

**Viernes  
22  
de Octubre**

## **Tercero de Primaria Educación Socioemocional**

### *Ayudando a Kirahvi*

**Aprendizaje esperado:** *Genera productos originales de tipo científico, artístico o lúdico utilizando sus conocimientos y habilidades.*

**Énfasis:** *Reconocen habilidades y conocimientos personales.*

#### **¿Qué vamos a aprender?**

Reconocerás habilidades y conocimientos personales, con Kirahvi.

“Kirahvi” es un títere de jirafa cachorro, quien te acompañará en esta clase y a la cuál tendrás que ayudar a reconocer sus habilidades y conocimientos.

#### **¿Qué hacemos?**

Lee con atención el siguiente diálogo con Kirahvi, en el teatrino.

Mario se acerca a un teatrino que está cerca de él, ve que algo se mueve y le pregunta.

¿Quién eres y qué haces ahí? ¿Qué te pasa puedo ayudarla en algo?

Kirahvi: Me llamo Kirahvi y estoy buscando a mi amiga Adriana ¡Para que me ayude, tengo el tiempo encima y no sé qué hacer, por dónde empezar!

Mario: Invita a respirar Kirahvi para que se tranquilice y le dice que Adriana no debe tardar en llegar, le pide que no desespere.

Adriana llega y se sorprende de ver a su amiga Kirahvi tan agitada y desesperada, entonces le pregunta, ¿Qué te pasa? ¿Por qué estás tan agitada? ¿Cómo puedo ayudarte a que te sientas mejor?

Kirahvi: Comenta que necesita crear una danza porque mañana cumple 2 años, sus papás seguramente le darán algún regalo especial y ella quiere mostrarle a su familia que a lo largo de sus 2 años ha adquirido habilidades y ha aprendido muchas cosas importantes para una jirafa.

¿Sabes cuántos años vive una jirafa?

Una jirafa en libertad vive aproximadamente 25 años y en cautiverio llegan a vivir hasta 35 años, la familia de Kirahvi vive en libertad.

Mario comenta que, entonces Kirahvi, es una jirafa muy joven.

Adriana menciona que entre todos pueden ayudar a Kirahvi con su danza.

Kirahvi: Mirando a todos lados dice ¿Todos?

Tú también puedes ayudarle a “Kirahvi.

Levanta la mano, ¿Si quiénes ayudar a Kirahvi?

Antes de comenzar, realiza la siguiente práctica de atención, puedes pedir ayuda a papá, mamá o a algún miembro de tu familia.

Este ejercicio de atención se llama “Kirahvi bebe agua” y te ayudará a darte cuenta cómo las jirafas deben poner mucha atención para evitar que algún depredador las ataque cuando beben agua.

- El ejercicio inicia de pie y se realiza con ojos abiertos.
- Mirada al frente, brazos relajados a los costados, espalda recta, y realiza una respiración.



- Inhala y al mismo tiempo levanta los brazos extendidos hasta unir las palmas de las manos arriba de tu cabeza, simulando que eres una jirafa muy alta y que tus brazos extendidos son el cuello, mirada hacia tus manos.



- Exhala y baja los brazos extendidos hasta llegar a los costados donde iniciaste el ejercicio.
- Inhala y al mismo tiempo levanta los brazos extendidos hasta unir las palmas de las manos arriba de nuestra cabeza, simulando que eres una jirafa muy alta y que tus brazos extendidos son el cuello, mirada hacia tus manos.



- Con brazos extendidos hacia arriba, mirada al frente, separa las piernas ligeramente rebasando la distancia de la cadera.

