

Educación para la ciudadanía y la convivencia

Ciclo Uno

(Primero y Segundo):
Sintiendo y pensando



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 uno (Primero y Segundo):
Sintiendo y pensando**

**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
Carolina Vásquez
Rigoberto Solano Salinas
Julián Castro Montaña
Alejandro Toro

FEY ALEGRÍA DE COLOMBIA

Director Nacional
P. Hernando Gálvez S.J.

Director Ejecutivo Nacional
Victor Murillo Urraca

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

Autoría Fe y Alegría
Claudia Marcela Vega González

Con la colaboración de:
Doralba Quitian Cruz
Sonia Osorio Novoa

Corrección de estilo
Fernando Carretero

Equipo de arte

Dirección de arte
María Fernanda Vinuesa
Ilustración
Humberto Ruiz Angulo
Colaboración en color de ilustraciones:
Andrea Guzmán
Yessica Bernal
Carlos Muños
Diseño y diagramación
César Alberto Bejarano Rojas

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
Maria 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 Albarracin 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
Atabanzha - 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 Riasco
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 Roza 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 Roza
Manuel Cepeda Vargas
Luis Edilberto Novoa
Marruecos y Molinos
Liliana Zambrano Roza
Orlando Higuera 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: 978-958-8731-91-9

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 5

Un corazón que piensa, un cerebro que late





T.5

Concepto relacionado: identificación de emociones

Otro aspecto fundamental en la construcción de capacidades para el cuidado integral de la vida es el reconocimiento del mundo afectivo, que parte de la toma de conciencia que hacemos de las sensaciones que se generan en nuestro cuerpo, cada vez que nos enfrentamos con una emoción.

Por ello, es importante que niñas y niños de este ciclo amplíen su conciencia sensorial y desarrollen maneras para identificar en su cuerpo las múltiples sensaciones que producen ciertas emociones, y con esta lectura desarrollen destrezas que les permitan conocerse mejor, regular ciertas emociones y crear habilidades que faciliten el encuentro con otras personas y el establecimiento de relaciones interpersonales más armónicas.

Objetivos del taller

- ❁ Favorecer en las niñas y los niños la identificación de emociones básicas, a partir de la conciencia que hacen de estas en su cuerpo.
- ❁ Facilitar en las niñas y los niños la expresión de sus ideas y emociones cuando participan de trabajos en grupo, reuniones y asambleas.

Evidencias de participación en el proceso de aprendizaje

- ❁ Guía: Expresando mis emociones

Duración del taller

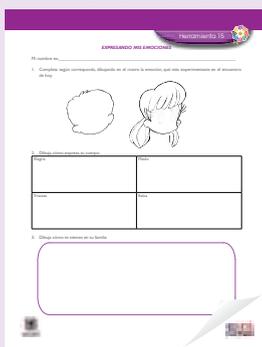
Dos (2) horas aproximadamente, sin contar el tiempo de trabajo en casa.



Sobre de Herramientas



Herramienta 15



Herramientas de la 16 a la 19



Materiales de apoyo

- ❁ **Títere de Lila Multicolor- Herramienta 1** (encuéntrela en el sobre de herramientas)
- ❁ **Afiche de Lila Multicolor - Herramienta 2** (encuéntrela en el sobre de herramientas)
- ❁ **Pétalo del aprendizaje - Herramienta 3** (encuéntrela en el sobre de herramientas)
- ❁ **Los dos dados que vienen con el módulo - Herramienta 14** (encuéntrela en el sobre de herramientas).
- ❁ **Guía: Expresando mis emociones - Herramienta 15** (encuéntrela en el sobre de herramientas).
- ❁ **Imágenes que representan cuatro emociones - Herramientas de la 16 a la 19** (encuéntrelas en el sobre de herramientas).

Instrucciones de la actividad

Es importante tener en cuenta que este taller se encuentra organizado con base en los momentos metodológicos que inspiran la propuesta.



Momento inicial (percepción - sensibilización) Investigamos a través de *Lila Multicolor*, cómo realizamos y qué nos produjo la actividad propuesta en el encuentro anterior. Escuchamos algunas participaciones y pegamos el pétalo en nuestro afiche.

