

# Educación para la ciudadanía y la convivencia

## Ciclo Inicial

(Prejardín, Jardín y Transición):  
Mi cuerpo, mi primer territorio



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

**BOGOTÁ**  
HUMANANA

**ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO**

**Proyecto de Educación para la Ciudadanía  
y la Convivencia – PECC**

Alcalde Mayor  
Gustavo Petro Urrego

Secretario de Educación del Distrito  
Oscar Sánchez Jaramillo

Subsecretaria de Integración Interinstitucional  
Gloria Mercedes Carrasco Ramírez

Subsecretaria de Calidad y Pertinencia  
Patricia Buritica

Jefe Oficina Asesora de Comunicación y Prensa  
Rocío Jazmín Olarte

Directora de Participación y Relaciones Interinstitucionales  
Adriana Mejía Ramírez

Directora de Inclusión e Integración de Poblaciones  
María Elvira Carvajal Salcedo

Directora de Educación Preescolar y Básica  
Adriana González

Director de Ciencias, Tecnología y Medios Educativos  
Oswaldo Ospina Mejía

Directora de Bienestar Estudiantil  
Andrea Verú Torres

Gerente de Proyecto  
Deidamia García Quintero

**Educación para la ciudadanía y la convivencia  
Ciclo inicial (Prejardín, Jardín y Transición):  
Mi cuerpo, mi primer territorio**

**Equipo técnico de Educación para la  
Ciudadanía y la Convivencia - SED**

Lizbeth Alpargatero y Rigoberto Solano  
*Coordinadores Gestión del Conocimiento*  
Sandra León  
*Coordinadora Planes Integrales de Educación  
para la Ciudadanía y la Convivencia*  
Andrea Cely  
*Coordinadora Equipo Territorial  
Ciudadanía y Convivencia*

Ariel Fernando Ávila  
*Coordinador Respuesta Integral de  
Orientación Escolar – RIO*

**Revisión de Contenidos -SED**  
Claudia Alexandra Mancera Carrero  
Jeimy Carolina Vásquez González  
Rigoberto Solano Salinas

**FEY ALEGRÍA DE COLOMBIA**

Director Nacional  
P. Hernando Gálvez S.J.

Director Ejecutivo Nacional  
Víctor Murillo Urraca

Coordinador Proyecto Educación  
para la ciudadanía y la convivencia  
Jaime Benjumea Pamplona

Autoría Fe y Alegría  
Lucía Ardila Gómez  
Natalia Flórez Rojas  
Fabiola Garcerá Arango

Corrección de estilo  
Claudia Patricia Vinueza

**Equipo de arte**

Dirección de arte  
María Fernanda Vinueza  
Ilustración  
Paula Andrea Ortiz  
Diseño y diagramación  
María Fernanda Vinueza

Equipo  
editorial

**Docentes participantes de la  
validación de los módulos:**

Romelia Nuste Castro  
*IED Juan Francisco Berbeo*  
Gladys Guerrero García  
*Carlos Pizarro León Gómez*  
Guiomar Edith Mostacilla Marmolejo  
*Débora Arango Pérez*  
Maritza Gutiérrez  
*Grancolombiano*  
Nilsa Yineth Rojas Ruiz  
*Leonardo Posada Pedraza*  
Maria Cristina Ardila  
*Campestre Monteverde*  
Melba Patricia Ortega  
*Simón Rodríguez*  
Blanca Isabel Forero  
*Ciudad de Montreal*  
Carvajal Galindo Yeimy  
*El Minuto de Buenos Aires*  
Gloria Del Pilar Bejarano Agudelo  
*Mochuelo Alto*  
Javier Cely  
*Francisco José de Caldas*  
Flor Elisa Roperio Palacios  
*José Asunción Silva*  
Ángela Chicangana Ramírez  
*José Asunción Silva*  
Diana Patricia Murillas  
*Colegio Prospero Pinzón*  
Martha Alexandra Useche Quintero  
*IED Saludcoop Sur*  
Rosa Yamile Prieto Bogotá  
*Colegio San Pedro Claver*  
Liliana Maffiold  
*IED Los Periodistas*  
Marleny Díaz  
*IED Los Periodistas*