- Flexiona suavemente el tronco hacia el frente, hasta donde tu cuerpo lo permita, sin exceder los límites de tu cuerpo.
- Mirada al frente, vas bajando lentamente y antes de llegar al piso, separa manos, apóyalas en el piso y mira al piso. *Esta es la forma en que las jirafas beben agua.*
- Lleva tus manos con suavidad a los tobillos y ve recorriendo con tus manos tus piernas para ir subiendo lentamente el tronco, barbilla pegada al pecho, vas subiendo hasta quedar con el tronco recto y lo último que se endereza es el cuello para terminar con vista al frente.
- Nuevamente, con piernas separadas, flexiona suavemente el tronco hacia el frente, hasta donde tu cuerpo lo permita, sin exceder los límites de tu cuerpo.
- Mirada al frente, vas bajando lentamente y antes de llegar al piso, separa las manos, apóyalas en el piso y mira al piso, esta es la forma en que las jirafas beben agua.
- Lleva tus manos con suavidad a los tobillos y ve recorriendo con tus manos tus piernas para ir subiendo lentamente el tronco, barbilla pegada al pecho, vas subiendo hasta quedar con el tronco recto y lo último que se endereza es el cuello para terminar con vista al frente.
- Respira a tu ritmo y siente la planta de tus pies (10 segundos).
- Si necesitas estirarte o hacer algún movimiento, hazlo de forma lenta.

¿Qué diferencia notaste después de este ejercicio en tu cuerpo y en tu mente?

Ahora si estas lista y listo, para ayudar a Kirahvi a crear su danza.

Kirahvi: Tengo esta hermosa música de mi tierra, África.

¿Qué te parece si cada uno de nosotros mueve su cuerpo al ritmo de la música y así Kirahvi puede ver muchos movimientos que le ayuden a crear su danza?

¡Cuántos movimientos diferentes sabes, así como tú, también los maestros y maestras bailaron, para ayudar a Kirahvi!

Kirahvi: ¡Gracias, muchas gracias! Tengo muchas ideas para mi danza, pensé que por ser pequeña no podría hacerlo, pero me doy cuenta que al igual que estos niños, yo también he desarrollado muchas habilidades y he aprendido muchas cosas que como jirafa me son útiles.

¿Cómo cuáles?

Kirahvi: Aaaaah, déjame platicarles a los niños y niñas, ya sé utilizar mi lengua, que es muy larga para enroscarla en las plantas y arbustos, arrancarlas y comerlas, todavía me falta crecer un poco para alcanzar las hojas de la copa de los árboles, pero pido ayuda a mis hermanos mayores cuando se me antojan, también se limpiarme la nariz con la lengua.

Kirahvi: También he fortalecido mis patas y corro bastante bien, en caso necesario, utilizo mis patas para defenderme de los depredadores, puedo beber agua sin caerme, en el ejercicio que hicimos hace rato, experimentaron como lo hago.

Y he aprendido a estar atenta para cuidar a mis primos cuando les toca beber agua a ellos, y ellos me cuidan a mí cuando es mi turno de beber agua, mi tío me está enseñando a usar mi cuello y cabeza para defenderme y ya no me caigo cuando duermo, porque las jirafas dormimos paradas para evitar ser atacadas.

¡Te has dado cuenta como no es tan fácil ser jirafa!

Felicidades Kirahvi, ahora sabes muchas cosas y tienes muchas habilidades.

*De la misma forma que Kirahvi va aprendiendo y desarrollando habilidades, nosotros como seres humanos, también lo hacemos.*

La siguiente historia de Ameyali, una niña Oaxaqueña muy curiosa, pero muy curiosa.

#### CUENTO: AMEYALI Y SUS TALENTOS

*Adriana Hernández Juárez*

*Hace mucho, mucho, pero mucho, mucho tiempo, bueno, en realidad no tanto, hace 8 o 9 años, nació en Capultitlán, Oaxaca una hermosa niña, sus padres al verla se sintieron sumamente felices por tenerla en sus brazos, pero de pronto, esa gran emoción se transformó en una enorme preocupación, los padres de aquel bebé guardaron silencio por unos instantes, después se vieron a los ojos y se preguntaron: ¿Podremos ser capaces de criar a esta pequeña? ¿Y si no somos los mejores padres? ¿Y si no podemos ayudarla a ser una niña feliz? estas y muchas preguntas giraban en su mente y les provocaron gran ansiedad.*