Para introducir el tema de las emociones, presentamos al grupo, con la ayuda de *Lila Multicolor*, cuatro situaciones ocurridas a algunos de sus amigos y amigas. Es importante pedirle al grupo observar atentamente la expresión del cuerpo y los gestos del rostro en las imágenes que usaremos.



Hola niñas y niños...
*¿cómo están? ¿Cómo va su vida?...
En el encuentro de hoy, voy a
presentarles a cuatro grandes
amigos y amigas, les invito a estar
muy atentos y atentas a lo que les
sucedió...*



Él es mi amigo Jacinto, hoy esta alegre ... ¿quieren saber por qué? Porque cuando Jacinto venía para la escuela, se encontró con un amigo que hacía mucho tiempo no veía, pues se había ido a vivir a otro barrio, pero su familia decidió regresar, y ese reencuentro fue muy agradable.

La persona facilitadora pega la imagen de Jacinto en un sitio estratégico del espacio de trabajo

Lila Multicolor pregunta: “¿Cómo nos sentimos cuando algo agradable nos pasa? ¿Cómo sentimos la alegría en nuestro cuerpo?”

Ahora les presento a Gafi, quien hoy tiene una mirada triste, y esa mirada se debe a que ayer estaba jugando en el colegio y por andar despistada jugando dejó su maleta de útiles escolares en una escalera, y cuando la fue a buscar ya no estaba. Ahora, debe adelantar todos los cuadernos que estaban dentro de la maleta y aceptar el regaño de sus familiares y profesoras.



La persona facilitadora pega la imagen de Gafi en un sitio estratégico del espacio de trabajo.



Lila Multicolor pregunta: “¿Cómo nos sentimos cuando algo malo nos pasa? ¿Cómo se siente en nuestro cuerpo la tristeza?”.



Ahora les presento a Chamo, quien esta mañana cuando jugaba en el parque, empujó muy duro su columpio y se cayó. Ahora, Chamo se siente muy extraño cuando ve un columpio, pues le tiene miedo...

La persona facilitadora pega la imagen de Chamo en un sitio estratégico del espacio de trabajo.

Lila Multicolor pregunta: “¿Cómo nos indica nuestro cuerpo que sentimos miedo?”.

Y finalmente les presento Miguel, quien en este momento tiene una carita de rabia, pues ha intentado muchas veces hacer un dibujo y no lo ha logrado... Le dio tanta rabia, que cogió las hojas y las rompió y se dijo a sí mismo que después lo intentaría



La persona facilitadora pega la imagen de Miguel en un sitio estratégico del espacio de trabajo

Lila Multicolor pregunta: “¿Cómo sentimos en nuestro cuerpo la rabia?”

Promovemos en el grupo la reflexión y participación en torno a qué pensamos y sentimos de las situaciones de los amigos y de la amiga de Lila Multicolor.



Pensarse y pensarnos: Cada niño y niña se ubica frente a una de las imágenes (que previamente pegamos), la de su preferencia, y con los compañeros y compañeras que también se ubican en este lugar, comparten experiencias personales, familiares o escolares que hayan generado en ellos y ellas esta misma emoción.



Diálogo de saberes: Para profundizar sobre la manera en que las sensaciones físicas nos permiten identificar nuestras emociones, le proponemos al grupo realizar el juego *Los dados de la expresión*.

Instrucciones

- Presentamos dos dados grandes.

<p>El primer dado contiene en cada uno de sus lados el nombre de una emoción:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Amor2. Alegría3. Rabia4. Miedo5. Tristeza6. Asombro 	<p>El segundo dado contiene en cada uno de sus lados el nombre de un personaje:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Yo2. Mamá / papá3. Compañera / compañero4. Director / directora del colegio5. Celador / celadora6. Profesor / profesora 
---	---

- Organizamos seis grupos.
- Ubicamos los grupos alrededor del salón.
- Sorteamos los turnos.
- Cada grupo pasa al centro del espacio, lanza los dados y tiene dos minutos para preparar la dramatización (preferiblemente en mímica) de la emoción y el personaje que indican los dados. Por ejemplo: Profesora y asombro: profesora que al entrar en el salón, encuentra que las niñas y niños están practicando una relajación... expresa en su rostro asombro.
- Damos un punto al grupo que logre en dos minutos preparar la dramatización y presentarla.

Cerramos este momento, reflexionando con el grupo acerca de:

- ¿Cómo nos sentimos con el ejercicio anteriormente realizado?
- ¿Qué pistas nos da nuestro cuerpo para saber diferenciar y expresar nuestras emociones?

