



OA 2	Identificar emociones experimentadas por ellos y por los demás. pena, rabia, miedo, alegría y distinguir diversas formas de expresarlas.
Objetivo de la semana	Descubrir qué emociones hay en mi entorno, promoviendo la empatía y la inteligencia emocional, mediante observación de casos.
SEMANA 25	Del 05 al 09 de octubre

Hoy hablaremos de dos aspectos importantes para el ser humano y su crecimiento personal: la empatía y la inteligencia emocional.

EMPATIA

¿Qué es la empatía?



Capacidad de entender los pensamientos y emociones ajenas, es ponerse en el lugar de los demás y compartir sus sentimientos.



A todos nos gusta que nos abracen y nos ayuden cuando lo necesitamos



✓ Cuida tu mascota o animales de la calle



✓ Pregunta a tu familia cómo se sienten



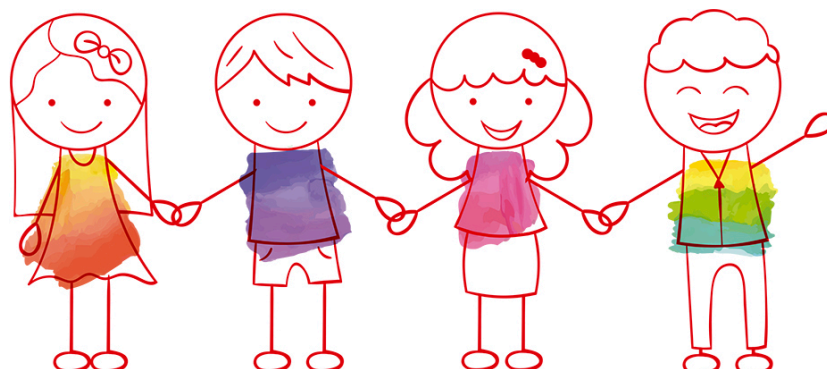
✓ Comparte tus juguetes



¿Qué es la Inteligencia emocional?

Es la capacidad de reconocer las emociones propias y ajenas y tener la capacidad de manejarlas y regularlas de forma positiva y productiva.

Algunas conductas que reflejan preocupación por los demás: compartir, ayudar, estimular, mostrar una conducta altruista, tolerancia hacia los demás y voluntad de respetar las normas sociales. Desarrollar interés, consideración y un sentido de responsabilidad por el bienestar y los derechos de los demás. Expresar interés a través de actos de atención, benevolencia, amabilidad y caridad.