*De pronto, la pequeña bebé abrió sus ojos, las 3 miradas se conectaron, la bebé sonrió ligeramente y como por arte de magia, los padres de la pequeña se tranquilizaron, esa mirada y esa sonrisa, significaron para ellos un mensaje de “tranquilos, estaremos bien”. Los padres decidieron llamar a su hija “Ameyali”, que en náhuatl significa “fuente de sabiduría” porque estaban convencidos de que juntos aprenderían muchas cosas, que esa pequeña había llegado a sus vidas para enseñarles una de las lecciones más importante de la vida: Ser Padres.*

*Ameyali fue creciendo, cada día y cada año que pasaba aprendía cosas nuevas que le enseñaban sus padres, sus tíos, primos y amigos. -Aprendió a caminar y después a correr en los senderos y caminos empedrados con gran agilidad.*

*Aprendió a sembrar y también a cosechar.  
Sabía hacer deliciosas tortillas a mano.  
Jugaba con muñecas de trapo y también aprendió a jugar trompo,  
balero, yoyo y canicas.  
Tenía una excelente memoria y recordaba los nombres de todas las  
personas que conocía, así como todos los caminos y senderos que  
tenía que recorrer para llegar a los distintos lugares a los que tenía que  
ir.  
Le encantaba aprender cosas nuevas e investigar.  
Una tarde, sentada al lado de su abuela quien le enseñaba a bordar,  
Ameyali le preguntó a su abuelita ¿Abu, para que nos sirve aprender  
tantas cosas en la vida? ¿Algún día se deja de aprender?*

*La abuela sonriendo y acariciando la cabeza de la pequeña Ameyali,  
respondió con gran dulzura: Yo creo que las personas aprendemos  
siempre, desde que nacemos hasta el último momento de nuestra  
vida, yo sigo aprendiendo muchas cosas cada día, pero lo importante  
no es cuántas cosas sabemos y en cuantas cosas somos muy buenas,  
sino en Cómo empleamos nuestras habilidades y conocimientos para  
ayudar a otros.*

Lo importante de aprender, es que, si practicas suficiente eso que aprendiste, se convierte en una habilidad, es decir, te haces muy bueno en aquello que haces.

Cuando unes lo que sabes con la habilidad que tienes para hacer algo, surgen tus talentos o fortalezas y lo que realmente necesitas aprender para vivir bien, felices y tranquilos es disfrutar todo aquello que se aprende y aprender a compartir tus talentos para ayudar a otros cuando lo necesiten.

Ameyali se sintió muy feliz al escuchar a su abuela y esas palabras quedaron grabadas en su mente y corazón hoy Ameyali es una joven, estudió enfermería y pone al servicio de todos los miembros de su comunidad sus conocimientos, habilidades y talentos con gran cariño, alegría y devoción.

¿Qué te pareció la historia de Ameyali?

A Camila, una alumna de tercer grado, le pasó igual y decidió hacer algo: Un collage donde muestra lo que ha ido aprendiendo y las habilidades que ha desarrollado desde que era una bebé hasta ahora que tiene 8 años.

Así como Camila expresó sus emociones, gustos y habilidades por medio de un collage, otros cantan, bailan y juegan para expresar quienes somos.

Así como Camila, tú puedes crear tu propio collage, una danza, una canción o un juego para que te des cuenta de todas las habilidades que tienes y lo mucho que has aprendido a lo largo de tus 8 años.

¿Podrías compartir algunas de tus habilidades y de las cosas que sabes? (leer, escribir, andar en bicicleta, patinar, dibujar, sumar, restar y multiplicar, tocar el piano, pintar al óleo, contar cuentos, hablar francés, hablar náhuatl, manejar la computadora, tender la cama, poner una tienda de campaña, trotar media hora sin parar, comer de manera saludable, ayudar en las labores de la casa, peinarse de trenzas).

Ojalá, puedas hacer tu collage y puedas comentarlo con tus compañeras, compañeros y maestra o maestro en clase.

Platica con tu familia sobre el tema y ¿Cómo te hace sentir el darte cuenta de lo mucho que has aprendido en estos años?

Kirahvi agradece la ayuda que le brindaste y comenta que quiere volver a visitarte porque le caíste muy bien.

Si te es posible consulta otros libros y comenta el tema con tu familia, seguro les parecerá interesante y podrán decirte algo más.

**¡Buen trabajo!**

**Gracias por tu esfuerzo.**