Mariluz Muñoz Sotaquira  
*IED Los Periodistas*  
Patricia Castellanos  
*Agustín Nieto Caballero*  
María Victoria Orozco Díaz  
*Colegio Republica Bolivariana de Venezuela*  
Angélica María Rodríguez  
*Colegio Andrés Bello*  
Julieta Rojas Charry  
*Domingo Faustino*  
María Margarita Acuña Rodríguez  
*Colegio José Joaquín Casas*  
Ricardo Murcia Roncancio  
*Manuel Del Socorro Rodríguez*  
Luis Edilberto Novoa  
*Marruecos y Molinos*  
Sandra Johana Albarracín Lara  
*Aguas Claras*  
Miryam Bautista Gil  
*Entre Nubes*  
Claudia Liliana Gómez Rodríguez  
*IED Atenas*  
Rosa Elena Carrillo  
*IED Atenas*  
Raúl Sánchez Lara  
*IED Juan Rey*  
José Rafael Quilaguay Bernal  
*IED Los Alpes*  
Mireya Moreno Hernández  
*La Belleza*  
Martha Helena Lagos Beltrán  
*Florentino González*  
Lida Mireya Rodríguez  
*Florentino González*  
Nelson Enrique Flórez  
*Atabanza - I.E.D*  
Natalia Cruz Cárdenas  
*Eduardo Umaña Mendoza*  
Karol Viviana Sarmiento  
*Eduardo Umaña Mendoza*  
Danny Paola Villamil Villamil  
*Ofelia Uribe de Acosta I.E.D*  
Blanca Inés Rodríguez  
*Ofelia Uribe de Acosta I.E.D*  
Nubia Liliana Ortiz Cárdenas  
*Paulo Freire*  
Luz Stella Olaya Suárez  
*Sorrento*  
Patricia Padilla Casas  
*Col. Ciudad Bolívar Argentina*  
Martha Isabel Torres  
*IED Los Periodistas*  
Martha Alejandra Montoya  
*Luis Eduardo Mora Osejo*  
Sandra Emilia Sierra Zanguña  
*Nueva Delhy*

Ingrid Natalia Cruz Cárdenas  
*Eduardo Umaña Mendoza*  
María Fernanda Medina  
*IED El Porvenir*  
Yenny Patricia Castellanos  
*Agustín Nieto Caballero*  
María Victoria Orozco  
*República de Venezuela*  
Rafael Quilagua Bernal  
*Los Alpes*  
Yeimy Carvajal  
*El Minuto De Buenos Aires*  
Guillermo Ibáñez  
*IE Eduardo Santos*  
Aura Nieves Riascos  
*IE Alexander Fleming*  
Diana Carolina Villate  
*IE Eduardo Santos*  
Lida Yolima Cárdenas  
*IE Eduardo Santos*  
Victoria Orozco  
*República de Venezuela*  
Yuliete Rojas Charry  
*Domingo Faustino*  
Liliana Ortiz Cárdenas  
*Paulo Freire*  
Lorenzo Zúñiga Goyeneche  
*Antonio Villavicencio*  
María Esperanza Castillo  
*Antonio Villavicencio*  
Luz Ofelia Borbón  
*CEDIT San Pablo*  
Alejandra Gutiérrez Ballén  
*Ciudad de Bogotá*  
Viviana Méndez Munévar  
*Ciudad de Bogotá*  
Myriam Cortes Mendieta  
*Colombia Viva*  
Andrea Murcia  
*Delia Zapata Olivella*  
José de Jesús Ovalle Balaguera  
*Delia Zapata Olivella*  
Ivon Pajaro Olmos  
*Escuela Normal María Montessori*  
Omar Gutiérrez González  
*Escuela Normal María Montessori*  
Martha Patricia Torres  
*Gustavo Rojas Pinilla*  
Luz Liliana Sarmiento  
*IED Estrella del Sur*  
Ana Rita Rozo Suárez  
*IED Montebello*  
Orfi Yineth Delgado Santamaría  
*IED Villa Rica*  
Inna Pahola Muñoz  
*John F. Kennedy*

