

"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

TEMA:

**“EXPRESO MIS EMOCIONES A
TRAVÉS DE MI CUERPO”**

**PRESENTADO POR LA BACHILLER:
Lesly Fiorella Lanazca Condori**

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Educación Inicial

ASESORA: Mg. Sulluchuco Crispin Alberta Yuli

Miembros del jurado:

Presidente : Dr. LUIS ALBERTO POMA LAGOS
Jurado : Mg. ELIANA GINA MORALES RAMOS
Jurado : Mg. ELIZABETH GUTIÉRREZ REYES
Jurado : Mg. GABRIELA POMA REYES

Huancayo-Perú

2021

AGRADECIMIENTO

A Dios por ser la fuente de inspiración y guía durante mi crecimiento profesional

A mis familiares, quienes mediante su apoyo desinteresado supieron dirigirme hasta culminar mi carrera y ser una profesional exitosa.

A mis maestros quienes, mediante su enseñanza formaron en mí una profesional de calidad.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTO.....	1
ÍNDICE.....	2
RESUMEN.....	4
ASTRAC.....	5
I. DATOS INFORMATIVOS.....	6
II. DATOS CURRICULATRES.....	6
III. SELECCIÓN DE COMPETENCIAS, CAPACIDADES, CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y DESEMPEÑOS.....	7
IV. SECUENCIA DIDACTICA.....	8
V. WEBGRAFÍA.....	13
CONCLUSIONES.....	14
HOJA DE INFORMACIÓN CIENTÍFICA.....	15
ANEXO 1.....	20
ANEXO 2.....	21
ANEXO 3.....	22
ANEXO 4.....	23
ANEXO 5.....	24
ANEXO 6.....	24
ANEXO 7.....	25
ANEXO 8.....	26
ANEXO 9.....	27

ANEXO 10.....28

RESUMEN

La sesión de aprendizaje tuvo como objetivo desarrollar las competencias, capacidades, conocimientos, actitudes y desempeños, precisados en el cuadro de la página 6, en los niños de 4 años de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús N°465-Huancayo. La sesión corresponde al área de Personal Social, cuyo tema lleva por título “Expreso mis emociones a través de mi cuerpo”, en cuanto a la estructura de la sesión se desarrolló en base a los procesos didácticos propios del área, que son problematización, análisis de información y toma de decisiones. Asimismo con referencia a los procesos pedagógicos, para la motivación se empleó una canción, para la exploración de saberes previos, se utilizó la técnica de lluvia de ideas, para generar el conflicto cognitivo se usó las interrogantes, para la construcción del aprendizaje, se aplicó la presentación de lámina, y siluetas con la expresión de las emociones, para la evaluación se hizo uso de la lista de cotejo y la rúbrica por desempeños, para la metacognición se empleó el cuestionario y para la extensión se utilizó el diálogo. De acuerdo a los instrumentos de evaluación se concluye que los estudiantes de la institución ya mencionada logran expresar sus emociones a través de su cuerpo, comprometiéndose a la vez de expresar sus emociones con libertad y respeto hacia los demás, reconocer las emociones en los demás y mostrar simpatía tratando de ayudar a los demás durante su proceso emocional.

Palabras clave: Emoción, expresión, cuerpo, miedo, enojo, alegría, tristeza.

ABSTRAC

The learning session aimed to develop the skills, abilities, knowledge, attitudes and performances, specified in the table on page 6, in the 4-year-old children on the Sagrado Corazón de Jesús Educational Institution N°. 465-Huancayo. The session corresponds to the area of Social Personnel, whose theme is entitled "I express my emotions through my body", in terms of the structure of the session, it was developed based on the didactic processes of the area, and which are problematization, analysis information and decision making. Likewise, with reference to the pedagogical processes, for the motivation a song was used, for the exploration of previous knowledge, the brainstorming technique was used, to generate the cognitive conflict the questions were used, for the construction of learning, it was applied the presentation of sheet, and silhouettes with the expression of emotions, for the evaluations, the checklist and the performance rubric were used, for the metacognition the questionnaire was used and for the extension the dialogue was used. According to the evaluation instruments, it is concluded that the students of the aforementioned institution manage to express their emotions through their bodies, committing themselves to express their emotions with freedom and respect towards others, recognize emotions in others and show sympathy by trying to help others during their emotional process.