Retroalimentamos al grupo recordándole que reconocer y expresar nuestras emociones nos permite conocernos mejor y comprender la emocionalidad de las otras personas. Este es un aspecto fundamental para establecer mejores relaciones de convivencia.



Transformando realidades: Una vez finalizado el juego, nuevamente hacemos un recorrido por las imágenes de Jacinto, Gafi, Chamo y Miguel incluso podemos colocar un letrero que diga otras emociones y cuando estemos en cada lugar preguntamos:

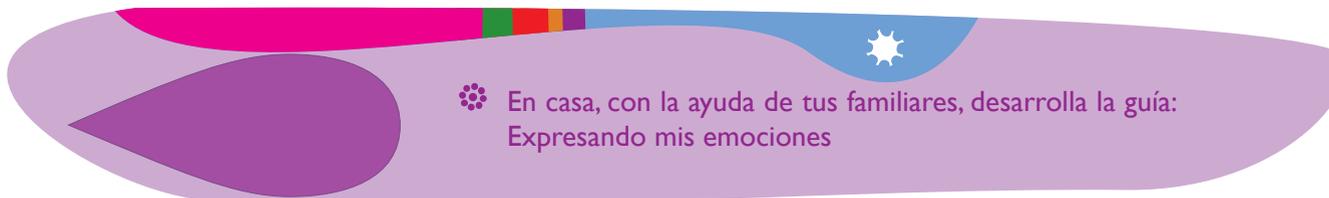
- ❁ ¿En qué momento sentimos alegría/tristeza/miedo/rabia durante el juego?
- ❁ ¿Cómo supimos que sentimos la alegría/tristeza/miedo/rabia? (Identificamos las sensaciones físicas de manera muy precisa).
- ❁ ¿Cómo expresamos la alegría/tristeza/miedo/rabia?
- ❁ ¿De qué manera es posible controlar las emociones que sentimos?
- ❁ ¿De qué manera no es posible controlar las emociones que sentimos?
- ❁ ¿Con cuál emoción prefieren quedarse? ¿Por qué?

Para retroalimentar al grupo: cada persona experimenta diferentes sensaciones físicas frente a sus emociones. Por ejemplo, cuando una persona siente rabia, puede sentir que sus piernas tiemblan, otras que su estómago se endurece, otras que su garganta se aprieta, otras que las manos pesan; en fin cada persona siente la rabia de distinta manera, pero el nombre de esta emoción es la misma para todas y todos: **rabia**. Lo importante es que niñas y niños de esta edad aprendan a reconocer en su cuerpo las sensaciones físicas que les puede generar cada emoción, para ir construyendo formas que le permitan una adecuada expresión y manejo de las mismas, aspecto en el que ahondaremos en la siguiente unidad.



Reconstruyendo saberes: Dialogamos con el grupo sobre los aspectos más importantes del encuentro y entregamos el pétalo de *Lila Multicolor* para trabajar en casa.

- ❁ En casa, con la ayuda de tus familiares, desarrolla la guía:
Expresando mis emociones

