

**Lunes
24
de enero**

Tercero de Primaria Educación Socioemocional

Decisiones que impactan al mundo

Aprendizaje esperado: toma decisiones concretas que beneficien a los demás, aunque no le beneficien directamente.

Énfasis: toma decisiones concretas que beneficien a los demás, aunque no le beneficien directamente.

¿Qué vamos a aprender?

Aprenderás a tomar decisiones concretas.

Adriana se encontraba sentada en el piso con su guitarra, con ella también estaban Oscar y Angélica con algunos instrumentos más; los tres se divertían intentando crear una melodía para una canción, pero sin mucho éxito.

Adriana les platicaba muy emocionada a sus amigos que su intención era iniciar este año con mucha alegría y que esa era la razón de la idea de componer una canción. Sin embargo, aunque sigue aprendiendo música y ha intentado por varios días crear una melodía, no lo ha conseguido.

Es así como tomo la decisión de buscar a alguien para que la ayudara con esa tarea.

Para Angélica y Oscar era una idea estupenda. Además, se emocionaron aún más cuando Adriana les menciono que esa canción sería representativa de Educación Socioemocional y que con ella esperaba que todos pudieran divertirse mucho y al mismo tiempo sirviera para seguir aprendiendo de las emociones.

Y a ti, ¿Qué te parece la idea?

¿Qué hacemos?

Como los amigos de Adriana estaban de acuerdo con la idea de componer una canción, ella se apresuró a llamarle a su amigo Francisco, el cual se dedica a componer canciones muy bonitas. Estaba segura de que él los ayudaría.

Adriana marco a Francisco, pero el no contesto. Oscar se desanimó un poco, pero Angélica recomendó a Adriana dejarle un mensaje de voz, así cuando Francisco estuviera desocupado, éste lo podría escuchar.

Para Adriana, dejarle un mensaje de voz era la mejor decisión, así sería más claro el mensaje que quería transmitirle a Francisco.

-Hola Francisco, espero te encuentres muy bien. He tomado la decisión de pedirte que nos ayudes. Como sé que eres compositor, te queremos pedir que escribas la letra y música de una canción que hable de las emociones y que este dirigida especialmente a los estudiantes que están aprendiendo desde casa. Ya hemos intentado crear una melodía con mi guitarra y con algunos objetos que sirven como instrumentos: cucharas, platos, botes y demás cosas, pero lamentablemente no hemos tenido éxito.

Estamos decididos a tener una canción para Educación Socioemocional y es por eso que te llamo, pues sé que eres experto en el tema de la composición. Te daremos algunas ideas acerca de lo que nos gustaría.

Adriana le hizo saber a Francisco, que deseaban que la canción fuera muy movida para poder bailar con ella, además tenía que ser divertida con el fin de que al escucharla todos pudieran sentirse contentos.

Además de eso, le pidió que la canción enviará algunos mensajes a quienes la escuchen, por ejemplo: que están aprendiendo a educar las emociones, a reconocerlas, a aprender a vivir mejor tomando mejores decisiones y recordar que la calma le hace bien a la mente y al corazón.

Antes de colgar la llamada, Adriana agradeció anticipadamente a Francisco y le hizo saber que esperaba tener comunicación con el más adelante.

- ¡Vaya, vaya, parece ser que hemos aprendido mucho acerca de las emociones! dijo Angélica.

Adriana contesto alegremente, así es, todas y todos estamos aprendiendo día con día acerca de nosotros mismos.

- ¡También hemos aprendido a mejorar nuestra relación con los demás! dijo Oscar.

- ¡Para vivir en calma y bienestar! grito con mucha alegría Angélica.

Adriana continuó diciendo que algo muy importante que habían aprendido en estos meses, era a tomar decisiones, decisiones que no sólo los benefician personalmente, sino que también podían beneficiar a los demás. Por ejemplo, la canción que le pedían a Francisco ayudaría a muchas personas a aprender acerca de las emociones.

-Tienes mucha razón Adriana, comento Angélica. Hemos aprendido a tomar decisiones que benefician a otros, aunque a veces eso no nos favorezca directamente. Un ejemplo sería cuando una persona va a donar sangre, el donador se siente feliz por su decisión y quienes la reciben mejoran su salud.

- ¡Cierto! dijo Oscar. ¿Recuerdan a los niños de secundaria que tomaron la decisión de apoyar a un niño cuando le negaron la entrada al cine? aquí tengo el video. ¿Quiéren verlo?

Mira específicamente del minuto 20 al 22 del siguiente video.

1. En bienestar, podemos estar.

<https://youtu.be/Vk5ZYR8NZ7c>

Después de mirar el video Adriana comento a los demás que esa era una excelente muestra de una decisión colectiva en donde todos actúan para ayudar a una persona.

