

**Lunes
28
de febrero**

Primero de Primaria Educación Socioemocional

Haciendo amigas y amigos

Aprendizaje esperado: *expondrás tus habilidades personales aprovechando tu alegría y agrado hacia compañeros para establecer lazos de amistad.*

Énfasis: *expondrás tus habilidades personales aprovechando tu alegría y agrado hacia compañeros para establecer lazos de amistad.*

¿Qué vamos a aprender?

En esta sesión seguirás explorando las emociones, en esta ocasión sobre la alegría y agrado.

Comprenderás que tu y tus amigas o amigos tienen habilidades distintas y podrán establecer lazos de amistad.

¿Qué hacemos?

Para iniciar esta sesión te cuento la historia de la maestra Isabel y Luis; quien estaba intentando hacer dominadas con un balón de fútbol.

Luis: ¿Crees que sea bueno para ser futbolista?

Maestra Isabel: Bueno, tal vez, si practica mucho lo logres.

Luis: Entonces continuaré practicando.

Maestra Isabel: ¿Y por qué quieres aprender a jugar fútbol? Según recuerdo, no te gustaba mucho el fútbol.

Luis: Hace unos días conocí a unas compañeras y compañeros que juegan muy bien fútbol, son veloces, resistentes y dominan impresionantemente. Yo quiero ser su amigo, así que estoy entrenando para eso.

Maestra Isabel: ¿Y para ser su amigo necesitas saber jugar fútbol?

Luis: Sí... creo.

Maestra Isabel: ¿Te dijeron eso?

Luis: Bueno, no.

Maestra Isabel: ¿Entonces?

Luis: Pues ellas y ellos juegan fútbol y si yo aprendo a jugar podría ser su amigo.

Maestra Isabel: Pero a ti no te gusta el fútbol y me has dicho que no eres muy bueno jugando.

Luis: ¿Entonces nunca podré ser amigo de ellos?

Maestra Isabel: ¡Sí puedes! Tú tienes otras habilidades increíbles, no necesariamente deben compartir las mismas habilidades. o ser iguales.

Para entender qué es lo que la maestra Isabel quiere decir observa el siguiente cuento en donde una pequeña mancha expuso y mostró sus habilidades a sus compañeras manchas que no querían jugar con ella. Observa hasta el minuto hasta el minuto 2:38 o si lo deseas puedes observarlo completo.

1. Vitamina Sé: especial en tu día. Pequeña mancha te enseña cómo transformarte.

<https://www.youtube.com/watch?v=fSIXD5rXMYQ&feature=youtu.be>

Cómo pudiste observar en el video anterior, pequeña mancha no necesariamente debía tener las mismas habilidades que las demás figuras, ¡Al contrario! Ella demostró ser especial y expuso su habilidad de transformarse lo que les agradó a las demás figuras y así logró establecer una amistad.

Pequeña mancha se mostró alegre, paciente al mostrar sus habilidades y su alegría fue contagiada a las demás figuras y de esta forma crearon nuevos lazos de amistad.

¡Vaya! Entonces no es necesario que Luis juegue fútbol a la perfección para ser amigo de alguien que sí sabe jugar.

Claro, se puede complementar, es decir, si eres bueno en algo y le puedes enseñar a él o ella puede enseñarte a ti.

¡No entiendes!

Te explico mejor, piensa en algo que digas “soy buenísimo en esto”.

Yo, por ejemplo, soy muy bueno cantando me pone muy feliz, me hace sentir relajado. Cuando canto en mi casa mi abuelo se pone feliz y me acompaña haciendo coro; siento que mi habilidad de cantar me permite disfrutar momentos de alegría con mi familia.

Y cuando algo te sale bien, te sientes alegre, tranquilo y quisieras compartirlo con otras personas.

Esto me recuerda a un cuento donde Sofía tenía un talento el cual compartió con varios amigos.

2. El talento de Sofía.

https://www.youtube.com/watch?v=-eZ_KHgFIDc&feature=youtu.be

Sofía tenía un talento muy especial que la hacía feliz. Cuando lo empezó a compartir, entendió que este talento también era agradable para sus compañeras y compañeros, así hizo nuevas amistades que querían compartir con ella.