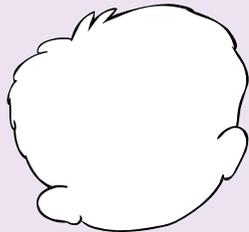




EXPRESANDO MIS EMOCIONES

Mi nombre es: _____

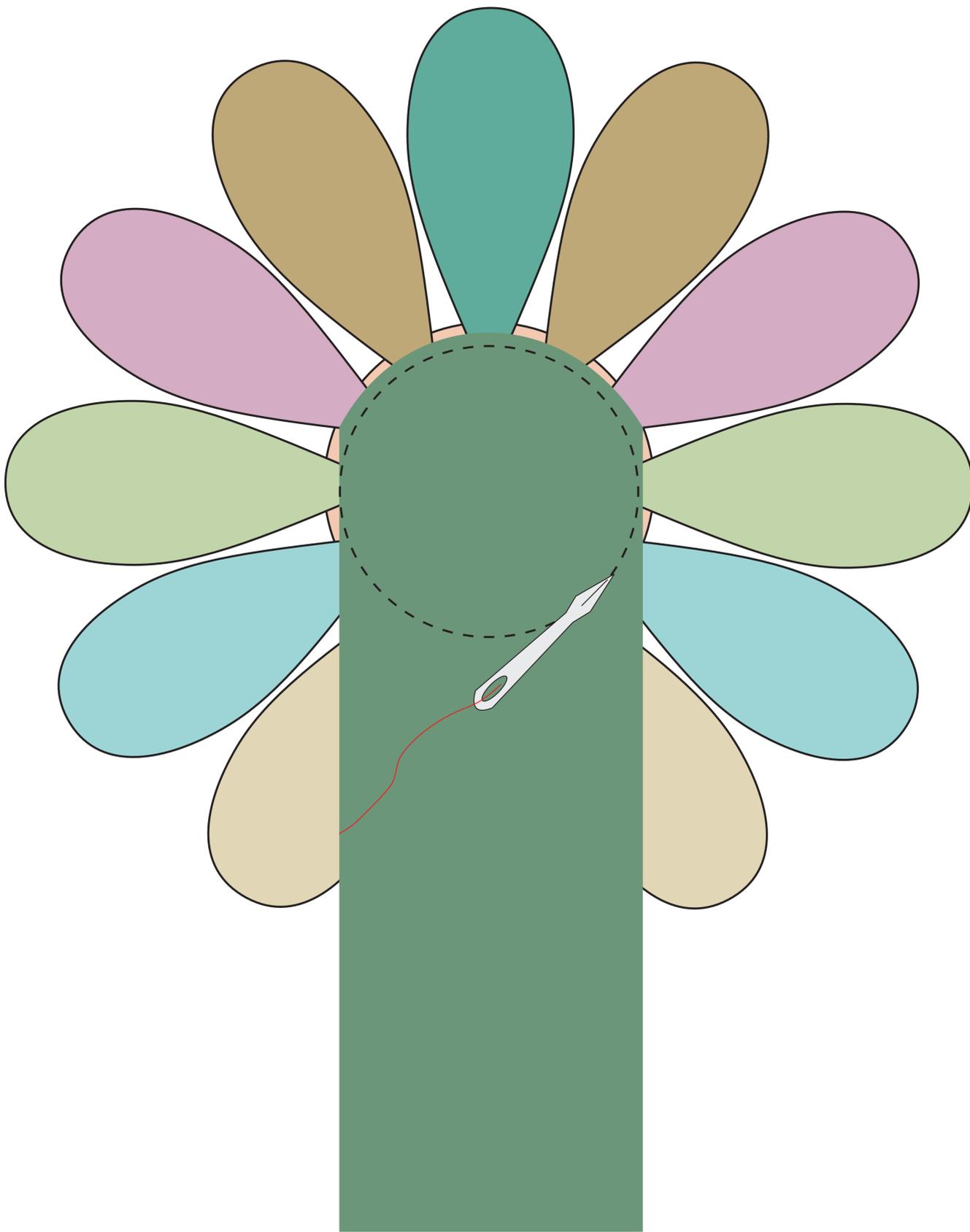
1. Completa según corresponda, dibujando en el rostro la emoción, qué más experimentaste en el encuentro de hoy.



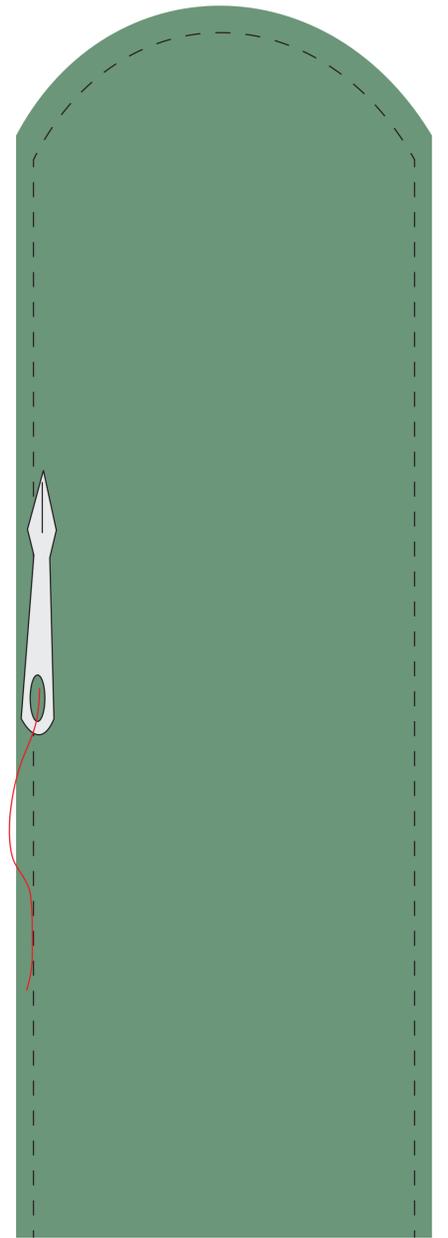
2. Dibuja cómo expresa tu cuerpo:

Alegría	Miedo
Tristeza	Rabia

3. Dibuja cómo te sientes en tu familia



Tallos (Parte1)



Tallos (Parte2)

Instrucciones

1

Cosa el tallo (Parte 1) al centro de la flor con los pétalos ya cosidos con anterioridad.

2

Luego cosa el tallo (Parte 1) con el tallo (Parte2) por donde se indica, teniendo la precaución de no pasar la costura por medio de los pétalos.





4

Dibuja lo que más te llamó la atención del encuentro de hoy.

- Convence a tus familiares de que busquen en tu barrio o localidad grupos de danza, teatro o deportes para que te inscriban. Si no te llaman la atención las anteriores actividades, busca una que sea de tu interés y participa más comprometidamente en ella



3

Pregúntales a las personas con las que vives, cómo cuidan de su cuerpo y de la naturaleza. Dibuja sus respuestas



2

- Comparte con tus familiares el ejercicio de construcción de tu silueta y conversa con ellos y ellas sobre la aceptación de tu cuerpo, a partir del taller realizado.
- Dibuja lo que te expresaron con este ejercicio.



1

Comparte con tus familiares la propuesta de Lila Multicolor; cuéntales sobre las cosas que vas a aprender, sobre los compromisos que adquiriste y sobre tu afiche. Cuando hayas realizado este ejercicio, dibuja a tu familia por el lado blanco del pétalo.



8

Haz un dibujo que represente tu compromiso para que ningún niño o niña de tu salón se sienta como Suyay



7

- Comparte con tus familiares lo aprendido hoy, y practica con ellos y ellas algunas estrategias para manejar sus emociones
- Dibuja tu compromiso para manejar mejor tus emociones



6

Con la ayuda de tus familiares, dibuja la actividad que más te ha gustado de estos talleres y, de ser posible, escribe por qué.



5

En casa, con la ayuda de tus familiares, desarrolla la guía "Expresando mis emociones"



12

Comparte con tus familiares la propuesta de Lila Multicolor, sobre investigar tu realidad, enséñales la lupa, el corazón y tu agenda.

- Solicita la colaboración de tus familiares para hacer el trabajo de observación y desarrollar la misión que recibiste en el encuentro de hoy.



11

Dibuja o escribo cuál es el derecho que para mí es más importante para la convivencia en mi familia.



10

Dibuja lo que harás de ahora en adelante cuando vivas o veas una situación de riesgo para ti o para otros niños y niñas.



9

Resolvamos la sopa de letras que nos entregó Lila Multicolor:

- Analicemos con nuestros familiares, cómo empleamos las palabras escondidas en la sopa de letras en nuestras relaciones cotidianas y lo representamos en un dibujo.