Luz Gabriela Gómez Montoya  
*Juan Francisco Berbeo*  
Clara Liliana Rodríguez  
*La Victoria*  
Leonor Delgado Herrera  
*La Victoria*  
Mallivi Melo Rey  
*La Victoria*  
Martha Patricia Montero  
*La Victoria*  
Patricia Patiño  
*La Victoria*  
Mauricio García Hernández  
*Magdalena Ortega*  
Myriam Zambrano Rozo  
*Manuel Cepeda Vargas*  
Luis Edilberto Novoa  
*Marruecos y Molinos*  
Liliana Zambrano Rozo  
*Orlando Higueta Rojas*  
Vladimir Viteri Gutiérrez  
*Paulo Freire*  
Clara Millán Reyes  
*República de Panamá*  
José Eustacio Medina Vargas  
*República de Panamá*  
Olga Lucero Castro Castañeda  
*República de Panamá*  
Víctor Baquero Rincón  
*Rural Pasquilla*  
Eduardo Ortiz Rodríguez  
*San Martín de Porres*  
Adilia Castillo Martínez  
*San Pedro Claver*  
María Leila López Contreras  
*San Pedro Claver*

**ISBN: 978-958-8731-87-2**

Esta publicación hace parte del Convenio 2965 del 2013, cuyo objeto es “Aunar esfuerzos para desarrollar una Caja de Herramientas Pedagógicas de Educación para la Ciudadanía y la Convivencia”, suscrito entre la Secretaría de Educación y Fe y Alegría de Colombia, Fundación para la Reconciliación, Fundación Centro de Investigación y Educación Popular-CINEP y el Instituto para la Construcción de la Paz-FICONPAZ.

**Secretaría de Educación del Distrito  
Fe y Alegría de Colombia**

# Taller 3

¡Lo siento, lo expreso!





## T.3

### Concepto relacionado: Expresión de emociones y sentimientos

Los niños y niñas en la primera infancia exteriorizan sus emociones pasando del enojo, al llanto y a la risa con gran facilidad. Sin embargo, es necesario desarrollar la experimentación con diversas sensaciones que permitan la clara identificación de estos sentimientos, propiciando de esta manera la libre expresión y el desarrollo del autocontrol.

López (1991) señala, que las emociones están presentes en nuestras vidas desde que nacemos y juegan un papel relevante en la construcción de nuestra personalidad y en la interacción social. Vivimos las emociones en cualquier espacio y tiempo: con la familia, con los amigos, con nuestro entorno y con nosotros mismos, y especialmente, en el ámbito educativo se propicia un espacio de vivencias y sensaciones importantes para el crecimiento personal.

El juego, el compartir con otros y otras y participar de diversas situaciones permite que las niñas y los niños experimenten grandes emociones; así mismo, estar fuera del entorno familiar y entrar en contacto con sus pares implica la puesta en escena de diversos sentimientos, los cuales deben percibir, identificar, controlar y aprender a manifestar de acuerdo con el contexto.

La Educación Inicial por tanto, debe posibilitar el acercamiento de las niñas y los niños hacia las diferentes formas de expresión, orientando todas estas emociones y sentimientos hacia el arte, la danza, las artes plásticas, escénicas y la literatura, que según Toledo (2003) permiten la interacción recíproca y el intercambio simbólico posibilitando en los niños y las niñas el conocimiento del mundo y su respuesta frente al mismo.

