.*

Saladín: *Va un ejemplo: Este es el sobre cero, así que anota en tu segundo cuadrado de la hoja, el de "¿Me Ayudas?", el número cero. El reto del sobre cero nos dice: Realizar cuatro sentadillas.*

Y Héctor hace las sentadillas. *Ahora que las realizaste, podemos abrir el sobre, la frase es: "Hacer nuevas amistades".*

Si tú eres capaz de hacer nuevas amistades sin ayuda de nadie, pondrás junto al número cero, la palabra "solo". Si necesitas ayuda de alguien para hacer nuevas amistades, entonces pondrás "ayuda".

Héctor: *Yo la verdad es que soy un poco tímido al principio, para hacer nuevas amistades, necesito que alguien más saque la plástica primero o que alguien me presente con la otra persona, no sé, en esta, yo pondría "Ayuda".*

Saladín: *Perfecto. Vamos con otro ejemplo y ya después pasamos al concurso como debe ser. Sobre 0.1. El reto del sobre 0.1 es: "Hacer cuatro lagartijas". La situación es: "Leer un libro".*

Héctor: *Eso sí lo puedo hacer solo, lo disfruto mucho y me doy un espacio para eso. Anota la palabra "solo" junto al 0.1*

Saladín: *¡Muy interesante! Pero ahora sí vienen los cuatro sobres secretos.*



Saladín: El sobre #1 tiene como reto: Hacer ocho abdominales. La situación es:



Héctor: *En esta sí necesito ayuda, generalmente le llamo a alguien, le cuento todo, me escucha, nos reímos y ya me puedo calmar, si me quedo con el enojo solo, no se me pasa en un ratote.*

Saladín: Vamos al sobre #2. El reto es: Mantenerse en un solo pie durante 20 segundos.



Saladín: *La situación es:*

“Reconocer frente a otras personas cuando cometo un error”

Héctor: *Ay, esta no está nada fácil, a mí me cuesta trabajo y me toma tiempo, pero la verdad es que sí lo puedo hacer.*

Saladín: *Perfecto, anota el número 2 y tú respuesta.*

Saladín: *Sobre #3. El reto es: Atinarle al balero al menos una vez.*

Héctor: *Jajajaja, te acuerdas cuando te enseñe a jugar con el balero.*



Saladín: *Abre el sobre Situación #3: “Divertirme”*

“Divertirme”

Héctor: *Pues yo me divierto mucho con la gente, pero también me divierto solo a veces, me pongo a bailar o a ver alguna cosa en la televisión que me parece divertida, voy a poner que solo ¡y con mis amigos y familia!*

Saladín: *Llegamos al último sobre de esta etapa del concurso. El reto del sobre #4 es: Aprender la canción “Practicar”.*



*Todos tenemos que practicar, que practicar que practicar.
Todos tenemos que practicar, ejercicio por la mañana.*

(Saltando)

**se repite la canción nadando, escalando bailando, volando, respirando, remando, saltando en un pie, moviendo todo el cuerpo.*

Saladín: *Muy bien, el reto cumplido. Ahora la situación:*



Héctor: *Ya lo hicimos, esta sí la podrías hacer solo, pero me gusta hacerla con amigas y amigos. Anota "Ayuda" en el número correspondiente.*

Saladín: *Aquí concluye nuestra segunda etapa de la Oca del Poder.*

Héctor: *Saladín, sigo sin entender qué tiene que ver esto con la bicicleta, es el único deseo que te pedí y no lo estamos cumpliendo.*

Saladín: *Para allá vamos, pero tienes que estar muy atento a todo lo que estás haciendo ¿Ya viste todo lo que puedes lograr? son muchísimas cosas.*

Héctor: *No.*

Héctor: *Cantar y bailar en público, algunas personas no pueden hacerlo y te ayuda a poder hablar en público, a expresar lo que sientes y a liberarte del mal humor.*

Héctor: *Tienes razón y, como todo, solo tienes que practicarlo para lograr hacerlo bien, yo ya hago eso sin darme cuenta.*

Saladín: *Ha llegado el tan esperado momento de la noche.*

Héctor: *Es de día.*

Saladín: *Bueno, ahora sí, vamos a jugar a la Oca del poder.*

Héctor: *¡Vaya! La Oca del poder, por fin, este es el juego que dices que me ayudará a aprender a andar en bici.*

Saladín: *mmmhhh... más o menos.*

Héctor: *Sigo sin entender, pero sigamos, a ver.*



Saladín: Tenemos este tablero, en él hay un montón de cosas que las personas pueden hacer solas y otras que pueden hacer con ayuda pero que, poco a poco, aprenderán a hacer sin ayuda de nadie.

Héctor: ¿Cómo se juega?

Saladín: Muy fácil, vamos a tirar unos dados, estos dados van a indicarnos cuántas casillas debemos avanzar, avanzaremos hasta la casilla correspondiente, ahí viene una actividad, por ejemplo: Si tiramos los dados y cae el número 4, avanzamos cuatro casillas y llegamos a: Sumar.

Héctor: Yo ya puedo sumar solo.

Saladín: Pensaremos si lo que dice en la casilla lo podemos hacer solo o sola, o si necesita ayuda.

Héctor: Estoy listo.

Saladín: Volvemos al principio. Primer turno: Giran los dados y cae el #7. Avanzamos 7 casillas y nos aparece: Leer un cuento.

Héctor: ¡Eso sí puedo hacerlo solo!