Keywords: Emotion, expression, body, fear, anger, happiness, sadness.

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS INFORMATIVOS:

1.1. Institución Educativa	:	“Sagrado Corazón de Jesús” N° 465
1.2. Lugar	:	Huancayo - Junín
1.3. Nivel Educativo	:	Educación Inicial
1.4. Ciclo	:	II
1.5. Grado	:	04 años
1.6. Promedio de Edad	:	04 años
1.7. Número de Estudiantes	:	12
1.8. Tiempo	:	45 minutos
1.9. Fecha	:	05/01/2022
1.10. Bachiller	:	Lesly Fiorella Lanazca Condori

II. DATOS CURRICULARES:

2.1. Tema	:	¡Expreso mis emociones a través de mí Cuerpo!
2.2. Área Curricular	:	Personal Social
2.3. Estrategias Didácticas	:	

PROCESOS PEGAGÓGICOS	TÉCNICAS Y/O ESTRATÉGIAS
Motivación	Canción “Cantando con Tomasa-Las emociones”
Exploración de saberes previos	Lluvia de ideas
Generar el conflicto cognitivo	Interrogantes
Construcción del aprendizaje	Presentación de láminas, y siluetas con la expresión de las emociones.
Evaluación	Lista de cotejo y Rúbrica por desempeño
Meta cognición	Cuestionario
Extensión	Diálogo

SELECCIÓN DE COMPETENCIA, CAPACIDADES, CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y DESEMPEÑOS

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO	CONOCIMIENTO	ACTITUDES	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
<p>Construye su Identidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Autorregula sus emociones. ▪ Se valora a sí mismo. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Expresa sus emociones; utiliza palabras, gestos y movimientos corporales. Reconoce las emociones en los demás, y muestra su simpatía o trata de ayudar. 	<p>Expresamos nuestras emociones: Alegría, Tristeza, Enojo y Miedo; a través de nuestro cuerpo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se solidariza con quienes atraviesan emociones, producto de situaciones difíciles. ▪ Se identifica afectivamente con los sentimientos de los demás, de tal manera que apoya y comprende sus circunstancias. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lista de cotejo ▪ Rúbrica por desempeño

IV. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOMENTOS O ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS	ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES	MEDIOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS	TIEMPO
I N I C I O	<p>➤ La docente da la bienvenida a los niños y niñas con cordialidad, y les recuerda las normas de convivencia para el desarrollo de las actividades.</p> <p>MOTIVACIÓN</p> <p>➤ Se inicia la sesión con una canción “Cantando con Tomasa-Las emociones”.</p> <p style="text-align: center;">ANEXO N° 01</p> <p>➤ Dentro de una caja sorpresa estarán las siluetas de niños y niñas expresando diferentes emociones.</p> <p>➤ La docente presenta a un títere llamado Tomasa, quien enseñará a los niños y niñas a entonar una canción acerca de las emociones, en cada mención ira mostrando las siluetas.</p> <p style="text-align: center;">ANEXO N° 02</p> <p>EXPLORACIÓN DE LOS SABERES PREVIOS</p> <p>Se explora los saberes previos que tienen los niños y niñas a través de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Les gustó la canción? ✓ ¿De qué se trata la canción? ✓ ¿Qué nos mostraba el títere Tomasa mientras iba cantando? 	<p>*Títere</p> <p>*Caja sorpresa</p> <p>*Siluetas</p> <p>*Radio</p> <p>*USB</p>	10´

	<p>✓ ¿Cuántas siluetas nos mostró el títere Tomasa?</p> <p>CONFLICTO COGNITIVO</p> <p>Para generar el conflicto cognitivo, se realiza las siguientes preguntas:</p> <p>✓ ¿Cuáles son las emociones?</p> <p>✓ ¿Son importantes las emociones? ¿Por qué?</p> <p>PROPÓSITO DE LA CLASE:</p> <p>“Hoy expresaremos nuestras emociones a través de nuestro cuerpo”</p> <p style="text-align: center;">ANEXO N° 03</p>	*Cartel	
<p style="text-align: center;">D E S A R R O L L O</p>	<p>GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO DE LOS APRENDIZAJES:</p> <p>Problematización</p> <p>➤ Presentamos cuatro láminas con dibujos de variados contextos: cementerio, fiesta de cumpleaños, habitación y la casa del terror.</p> <p>✓ ¿Qué observan en estas láminas?</p> <p>✓ ¿Podemos añadirle algún personaje?</p> <p>✓ ¿Habrá un personaje apropiado para cada lámina?</p> <p style="text-align: center;">ANEXO N° 04</p> <p>Análisis de la información</p>	<p>*Láminas</p> <p>*Limpiatipo</p>	<p style="text-align: center;">20´</p>