Orientar a los niños y las niñas, acerca de la vivencia de las emociones y la forma de tramitarlas, les posibilitará el acercamiento hacia ellas de forma que puedan escuchar “las diferentes voces” con las que nos hablan: sus propuestas, gustos, intereses y necesidades, y así promover la libre expresión, unida al reconocimiento y manifestación libre de lo que piensan, sienten, desean, y viven.



Posada (1999) plantea que las experiencias brindadas en la primera infancia permiten tomar contacto con todas las posibilidades de comunicación y de expresión en diversos contextos. Así como los niños y niñas necesitan entender instrucciones breves y concisas “ven a comer”, “cuidado con ese peligro”, “dónde están los zapatos”, también requieren escuchar o contar historias, jugar con las palabras, conmovirse y explicar, lo cual le permite aprender a explorar emociones y comprender e imaginar situaciones. En tal sentido, el desarrollo emocional, afirma Cardona (2004), influye directamente en el crecimiento de las niñas y los niños y en la maduración de su percepción del entorno. Un desarrollo emocional con pocas experiencias o vivencias, en otras palabras con poca estimulación, tiene incidencias negativas en el desarrollo de los niños y las niñas, observándose esto en las limitaciones, temores y dificultades en la expresión, percepción y la atención, no solo por la vivencia de estas emociones, sino también por la comprensión de los eventos de su cotidianidad.

Teniendo en cuenta esto, el desarrollo emocional sano, debe permitir ser consciente de los propios sentimientos, estar en contacto con ellos y ser capaz de involucrarse con otras personas de forma adecuada, desarrollando la capacidad de empatizar, simpatizar, tener identificación y poder generar vínculos afectivos e intercambios de sentimientos satisfactorios sin temor a la expresión. Es necesario por tanto, favorecer el ejercicio de interacciones cálidas y seguras que fortalezcan la construcción de la confianza básica dentro de un ambiente lúdico y placentero que genere bienestar. Así mismo, es importante implementar acciones que promuevan el desarrollo de los procesos de identidad que permitan a los niños y las niñas comprender las nuevas rutinas, ritmos, hábitos, demandas sociales y culturales, respetando los gustos y tiempos individuales porque éstos son indispensables para la construcción de la vida psíquica y afectiva, fomentando, de esta manera, el “aprender a ser” para conocerse, valorarse a sí mismo y actuar con creciente capacidad de autonomía, de juicio y de responsabilidad personal en las distintas situaciones de la vida.

El *Lineamiento Pedagógico y Curricular de la Educación Inicial en el Distrito*, hace énfasis en que el cuerpo permite la vivencia de los sentimientos al expresar que “en definitiva, la expresión corporal se fundamenta en la posibilidad de que los niños y niñas encuentren en su propio cuerpo los mecanismos y recursos expresivos que les permitan auto conocerse, así como reconocer a los demás, expresar sus emociones y hacer uso creativo del cuerpo, desde la espontaneidad, tratando de hallar en su cuerpo lo nuevo, lo imprevisto, lo no habitual y poniendo en juego todas sus adquisiciones a nivel motriz, así como la conciencia de sus sentimientos, para establecer vínculos expresivos con el medio”.

Se puede identificar, de acuerdo con lo expuesto, que generar actividades y poner en marcha la experimentación de emociones y sentimientos mediada por el cuerpo, y vivir experiencias significativas, es una tarea urgente del contexto familiar, social y educativo, las cuales permiten tener una sana interacción a nivel individual y social. Así mismo, es necesario, favorecer la escucha y comprensión de las expresiones y sentimientos del mundo social y afectivo



de los niños y las niñas, lo cual permitirá el desarrollo de la iniciativa para ir asumiendo roles sociales y actuar participativamente, en la medida que se les acompaña en los procesos de autorregulación que permitan el reconocimiento, el respeto por el otro y la apreciación de las diferencias.

