

EN LOS ZAPATOS DEL OTRO

HERRAMIENTAS



Prudencia
Empatía



Empatía



Pienso
en los demás.



Indiferencia
Egoísmo

SECUNDARIA/PREPARATORIA

Objetivo

Este mes nos enfocaremos en cultivar la empatía, la habilidad de comprender y sentir lo que otra persona está experimentando. Es esencial que aprendan a reconocer las necesidades de los demás y a entender las emociones. Utilizaremos misiones y videos para ayudarles a identificar estas emociones en diversas situaciones grupales y con sus compañeros. También pondremos énfasis en la importancia de comunicarse de manera asertiva, utilizando el 'mensaje yo', como una herramienta clave en la gestión de conflictos.

CATÁLOGOS

CATÁLOGO GYM CEREBRAL

CONCIENCIA
PLENA MEDIO DÍA

CONCIENCIA PLENA
FINAL DEL DÍA

<https://bit.ly/3PE5aSu>

<https://bit.ly/3LrhDpV>

<https://bit.ly/3Zm1UOO>

SEMANA 1

Aprendizajes esperados

-Esta semana se presentan las herramientas y la misión de la semana, con el objetivo de que se las aprendan y las recuerden toda la semana.

-Identificarán cuál es el antivillano o supervillano del bloque para estar muy atentos y poder crear estrategias de acción que le sean útiles a cada uno para contrarrestarlo.

-Aprenderemos sobre la empatía: qué es, para qué sirve y la podrán aplicar en la práctica.

MISIÓN: TRATO BIEN A LOS DEMÁS

HR PAUSA ACTIVA SUGERIDA LINK OBERVACIONES



INICIO DEL DÍA.
Gym Cerebral:

VIDEO

Hombro cruzado

<https://youtu.be/Oh6VRGh6U6k>

Es video, pero puedes verlo con anticipación y tu ponerles el ejercicio ya en el salón.



DESPUÉS DEL RECESO.
Conciencia plena:

AUDIO

Me estiro

<https://bit.ly/2NAkh1x>

Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento. Ser conciente del cuerpo.



FINAL DEL DÍA.
Conciencia plena:

AUDIO

Manejo del enojo y frustración.
/Misión "Pienso antes de actuar"

<https://youtu.be/IV2GZ4TNMG0>

Meditación para respirar y ser concientes de sí mismo.

EJERCICIO DE LA SEMANA

VIDEO

En loz zapatos del otro

<https://youtu.be/fdyzrmKwBFU>

Ver el video y realizar la dinamica.



RECURSO IMPRIMIBLE

LIBRO

EN LOS ZAPATOS DEL OTRO (LIBRO)

<https://bit.ly/3UQDJYy>

Para ser proyectado en el salón.

TAREA

LIBRO

CAMPAÑAS

Traer materiales necesarios para poder realizar las campañas durante la siguiente semana. Deden de ponerse de acuerdo si querran hacer un experimento social, obra de teatro, skeatch o difusión por carteles.

SEMANA 2.

Aprendizajes esperados

- Esta semana se recuerdan las herramientas y la misión de la semana, con el objetivo de que se las aprendan y practiquen toda la semana.
- Trabajarán con las campañas para continuar con esta labor de promover CUENTA CONMIGO/EMPATÍA; que se sientan parte de un ambiente positivo y amoroso.
- Administrar el tiempo para poder organizar y avanzar lo más posible en su campañas.
- Ser capaces de animarse entre ellos y motivarse para realizar sus actividades. Ver con curiosidad y cariño las emociones de las otras personas, ver sus cirtunstacias y ayudar.