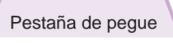
Instrucciones

1 

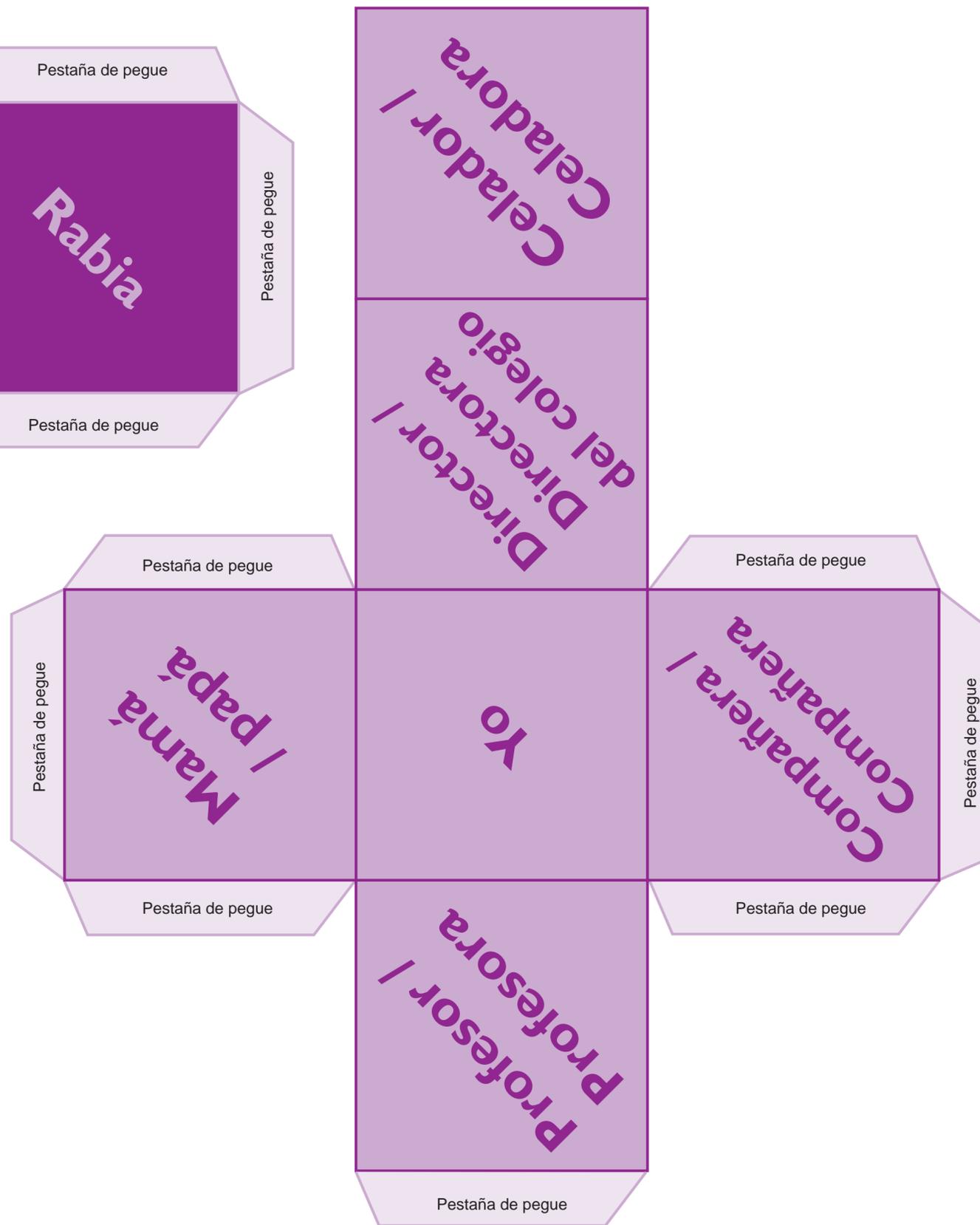
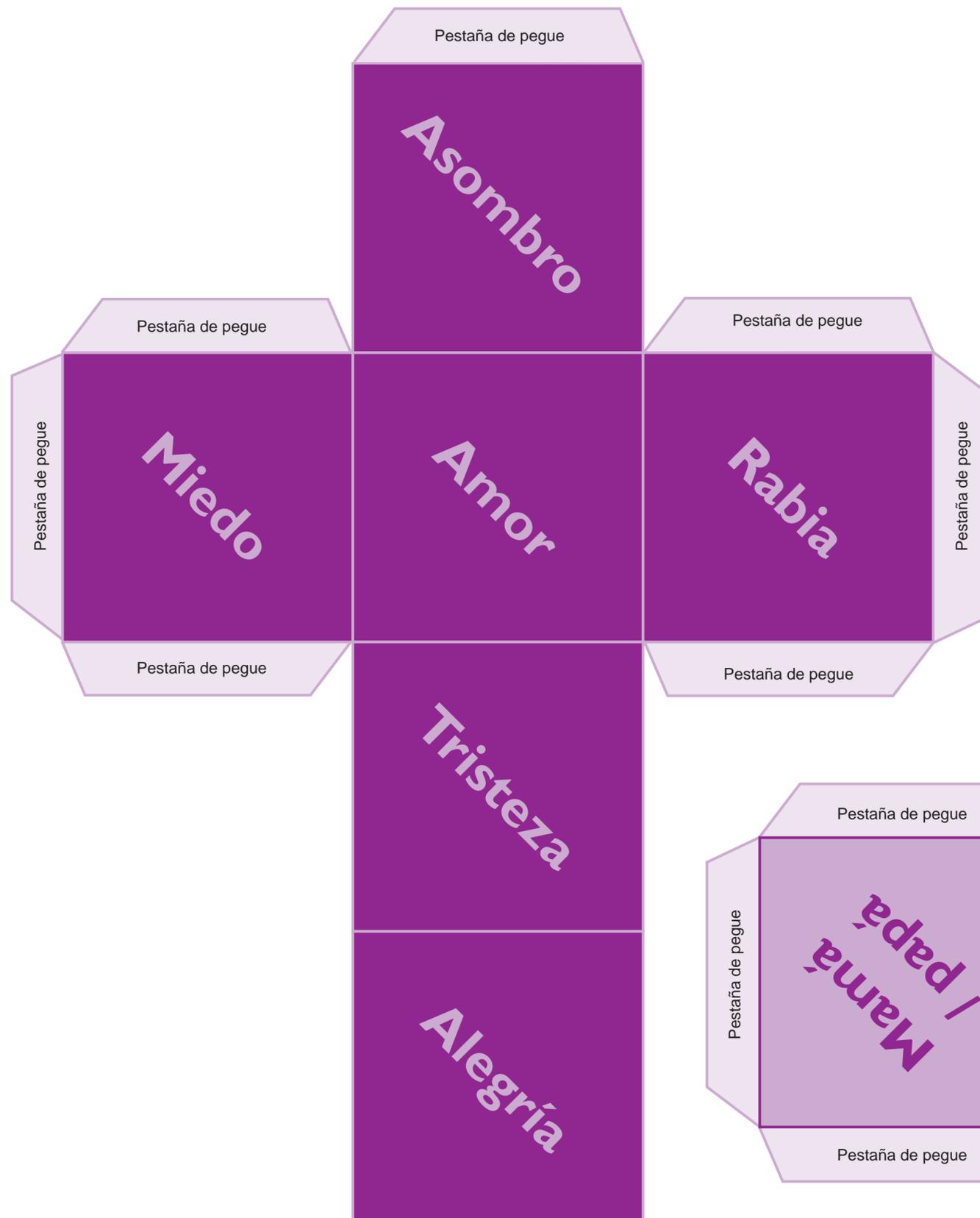
Corte los dados por la línea externa respetando las pestañas de pegue