Saladín: Muy bien, tiramos los dados de nuevo: 2. Avanzamos dos casillas y llegamos a la casilla 9: Tender la cama.

Héctor: ¡Qué emoción! sigamos.

Saladín: Tiramos los dados y nos salió ¡5! caímos en la casilla No. 14 que nos dice, regresa a la casilla 3.

Héctor: En la casilla tres dice: Aprender a no reaccionar impulsivamente, cuando estoy enojado exploto y mi mamá me ayuda a recordar, que, si respiro, puedo volver a la calma y tener más claridad para decir lo que te molesta.

Saladín: ¡Muy bien! eso quiere decir que poco a poco, podrías ir recordando solito que puedes respirar y volver a la calma antes de reaccionar impulsivamente ¿Cierto?

Héctor: Así es.

Saladín: Vamos por el siguiente turno, tiramos los dados y cayó el número ¡10! caímos en la casilla #13. Estamos tan cerca de la meta, en esa casilla nos dice: Colaborar en las labores de la casa.

Héctor: *Yo necesitaba que mi mamá me estuviera pidiendo que hiciera las cosas, yo me distraía y, cuando me daba cuenta, ya tenía un tiradero por toda la casa y mi mamá se enojaba, pero ahora ya aprendí a hacerlo solito.*

Saladín: *Vamos por el siguiente turno, giran los dados y ¡dos! ¡Llegamos a la meta! Cuánta felicidad.*

Héctor: *Sí, es lo mejor que nos ha pasado.*

Saladín: *¡No puede ser tanta alegría!*

Héctor: *Sí, es lo más maravilloso que hemos vivido.*

Saladín y Héctor están tan felices, que olvidaron que necesitaban leer el reto de la meta final.

Saladín: *Ejem, ejem... en la meta dice lo siguiente: Piensa en una cosa para la que todavía necesitas ayuda, pero que un día quieres lograr hacer por ti mismo y anótala en la casilla tres de tu hoja.*

Héctor: *¡Andar en bicicleta! ¡Por fin llegamos ahí!*

Saladín: *Llegamos, Héctor.*

Héctor: *Pero si te estoy entendiendo bien, Saladín ¿Lo que me quieres decir es que está bien que por ahora necesite ayuda para aprender a andar en bici, pero que si me esfuerzo, pido ayuda, practico y pongo atención, algún día lo lograré hacer solo?*

Saladín: *Exactamente, todas las personas, cuando estamos aprendiendo a hacer algo, podemos necesitar ayuda: De maestras, de maestros, de amigos, de mamá, de nuestro tío, etc.*

Héctor: *Estoy pensando que hay algo todavía más importante que tengo que aprender a hacer por mí mismo y me di cuenta gracias a ti. Cuando me invitaron a andar en bici, me enojé muchísimo conmigo mismo por no saber hacerlo solo, estaba triste, frustrado, tú me dijiste que mantuviera la calma y encontraría la solución. ¡La solución era calmarme y pedir ayuda! quiero aprender a volver a la calma por mí mismo, eso me ayudará a poder aprender más cosas ¿Cierto?*

Saladín: *Yo te dije que sabes tres cosas: Que quieres aprender a andar en bicicleta, que enojarte no te está ayudando y que tienes otras habilidades.*

Héctor: *Sí, tal vez, como soy una persona divertida, puedo invitar a alguien a que me enseñe y hasta le daría gusto porque nos la pasaríamos muy bien.*

Saladín: *Excelente idea.*

Saladín: *Yo quiero aprender a volar en la alfombra solo porque me dan miedo las alturas y siempre pido que alguien me acompañe.*

Héctor: *Lo bueno de todo esto, es que cada persona sabe hacer cosas distintas y así, todas y todos, podemos ayudarnos.*

Saladín: *¡Felicidades! Ganaste.*

Héctor: *No entendía por dónde ibas, pero aprendí muchas cosas con este juego.*

Saladín: *Sí, muchísimas ¿Como cuáles?*

Héctor: *Que hay muchas cosas que puedo hacer por mí mismo.*

Saladín: *Esa es muy importante, por ejemplo: Caminar, antes no podías caminar si no te agarraba alguien de la mano.*

Héctor: *¡Claro!*

Saladín: *También te diste cuenta que hay cosas para las que todavía necesitas ayuda, como controlar tu enojo cuando no sabes hacer algo, como andar en bicicleta.*

Héctor: *Pero lo más importante, es que esas cosas algún día podré hacerlas solo.*

El Reto de Hoy:

En este cuadrito donde hoy solo anotaste una cosa, puedes seguir anotando aquellas que otras personas hacen por sí solas y que tú quieren aprender ¿Qué te parece?

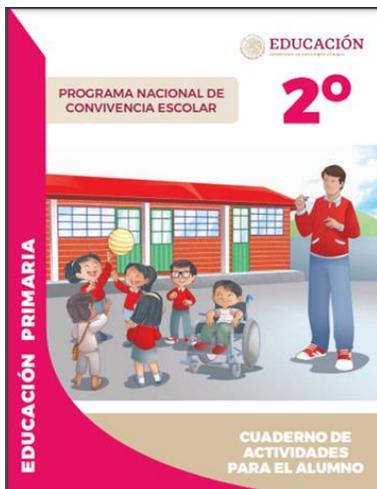
Si te es posible consultar otros libros y comenta el tema de hoy con tu familia.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.

Para saber más:

Lecturas



<https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533113/2o-Cuaderno-OK-PNCE.pdf>