




www.MiJardinEnCasa.cl

Guía de apoyo técnico para el adulto a cargo de mediar la experiencia de aprendizaje con niños en educación inicial

FECHA	3 de Diciembre del 2020	NIVEL	Todos los niveles
SEMANA	49 de 51	TEMA	Yoga
NOMBRE	<i>Yoga cuento “El monstruo de las emociones”</i>		
ÉNFASIS APRENDIZAJE BIENESTAR	Bienestar	ESTATUS HOGAR IG LIVE G-MEET	IG LIVE

AUTOR	Miss Constanza	EDUCADORA		CO EDUCADORA	
-------	----------------	-----------	--	--------------	--



MATERIALES	<ul style="list-style-type: none"> • Matt o colchoneta de yoga, alfombra o toalla • Ropa cómoda • 6 prendas de colores (amarillo, azul, rojo, negro, verde y morado) pueden ser poleras, gorras, calcetines, una tela, lo que tengan en casa • Una manta. 	ADJUNTOS 	<ul style="list-style-type: none"> • Sin adjuntos
------------	---	--	--

Objetivo Curricular	<ul style="list-style-type: none"> • Manifestar sus preferencias cuando participa o cuando solicita participar, en diversas situaciones cotidianas y juegos. • Desarrollar y ejercitar el control motriz grueso a través de movimientos de yoga.
Salud y Bienestar	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer gradualmente sus emociones que se presentan en diversas situaciones de la vida cotidiana. • Manifestar disposición para regular sus emociones y sentimientos, en función de las necesidades propias, de los demás y de algunos acuerdos para el funcionamiento grupal.
Medio Ambiente	<ul style="list-style-type: none"> • Manifestar interés por explorar diversas herramientas que nos entrega el medio ambiente para nuestra vida, tales como: El aire que nos sirve para respirar.

Descripción de la Experiencia Educativa. <i>(mínimo 30 palabras)</i>	<i>En esta entretenida experiencia de aprendizaje y bienestar recordaremos cada una de nuestras emociones, las cuales representaremos mediante colores y posturas de yoga. Para poder comenzar a obtener herramientas que nos ayuden a reconocer y controlar nuestros diferentes estados logrando resolver pequeños problemas que se nos van presentando a diario.</i>
---	--





Desarrollo de la Experiencia		<p>Comenzaremos la clase con un cariñoso saludo y conversando sobre nuestras emociones y cómo nos hacen sentir.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respiración de la fuerza - Juego mantra: Saludo al sol <p>El monstruo de colores:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Postura de la tortuga 2. Postura de la estrella (prenda amarilla) 3. Postura de la tristeza (prenda azul y manta) 4. Postura del guerrero II (prenda roja) 5. Postura del perro boca abajo (prenda negra) 6. Postura del escondido (prenda negra) 7. Postura de la hoja (prenda verde) 8. Postura del enamorado (prenda morada) <p>Finalmente terminaremos con la canción de la “Intuición”.</p>
		<p>Saludo al sol</p> <p>Canción de la intuición</p>

Preguntas metacognitivas (ponerse en la mente del niño)	<p>Antes: ¿Cómo te sientes hoy? ¿Has sentido alguna emoción como rabia, enojo, alegría, tristeza hoy? ¿Cuándo? ¿Qué podemos hacer para sentirnos mejor cuando estamos enojados o tristes? ¿Para qué nos sirve respirar?</p> <p>Durante: ¿Cómo te sientes cuando estás feliz o alegre? ¿Qué te pone feliz o alegre? ¿Algún juego o alguna canción? ¿Cómo te sientes cuando estás triste? ¿Qué te pone triste? ¿Qué haces para no estar más triste? ¿Cómo te sientes cuando tienes rabia o enojo? ¿Qué hace que te enojas o sientas rabia? ¿Cómo podrías sentirte mejor? ¿Qué sientes cuando tienes miedo? ¿Que te da miedo? ¿Qué haces cuando tienes miedo?</p> <p>Después: ¿Cómo crees que se siente ahora el monstruo que ordena las emociones? ¿Cómo te sientes tú cuando puedes solucionar un problema? ¿Cuál fue tu emoción preferida?</p>
--	--



www.MiJardinEnCasa.cl

--	--

FECHA PUBL	04.12.2020	FECHA CLASE		HORARIO:	
REVISOR	Rosario	FECHA REVISIÓN:	30-11-20	ID	49-116

