



Ficha pedagógica

Primera parte:

Área temática: Competencias ciudadanas y habilidades socio emocionales

Nombre y apellidos del (los) docente (s):

1. Lorena Sanabria Pérez
2. Yudy Andrea Cárdenas Sandoval
3. Carlos Julio Báez Cárdenas

Título de la propuesta pedagógica: “Afrontando el enojo”

Grado al que va dirigido: Cuarto

Introducción

La cooperación y el vínculo con los demás ha sido uno de los ejes fundamentales de la evolución humana (Tomasello, 2013), sin embargo, tanto el cambio de roles sociales, como la complejización de las relaciones entre las personas, ha creado la necesidad de desarrollar y entrenar en competencias ciudadanas y habilidades socioemocionales, con el fin de favorecer y armonizar los esfuerzos que como comunidad o grupo se adelantan.

Justamente, dentro de las acciones que facilitan la interacción con los demás se encuentra el manejo del enojo, por este motivo se diseña este OVA, esperando que se favorezca el reconocimiento emocional y el conocimiento y ejercicio de prácticas saludables para dar curso a las situaciones adversas o conflictivas, esperando que los estudiantes desarrollen herramientas que generen mejores respuestas para el fortalecimiento de la convivencia y el bienestar emocional.

Lineamientos curriculares y orientaciones pedagógicas

El manejo de la rabia está contemplado dentro de los estándares básicos de competencias ciudadanas para los grados cuarto y quinto en el eje de convivencia y paz.

Dentro de estas orientaciones se considera que esta habilidad implica el desarrollo de competencias emocionales; estando también vinculado con competencias como la autorregulación y la toma de decisiones, particularmente con elementos como el reconocimiento de emociones y la responsabilidad.



Objetivos de aprendizaje:

1. Fortalecer el conocimiento de los estudiantes acerca de las estrategias para manejar el enojo
2. Fomentar el reconocimiento de las emociones y su efecto en las relaciones con las demás personas.
3. Favorecer el desarrollo de habilidades socio-emocionales que permitan la práctica de mecanismos de autocontrol del enojo en los estudiantes, a través de la presentación de elementos teóricos y vivenciales apoyados en tecnologías para la información y comunicación.

Recursos Educativos Digitales:

1. Interactivo
2. Infografía
3. Podcast
4. Video

Segunda parte:

Secuencia didáctica:

Es natural que en la interacción entre personas surjan desacuerdos, malos entendidos y conflictos, los cuales pueden verse agudizados si no se gestionan de manera adecuada. En nuestras instituciones educativas es frecuente encontrar agresiones verbales o físicas menores que podrían haberse evitado, si los estudiantes contarán con las herramientas necesarias para manejar su propio enojo y monitorear su estado de ánimo.

Por este motivo, se plantea una estrategia para presentar los conceptos relacionados con el manejo del enojo usando una secuencia didáctica con tres momentos: exploración, estructuración y transferencia.

En la exploración se indagará acerca de las emociones y sus manifestaciones en eventos conflictivos, tomando como ejemplo algunas situaciones vividas por los estudiantes (1 hora); se empezará por establecer si se han visto en situaciones problemáticas con otros, las características de estos problemas y la forma en que les hizo sentir. Se concluirá, verificando la frecuencia de las causas y acciones tomadas frente a los problemas expuestos, así como también, de las emociones presentes; con estos datos, se expondrá que en las relaciones entre personas es esperable que aparezcan conflictos, dadas las diferencias entre los individuos, así como también, que es natural sentirse enojado, triste, dolido o desalentado cuando se enfrentan este tipo de situaciones, por lo que es importante, reconocer estas emociones y manejarlas, antes de poder solucionar los problemas con los demás.



La estructuración, estará subdividida a su vez en tres partes, introducción, presentación de conceptos y práctica. Cada una de estas divisiones estará apoyada en el Objeto Virtual de Aprendizaje.

En la introducción, el OVA mostrará un mensaje en el que se indica “Observa el siguiente video y luego coméntalo con tu docente y compañeros(as)”, en este se presentará información relativa a las características del enojo y sus componentes y se especificará el rol del enojo y su efecto en las respuestas que se ofrecen; una vez han visto el video, la introducción podría complementarse con preguntas como: ¿Cuáles situaciones nos hacen enojar en la escuela? (Pueden plantearse otros contextos) o ¿Qué es lo primero que hacemos cuando nos enojamos? En este punto es importante generar orientaciones acerca de cuáles reacciones podrían generar más complicaciones y cuáles son más favorables para resolver los problemas.

En la presentación de conceptos, se procederá a usar el podcast y la infografía y la instrucción en el OVA dirá: “Puedes repasar lo aprendido hasta el momento escuchando este audio y revisando la siguiente infografía. En estos recursos encontrarás varias estrategias para entender, manejar y expresar el enojo. Léelas y luego cuéntale a tu profe cuál te gustaría practicar”. En la infografía se mostrarán diferentes estrategias para manejar el enojo y se debe permitir el espacio de tiempo para leerla. Con posterioridad, se retomarán algunas de las estrategias y se realizarán ejercicios dirigidos por el docente para practicarlas, por ejemplo, “Ahora todos vamos a contar hasta diez...”.

Para finalizar, en la etapa de práctica, los estudiantes de manera individual podrán usar el siguiente recurso del OVA, en el cual se indicará: “Ahora usa lo que aprendiste”. En este recurso desarrollarán varias actividades (multimedia de selección y cliqueables) que contribuyen a la aplicación de conceptos por parte del estudiante a través de una historia desarrollada por pasos en las que se solicita al niño acompañar las acciones de los personajes presentados, los cuales tienen que resolver un conflicto (2 horas).

En la transferencia se crearán juegos de rol en el aula en donde los estudiantes puedan mostrar la forma en la cual ellos usarían los mecanismos presentados en la estructuración. (2 horas). El docente podría decir “Ahora que ya sabes varias formas para entender, manejar y expresar el enojo, vamos a jugar a ¿qué harías tú si...?”.

Tarea:

Se presentará a los estudiantes la siguiente instrucción: “Con ayuda de tu familia recorta cada una de las siguientes frases y luego pégalas en el bloque con el que creas se relaciona mejor, teniendo en cuenta los tipos de estrategias para afrontar el enojo”

Los resultados de la tabla deberán discutirse en clase, acompañando la socialización con la reflexión acerca de los efectos positivos del control del enojo en la convivencia.

Evaluación:

La evaluación se adelantará a través del desarrollo del momento de la Transferencia, en la que se



hará la presentación de casos usando la técnica de mesa redonda, a los estudiantes de les indicará: “Ahora que ya sabemos varias estrategias para manejar, entender y expresar el enojo, vamos a escuchar las cosas por las que han pasado algunos niños y vamos a aconsejarlos para que puedan sentirse mejor y para que traten de arreglar sus problemas con los demás”

Algunos ejemplos de casos que puedan usarse serían:

“Mi hermano no me deja ver el programa que quiero en la tele y eso me da mucha rabia”

“Un compañero me dijo cosas muy feas en el descanso y tengo muchas ganas de pegarle”

“La profe no me quiso revisar la tarea a mi primero”

Actividades imprimibles:

- Video (Versión PDF): Hablemos del enojo
- Infografía: Estrategias para afrontar el enojo
- Completar historias con estrategias para el afrontamiento del enojo. (Imágenes y texto)
- Tabla tarea: Estrategias para manejar el enojo