MISIÓN: CERO CRÍTICA

HR	PAUSA ACTIVA	SUGERIDA	LINK	OBERVACIONES	
	INICIO DEL DÍA. Gym Cerebral:	AUDIO	Espejo	https://bit.ly/3GpErIk	Ponen la música que elijan, uno del salón pondrá diferentes movimientos y los demás intentarán seguirlo como su espejo.
	DESPUÉS DEL RECESO. Conciencia plena:	AUDIO	Los sonidos	https://bit.ly/3u4PL3g	Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento. Identifico sonidos.
	FINAL DEL DÍA. Conciencia plena:	AUDIO	Me concentro y MISIÓN: "Respeto la opinion de los demás"	https://bit.ly/3SqLQ9S	Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento.
	RECURSO IMPRIMIBLE	PDF	Campañas	https://bit.ly/3wvjaXz	Algunas sugerencias de exprientos que pueden realizar durante esta semana. Son para que las adapten, pueden generar sus propios experimentos o crear su autentica obra de teatro.
	EJERCICIO DE LA SEMANA	VIDEO	Campañas	https://youtu.be/-odYh5DIPcQ	Ver el vidoe y realizar las campañas.
	RECURSO IMPRIMIBLE	LIBRO	EN LOS ZAPATOS DEL OTRO (LIBRO)	https://bit.ly/3UQDJYy	Para ser proyectado en el salón.

SEMANA 3

Aprendizajes esperados

-Esta semana se recuerdan las herramientas y la misión de la semana, con el objetivo de que se las aprendan y practiquen toda la semana.

-Visualizar cómo la empatía ayuda a la solución de las problemáticas.

-Ser capaces de reconocer sus emociones, saber cuál es su conducta ante circunstancias desafiantes y poder encontrar una solución para el problema.

MISIÓN: ME PONGO EN LOS ZAPATOS DEL OTRO, ANTES DE JUZGAR

HR	PAUSA ACTIVA	SUGERIDA	LINK	OBERVACIONES
	INICIO DEL DÍA. Gym Cerebral:	AUDIO	Equilibrio https://youtu.be/AafcEP3qjnM	Es en formato de video. Puedes ver el video con anticipación para poder tu darles las instrucciones. Se trata de ponerse de puntitas y estirarse hacia el techo sin perder el equilibrio.
	DESPUÉS DEL RECESO. Conciencia plena:	AUDIO	Respira A y S https://bit.ly/3aZYb01	Meditación para respirar y ser concientes de sí mismo.
	FINAL DEL DÍA. Conciencia plena:	AUDIO	¿Qué me perdono? https://bit.ly/3nPpGQs	Meditación para respirar y ser concientes de sí mismo.
	EJERCICIO DE LA SEMANA	VIDEO	Experiemnto social https://youtu.be/Hm57RdLXSV4	Ver el video, realizar la dinamica. Se necesitan 20 pelota o bolas de papel pueden ser pqueñas.
	RECURSO IMPRIMIBLE	LIBRO	EN LOS ZAPATOS DEL OTRO (LIBRO) https://bit.ly/3UQDJYy	Para ser proyectado en el salón.

SEMANA 4

Aprendizajes esperados

- Esta semana se recuerdan las herramientas y la misión de la semana, con el objetivo de que se las aprendan y practiquen toda la semana.

-Poedr visualizar sus emociones y los actos que ayudan a empatizar.

-Poder ofrecer la ayuda a un amigo/compañero/conocido que lo necesite.

MISIÓN: PERDONO A ALGUIEN QUE ME HA HECHO DAÑO

	PAUSA ACTIVA	SUGERIDA	LINK	OBERVACIONES
	INICIO DEL DÍA. Gym Cerebral:	VIDEO	Rodilla, tobillo https://youtu.be/8Cy2C06C_c4	Es video, pero puedes verlo con anticipación y tu ponerles el ejercicio ya en el salón.
	DESPUÉS DEL RECESO. Conciencia plena:	AUDIO	Imagina Agua https://bit.ly/3roetYh	Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento. Mi cuerpo es agua.
	FINAL DEL DÍA. Conciencia plena:	VIDEO	Hablo bien de los demás. https://bit.ly/3LHysMj	Realizar una conciencia sobre lo que decimo hacia los demas y hacia uno mismo.
	EJERCICIO DE LA SEMANA	VIDEO	Las palabras https://youtu.be/aNtOaKO8jIU	Ver el video, realizar la dinamica e ir contestando las preguntas del libro pagina 44.
	RECURSO IMPRIMIBLE	LIBRO	EN LOS ZAPATOS DEL OTRO (LIBRO) https://bit.ly/3UQDJYy	Para ser proyectado en el salón.