- ¿Qué tal el caso de María Montessori? intervino Angélica. Ella tuvo la iniciativa de generar un método para que los niños con discapacidad pudieran aprender.

- ¡Claro! ¡Esa historia me encantó! Oscar propuso ver un video para recordarlo.

Míralo tú también con el siguiente enlace. Puedes enfocarte principalmente del minuto cinco y hasta el nueve.

2. La felicidad de dar y recibir.

https://youtu.be/_dAvNJjMyzl

¿Te das cuenta cómo las personas pueden beneficiar a otros con sus decisiones claras y concretas?

Al respecto de eso, Angélica se sintió muy sorprendida, pues es algo que no había notado antes.

Esta situación hizo a Oscar recordar el caso de las personas que inventaron el juego de pelota para personas ciegas el Goal Ball ¿Lo recuerdas?

Mira el siguiente video para recordar más sobre este juego. Para ver solo el fragmento del juego, ve del minuto 18 al 21.

3. Pongamos solución a la disc...

https://youtu.be/Njx8Z_b2-IU

Después de que Adriana y los demás terminaron de ver el video, reflexionaron acerca de que todos y todas en algún momento hemos tomado decisiones que de alguna u otra forma benefician a otros.

Mientras seguían platicando, el celular de Adriana comenzó a sonar. ¡Es un mensaje de voz de parte de Francisco! dijo muy emocionada, mientras se disponía a escucharlo.

- ¡Hola Adriana! me alegra mucho saberte bien. ¡Estoy muy contento de que me hayas tomado en cuenta para componerles una canción! ya escuché sus propuestas y como dijo tu tío Hazael, me dices chapulín y yo brinco.

Su canción ya está lista, espero les guste. Es un regalo con mucho cariño para todas y todos ustedes.

Angélica, Oscar y Adriana estaban muy contentos de saber que ya contaban con la canción. Tan emocionados estaban que no perdieron tiempo para escucharla y cantarla juntos.

Aquí tienes la letra, para que te la aprendas y puedas cantarla las veces que quieras.

Canción “Universo de Emociones”

Letra y música: Francisco Sardina.

*Ven conmigo, vamos a viajar,
por el universo de emociones,
entre las galaxias vamos explorando,
los rincones del espacio sideral.*

*Cada una tiene su función,
importante es identificarlas,
y tomar control de cada situación,
y así podremos poner manos en acción.*

*Sobresalto, pánico o terror,
mal humor, envidia o desamor,
armonía, placidez relajación,
(Aprende en casa).*

*Reconocer a las sensaciones,
y educar a las emociones,
te ayudará a vivir mejor,
(Educación Socioemocional).*

*Vamos recorriendo un poco más,
y reconociendo sensaciones,
cómo es que tu cuerpo manda una señal,
de que algo puede andar muy bien o hacerte mal.*

*Pesadumbre, duelo o aflicción,
gratitud, confianza o devoción,
asombro, desconcierto o confusión,
(Aprende en casa).*

*Reconocer a las sensaciones,
y educar a las emociones,
te ayudará a vivir mejor.*

*Este viaje acaba de empezar,
necesitaremos varias vueltas,
algo de paciencia e imaginación,
y el equilibrio nos traerá la inspiración.*

*Autoestima, amor o admiración,
diversión, encanto, ilusión,
calma, dicha y satisfacción.
(Educación Socioemocional).*

*Y buscar la propia calma,
le hará muy bien al alma,
a tu mente y a tu corazón.*

*Reconocer a las sensaciones,
y educar a las emociones,
te ayudará a vivir mejor.
(Aprende en casa).*

*Te ayudará a vivir mejor.
(Aprende en casa).*

*Te ayudará a vivir mejor.
(Aprende en casa).*

Adriana, Angélica y Oscar saltaban de alegría y aplaudían sin parar.

-Me parece que hay que felicitarnos por este maravilloso logro conseguido en equipo, muy efusiva se expresaba Adriana.

-Esta canción, es el cierre de una etapa y el inicio de otra. Cada uno, desde el lugar donde se encuentra, puede tomar la decisión de vivir mejor, aprendiendo acerca de

sus emociones y sus sensaciones para comprenderse mejor. Regular nuestras emociones, nos permite relacionarnos con los demás de una mejor manera. Existe un “Universo de emociones” por descubrir y juntos seguiremos aprendiendo de ellas.

Espero que te haya gustado la canción y que te animes a seguirla practicando en casa. Invita a tu familia a cantarla contigo, te aseguro que es un buen momento para divertirse y aprender juntos.

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

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.