Esto hizo sentir muy segura a Sofía y entonces empezó a dibujar más y tener una hermosa convivencia con sus nuevas amigas y amigos.

¿Ahora te das cuenta que todos y todas tenemos talentos y habilidades? Que producen alegría cada vez que las desarrollas, pero cuando son compartidas con otras personas, puedes contagiar tu energía y felicidad.

Como el ejemplo, cantar te provoca alegría y tienes ganas de compartir esta alegría con quien está a tu alrededor. Te sientes importante, ¡casi famoso!

¿Cuál es esa habilidad que te produce alegría, que te da bienestar y que puedes compartir con otras personas?

Cantar
Bailar
Reír
Hacer malabares
Dibujar
Hacer reír
Hacer pasteles
Abrazar
Consolar
Ayudar
Comer
Subir montañas
Doblar ropa
Cuidar plantas
Leer
Contar historias
Escuchar
Tocar un instrumento
Corre rápido
Hacer trucos de magia
Escribir cuentos
Cuidar animales
Brincar
Hacer bizcos
Hacer marometas
Contar chistes

Por ejemplo, una habilidad que te puede hacer sentir feliz e importante es bailar, cuando oyes música tu cuerpo empieza a moverse. No se puede controlar, la música la llevas por dentro.

¡Yo no sé bailar!

Pero no te preocupes ¡Ya sé, así es como la alegría te ayudará en esto! Qué tal que aprendes a bailar y también a cantar.

Mira, bailar es fácil, sólo debes sentir el ritmo en tu cuerpo. Escucha la siguiente canción.

3. Mañana no es hoy.

<https://aprendeencasa.sep.gob.mx/multimedia/RSC/Audio/202102/202102-RSC-55jOo8LU5d-Manananoeshoy.mp3>

Cuando suena la música empieza a bailar

Jajaja, parece que se te subió un ratón por el cuerpo jajaja.

Cuando bailas se contagia la alegría, logra que en verdad quieras aprender.

¡No es difícil, sólo es cosa de práctica!

Te pone muy alegre bailar, además es un buen ejercicio para mantenerte sana, sano y activa o activo.

Ahora, observa el siguiente video donde dos amigas completamente diferentes comparten habilidades similares.

4. La bruja burbuja.

<https://www.youtube.com/watch?v=w8V6Q4OJvrl&feature=youtu.be>

Se hicieron amigas la bruja y la campesina. A pesar de que eran diferentes, tenían una habilidad en común y la compartieron con alegría para reforzar y crear nuevas recetas de cocina.

La campesina mostró agrado ante la habilidad de la bruja y ambas reconocieron que podían aprender una de la otra.

Yo creo que cuando la alegría invade tu cuerpo, puedes hacer cosas positivas, las habilidades se refuerzan y como tu actitud es positiva, la gente lo percibe y se contagia con tu felicidad y energía.

Así te puedes rodear de personas, amistades o familiares, que valoran tu esfuerzo, así se forman lazos de amistad.

Tal vez no tienes todas las habilidades en común, pero compartes las que te hacen felices. Y así juntos aprendes cosas nuevas.

Comparte a todo el mundo tu alegría y tus habilidades.

Para tener más y más lazos de amistad.

Para finalizar, observa el siguiente video acerca de que todos tienen habilidades y talentos y eso los hace felices, tienen confianza y viven en armonía con los demás.

Obsérvalo hasta el minuto 2:31 o si deseas obsérvalo completo.

5. Algo.

https://www.youtube.com/watch?v=wgF_wX2j_os&feature=youtu.be

Porque solo tú tienes algo que nadie tiene, tú tienes aquello que es tu propio sello.

Como el caso de Luis y el futbol y sus nuevas amistades. Sera muy buen jugador y podrá mostrarles sus habilidades; les puede componer una canción o una porra y ellos le pueden enseñar algunos trucos para dominar el balón de fut. ¡Esto lo pone tan feliz!

Con alegría se forman grandes amistades.

El reto de hoy:

En una hoja blanca o de tu cuaderno dibuja una habilidad que te produzca alegría y quieras enseñarle a alguien. No olvides también, ¿Cómo es que la alegría te motiva y te ayuda a hacer amigas y amigos?

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

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.