## Objetivo del taller

- Promover el reconocimiento y la expresión de las emociones y los sentimientos que surgen en la cotidianidad, fomentando la libre expresión, el conocimiento de sí y el autocontrol.

## Evidencia de participación en el proceso de aprendizaje

Los niños y las niñas con pintudeditos plasmarán su huella en el círculo de aprendizaje del taller 3 de la tarjeta de participación, dibujando en esta la expresión de la emoción presente en el momento del taller.

## Duración del taller

2 horas distribuidas de acuerdo a las condiciones de ejecución del taller.

## Materiales de apoyo

- **Tarjeta de participación de cada niño y cada niña.**
- **Láminas para expresión de emociones y sentimientos (herramientas de la 2 a la 10).**
- Papel kraft.
- Pinturas de diferente color y pinceles.
- Marcadores o colores.
- Música variada.

### Tarjeta de participación



### Herramientas de la 2 a la 10



### Sobre de Herramientas





- Elementos con distinto olores y sabores.
- Pintadeditos y lápices.
- Emoticones de papel con diferentes expresiones.

## Instrucciones de la actividad



**Momento inicial (percepción – sensibilización):** Para el desarrollo de esta actividad puertas y ventanas cubiertas deben estar con papel o cartón, para lograr así una provocación y de esta manera todos y todas podamos entrar en acción. El espacio cubierto debe quedar por si nuestros exploradores y exploradoras van a dibujar, en muros o paredes de este lugar. A sus familias les pediremos que nos hagan llegar de ellos y ellas sus vestidos de baño o ropa muy cómoda con la que puedan estar, porque pintaremos libremente sin poner límites a su expresividad.



**Somos exploradores y exploradoras (pensarse – pensarnos):** Al comenzar, todos dispuestos debemos estar, para aventurarnos en un conocimiento real de cada uno de los participantes en esta actividad. **¡Ser uno mismo y una misma es genial!**, eso es lo que demostraremos con agilidad.

Previamente en casa cada explorador y exploradora con ayuda de la familia su silueta dibujará en el papel necesario para plasmarse de tamaño real, acostaditos sobre éste alguien les demarcará y una vez terminada al aula se traerá.

Colores, pinturas, vinilos y marcadores a su disposición se pondrán, para que artísticamente los detalles se puedan plasmar: pelo, boca, ojos, ombligo, pecas, y todo lo que en nuestro cuerpo podemos encontrar que nos sirva para representar de la mejor manera nuestro retrato personal.

Un espejo muy grande en esta actividad vamos a ubicar para que nuestros exploradores y exploradoras vuelvan a mirarse y cada detalle puedan observar: el rasponazo de una caída, un adhesivo de una carita feliz, una manilla, unos aretes y en fin... Otra cosa muy importante representada quedará, si estamos felices, tristes o preocupados... Para ello previamente con nuestro cuerpo al grupo lo vamos a expresar mostrando los detalles de la boca, los ojos y demás, que dirán con seguridad, cómo cada uno está.

Una vez los retratos están, los vamos a mostrar y a comentar, describiendo cómo se ve cada uno y cada una y qué lo hace diferente a los demás.



**Ubicamos pistas (diálogo de saberes):** Ahora con música variada y empleando nuestro cuerpo vamos a representar lo que el escuchar diversos ritmos musicales podemos experimentar; si suena una marcha todos vamos a marchar y en fila como soldaditos por el espacio nos vamos a desplazar, si es una música suave los movimientos lentos serán y como tortugas nos verán caminar y muchas otras experiencias de expresión la persona mediadora motivará.

¿Y si la música dibujamos?... esta será una gran idea para divertirnos un rato. La música bailable alegría nos dará y posiblemente con rojo se pueda representar pero ello cada explorador y exploradora un color elegirá con el que su emoción representará; es posible que la alegría sea roja y la tristeza amarilla ello del gusto de cada uno y cada una dependerá. Para esta actividad la persona mediadora los materiales dispondrá, puede ser papel periódico o kraft, pinceles, pinturas o colores según su creatividad.