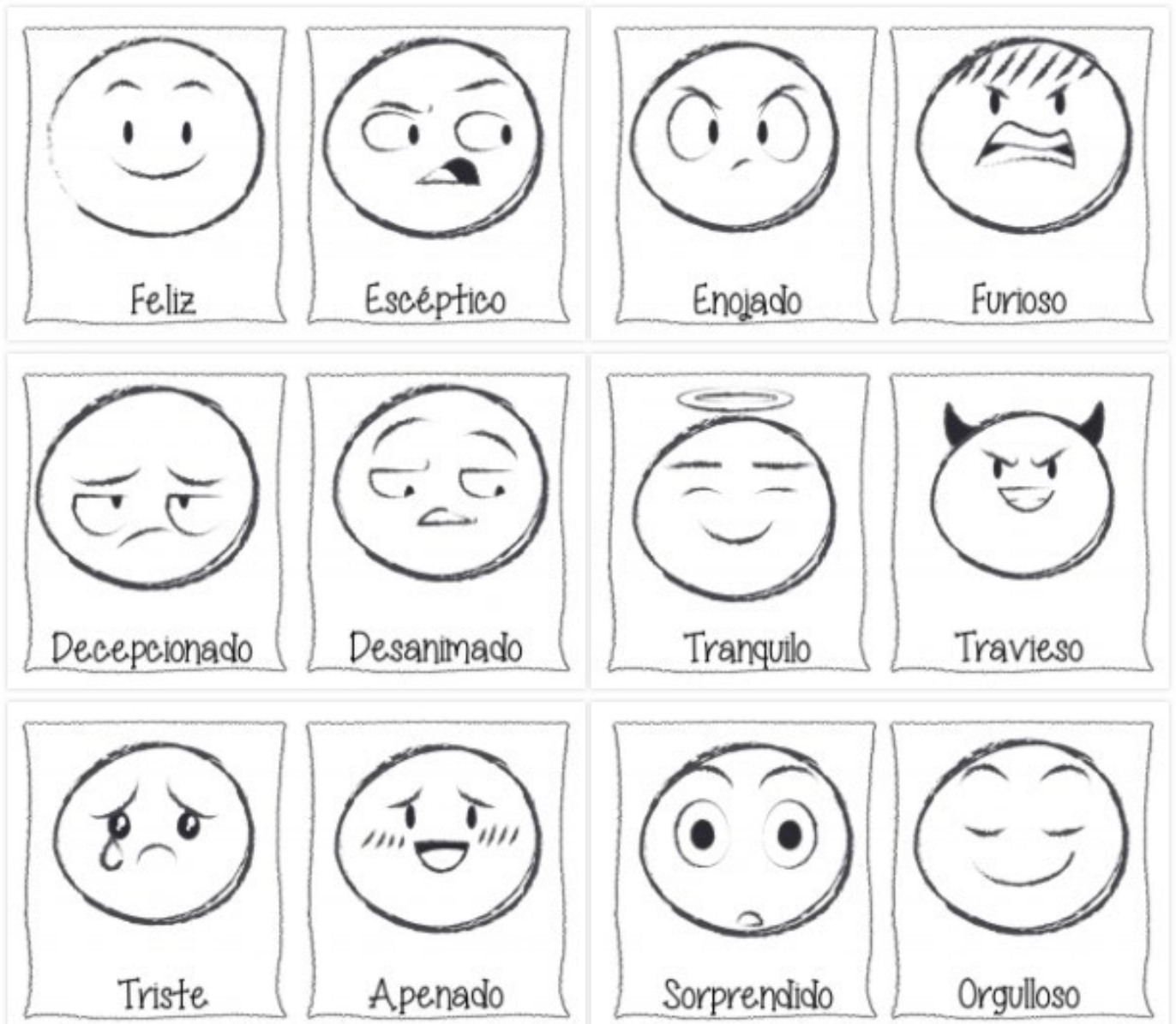


Recuerda enviar tu tarea al correo nayade.neira@colegio-manuelrodriguez.cl

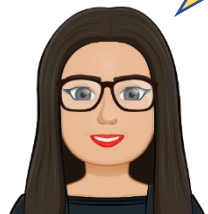
¡VAMOS A JUGAR A RECONOCER EMOCIONES EN LOS DEMÁS!

PASO
01

En cartulina, dibuja y pinta las siguientes caras en forma separada y en tamaño grande. Luego las pegas en palitos de helado por separado.



La idea es que queden más o menos así (o mejores)



Recuerda enviar tu tarea al correo nayade.neira@colegio-manuelrodriguez.cl

¡AHORA VIENE LA MEJOR PARTE!

PASO
02

Observa cada situación y reconoce con tus “emojis” confeccionados cómo crees que se siente cada uno, responde las preguntas APLICANDO LA EMPATÍA Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Los niños están jugando a un juego de mesa. Pablo está ganando el juego, sonríe y presume.

- ¿Qué está pensando Pablo?
- ¿Y los demás que estarán pensando?
- ¿Cómo crees que se siente Pablo?
- ¿Cómo crees que se sienten los demás?
- ¿Crees que Pablo se ha parado a pensar qué piensan y como se sienten los demás?
- ¿Y los demás se han parado a pensar como se siente Pablo?



Dos niños se están peleando, porque uno de ellos cree que el otro se ha reído de él. Y el otro se estaba riendo pero no él.

- ¿Qué crees que piensa cada uno de ellos?
- ¿Cómo crees que se sienten cada uno?



La madre de Daniel esta muy ocupada y Daniel no para de molestar, por eso le riñe.

- ¿Qué piensa la madre de Daniel?
- ¿Cómo se siente la madre de Daniel?
- ¿Crees que la madre de Daniel se da cuenta de lo que piensa o siente Daniel?



Teresa se pasa el día tirando de la trenza a Eva.

- ¿Cómo se siente Eva?
- ¿Qué está pensando Eva?



Andrés ha visto como otro niño estaba molestando a Gonzalo y se ha puesto a pegar al niño

- ¿Qué ha pensado Andrés?
- ¿Cómo se siente Andrés?
- ¿Ha pensado Andrés cómo se sienten los otros dos niños?



RECUERDA

La **empatía** es la capacidad de ponerse en el lugar del otro y llegar a comprender cómo se puede estar sintiendo, qué es lo que puede estar pensando, por qué hace algunas de las cosas que hace.

5 CLAVES

PARA CRECER CON INTELIGENCIA EMOCIONAL



1

CREA LAZOS AFECTIVOS

Cualquier ocasión es buena para mostrarle cariño y generar vínculos de apego.

2

DEJA QUE SE EXPRESE

No reprimas sus emociones o sentimientos aunque sean negativos.

3

DESARROLLA SU EMPATÍA

Enséñale a ponerse en el lugar de los otros y preocuparse por lo que sienten.

4

AUMENTA SU AUTOESTIMA

Nadie es perfecto, debe aprender a quererse con sus virtudes y defectos.

5

COMPARTE SU JUEGO

El juego ayuda a experimentar y expresar emociones en la infancia.