2 

Pliegue todo los cuerpos de tal manera que se forme un cubo.

3 

Pegue las pestañas con colbón para terminar de armar los dados.





EXPRESANDO MIS EMOCIONES

Mi nombre es: _____

1. Completa según corresponda, dibujando en el rostro la emoción, qué más experimentaste en el encuentro de hoy.



2. Dibuja cómo expresa tu cuerpo:

Alegría	Miedo
Tristeza	Rabia

3. Dibuja cómo te sientes en tu familia



**Él es mi amigo Jacinto, hoy esta alegre ...
¿quieren saber por qué? Porque cuando Jacinto
venía para la escuela, se encontró con un
amigo que hacía mucho tiempo no veía, pues
se había ido a vivir a otro barrio, pero su
familia decidió regresar, y ese reencuentro fue
muy agradable.**



Ahora les presento a Gafi, quien hoy tiene una mirada triste, y esa mirada se debe a que ayer estaba jugando en el colegio y por andar despistada jugando dejó su maleta de útiles escolares en una escalera, y cuando la fue a buscar ya no estaba. Ahora, debe adelantar todos los cuadernos que estaban dentro de la maleta y aceptar el regaño de sus familiares y profesoras.



Ahora les presento a Chamo, quien esta mañana cuando jugaba en el parque, empujó muy duro su columpio y se cayó. Ahora, Chamo se siente muy extraño cuando ve un columpio, pues le tiene miedo...



Y finalmente les presento Miguel, quien en este momento tiene una carita de rabia, pues ha intentado muchas veces hacer un dibujo y no lo ha logrado... Le dio tanta rabia, que cogió las hojas y las rompió y se dijo a sí mismo que después lo intentaría