Luego otro ejercicio podremos realizar, en el que nuestro olfato vamos a emplear, diversos aromas de frutas, flores, perfumes o lo que haya a nuestro alrededor, que con seguridad algunas cosas nos harán recordar... un olor quizá picante, un vinilo nos puede representar, o un olor muy suave recordarnos a mamá. La persona mediadora siempre asegurará a través de preguntas que los exploradores y exploradoras esta relación la puedan expresar.

Empleando el sentido del gusto algunos sabores experimentaremos como dulce, ácido, salado, amargo... que otras sensaciones nos permitan evocar, a medida que probamos nuestras percepciones al resto del grupo lo vamos a manifestar.



**Encontramos caminos (transformando realidades):** Para finalizar algunas imágenes vamos a mostrar (**Herramientas de la 2 a la 10, que se encuentran en el sobre de herramientas adjunto al material**), para que cada uno cuente u opine lo que le genera o el recuerdo que le evoca simplemente al mirar. Podremos decir, a quién nos recuerdan o las emociones que ahí podemos descubrir, relacionándolo con experiencias que hemos podido vivir.

Se irá preguntando a cada uno y cada una en particular, rotando las imágenes para que puedan expresar lo sentimientos que les generan de forma individual utilizando como apoyo las imágenes que en el material anexo encontrarán.

En el siguiente cuadro algunas ideas la persona mediadora puede encontrar para esta experiencia orientar.



Cuadro 1.2

Cuándo...	Acción	Porque...
<p>Cuándo me como un helado, me pongo... a mi me gusta el helado...</p>		<p>Porque... Porque...</p>
<p>Cuándo me caigo jugando, me da... Si me caigo yo...</p>		<p>Porque... Porque...</p>
<p>Cuándo veo un perro grande y rabioso, me pongo... Al ver un perro grande y rabioso yo...</p>		<p>Porque... Porque...</p>



Cuándo...	Acción	Porque...
<p>Cuándo un compañero me quita un juguete, me da...</p> <p>Si un compañero o compañera me quita un juguete, yo...</p>		<p>Porque...</p>
<p>Cuándo me dan un regalo, me pongo...</p> <p>Si me dan un regalo yo...</p>		<p>Porque...</p>
<p>Cuándo mi casa está oscura en la noche, me da...</p> <p>Si mi casa está oscura en la noche, yo...</p>		<p>Porque...</p>
<p>Cuándo como me da...</p> <p>Al comer ricos y variados alimentos yo...</p>		<p>Porque...</p>



Cuándo....	Acción	Porque...
Cuándo estoy solo o sola, me pongo... Si estoy solo o sola yo...		Porque... Porque...
Cuándo me hacen cosquillas, me da... Si me hacen cosquillas...		Porque... Porque...



**Descubrimos tesoros (reconstruyendo saberes):** Para revisar la experiencia de los niños y las niñas respecto a la actividad, utilizaremos como apoyo emoticones (seleccionados por la persona mediadora) con estados de ánimo que puedan representar las diversas sensaciones que cada uno y cada una puede experimentar. Seleccionados al azar cada niño y niña expresa la emoción que cada carita va a expresar. La persona mediadora las siguientes preguntas puede emplear: ¿Esta carita cómo está? ¿Por qué esta carita se siente así? ¿Si la carita está triste como la podemos volver una carita feliz? Recoger las expresiones del grupo será importante porque ello sentido a esta actividad dará.

Y para finalizar con pintudeditos en el círculo de aprendizajes nuestra huella plasmamos y con un lápiz una carita en ella dibujamos expresando la emoción que en este momento experimentamos, y a un compañerito o compañerita elegimos para mostrarle y sobre ella hablarle.



EDUCACIÓN PARA LA CIUDADANÍA Y LA CONVIVENCIA























