



FICHA DE ACTIVIDAD RECOME 2.0









ID de ficha: RECME23_AES_A_005

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	PARTICIPANTES A PARTIR DE ...	GRUPO DE PARTICIPANTES	
Gallitos emocionales	A partir de 6 años	5	20

DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD	ESPACIO	
30 minutos	FISICO <input checked="" type="checkbox"/>	VIRTUAL <input type="checkbox"/>
	ABIERTO <input checked="" type="checkbox"/>	CERRADO <input checked="" type="checkbox"/>

MODO DE PARTICIPACIÓN	TIPO DE ACTIVIDAD	NIVEL DE ACTIVIDAD	COSTO
Choose an item.	Choose an item.	Choose an item.	Choose an item.

ETIQUETAS SUGERIDAS (Progresión, Vida de grupo, Especialidades, Competencias, IDS, ODS, VAL, Marco Simbólico, etc.)

TEMAS TRANSVERSALES							
PAZ	DIVERSIDAD	GENERO	RESILIENCIA	VOLUNTARIADO	CUIDADO AMBIENTAL	DERECHOS HUMANOS	ECONOMIA
							
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

REQUERIMIENTOS PREVIOS

Se recomienda conocer el concepto de enojo y tristeza.

LA ACTIVIDAD CONTRIBUYE A DESARROLLAR		
CONOCIMIENTOS Inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer las emociones propias y las de las otras personas, así como autorregularlas. Haga clic aquí para escribir texto. Haga clic aquí para escribir texto. Haga clic aquí para escribir texto.	HABILIDADES Capacidad de escucha Entendimiento Compartir una idea Autorregulación Reconocimiento de sentimientos	ACTITUDES Sensibilidad Tolerancia Iniciativa Empatía





FICHA DE ACTIVIDAD RECME 2.0

LO QUE NECESITO PARA LA ACTIVIDAD

MATERIALES	RECURSOS
Materiales: <ul style="list-style-type: none"> • Globos, los necesarios para todos los integrantes del grupo • Hojas recicladas cortadas en ocho partes • Hilo o estambre 	

MEDIDAS DE SEGURIDAD

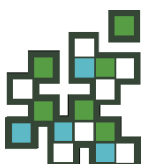
Haga clic aquí para escribir texto.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD (PASO A PASO)

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD (PASO A PASO)	DURACION
<p>En círculo, cada integrante deberá tener un cuadrado de papel reciclado y escribirá en él alguna situación, cosa o acción que le cause enojo, tristeza o miedo. Quien facilite hará lo mismo y lo compartirá para motivar la participación. Deberá respetarse si alguien no desea compartirlo. Colocarán su papelito en su globo, lo inflarán y lo anudarán. Apoyar quien se le dificulte. Con un pedazo de hilo o estambre deberán amarrar el globo a su tobillo. Hacer una breve metáfora sobre la relación que guardan los globos con las tristezas, enojos o miedos que llevan dentro y que entre todas y todos ayudaremos a enfrentarlo rompiendo su globo jugando a los gallitos. El juego consiste en pisar el globo de quienes participan, evitando que pisen el suyo. El juego inicia con tres aplausos. Se romperá el globo de la o el participante que haya quedado al final.</p>	20 minutos

CIERRE DE LA ACTIVIDAD (PASO A PASO)

CIERRE DE LA ACTIVIDAD (PASO A PASO)	DURACION
<p><i>Para pensar/nos y para sentir/nos</i></p> <p><i>Reunir al grupo en un círculo y reflexionar sobre las emociones (enojo, tristeza y miedo). Deberá recordarse que no hay emociones malas, que todas tienen una función para guiarnos por la vida, por lo que se recomienda reconocerlas y autorregularlas y no evitarlas, por ejemplo: El enojo nos dota de energía para movilizar el cuerpo para reacciones de autodefensa o ataque para solucionar de forma activa algún problema.</i></p> <p><i>La tristeza disminuye la energía y entusiasmo para regresar a un nuevo comienzo.</i></p> <p><i>El miedo previene o alerta ante un peligro.</i></p>	10 minutos





FICHA DE ACTIVIDAD RECME 2.0

VARIABLES

Haga clic aquí para escribir texto.

POSIBILIDAD DE COMPLEMENTAR CON OTRAS SECCIONES

Haga clic aquí para escribir texto.

PARA EXPLORAR

Haga clic aquí para escribir texto.

EVALUACION

Haga clic aquí para escribir texto.

INFORMACION ADICIONAL

AUTOR	PROVINCIA	FECHA DE ELABORACION
Colección Educativa	NACIONAL	22 de mayo de 2023