	<p>➤ Los niños y niñas junto a la docente revisan las siluetas de los personajes, que están en la caja sorpresa, y los colocan en la lámina correspondiente.</p> <p style="text-align: center;">ANEXO N° 05</p> <p>➤ Después de observar las láminas con cada personaje apropiado y dialogar entre sí, la docente explica cada una de las emociones.</p> <p style="text-align: center;">ANEXO N° 06</p> <p>➤ La docente muestra un dado cuyas caras están decoradas con dibujos de las emociones, asimismo entrega el dado a cada niño y niña para que lo lancen y a su vez nombren e imiten la emoción que les tocó.</p> <p style="text-align: center;">ANEXO N° 07</p> <p>➤ Dialogan acerca de la importancia de respetar la emoción que expresa cada persona.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Qué debemos hacer cuando una persona esté triste? ✓ ¿Qué debemos hacer cuando una persona esté enojada? <p>Acuerdos y toma de decisiones</p> <p>➤ La docente reparte por equipos de trabajo un papelote con caritas expresando emociones de alegría, enojo, miedo y tristeza, de igual manera</p>	<p>*Siluetas</p> <p>*Siluetas</p> <p>*Dado</p> <p>*Papelotes</p> <p>*Siluetas</p> <p>*Masking</p>	
--	---	---	--

	<p>entrega siluetas de personas expresando sus emociones a través de su cuerpo, para que los niños y las niñas peguen cada silueta en la carita con la emoción correspondiente.</p> <p style="text-align: center;">ANEXO N°08</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Proporcionamos a los niños y niñas hojas bond e indicamos que se dibujen expresando una de las emociones y comenten con sus propias palabras. ➤ Se concluye la actividad con un diálogo donde los niños y niñas se comprometen a: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Expresar sus emociones con libertad y respeto hacia los demás. ✓ Reconocer las emociones en los demás ✓ Mostrar simpatía y tratar de ayudar a los demás durante su proceso emocional. 	*Hojas bond	
<p style="text-align: center;">C I E R R E</p>	<p>EVALUACIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Para evaluar a los niños y niñas se aplica la lista de cotejo y una rúbrica por desempeño. <p style="text-align: center;">ANEXO N° 09 Y N° 10</p> <p>METACOGNICIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Platicamos sobre lo trabajado en la actividad y cómo se sintieron. <ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Les gustó lo que aprendimos hoy? 	*Hoja impresa *Lápiz *Ficha de observación *Lista de cotejo	15'

	<ul style="list-style-type: none">✓ ¿Qué aprendimos hoy?✓ ¿Cómo lo aprendimos?✓ ¿Para qué nos servirá lo aprendido?✓ ¿Cómo se sintieron?✓ ¿En qué tuvieron dificultad? <p>ACTIVIDAD DE EXTENSIÓN</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Conversamos con nuestros padres sobre la actividad realizada en el aula.		
--	---	--	--

V. WEBGRAFÍA:

PARA EL ESTUDIANTE:

- <https://www.youtube.com/watch?v=tqV8bf7OXJA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=qBZSIGo4N1k>
- <http://www.clubpequeslectores.com/2015/06/trabajando-las-emociones-recursos-educativos.html>
- https://www.youtube.com/watch?v=l_VIPnjRS-8

PARA EL DOCENTE:

- <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/programa-curricular-educacion-inicial.pdf>
- <http://sauce.pntic.mec.es/falcon/emociones.pdf>
- <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/91159/BUCETA%20MARTIN%2C%20RAQUEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- <https://www.redalyc.org/pdf/5177/517751763003.pdf>

Huancayo, 05 de enero de 2022



Lesly Fiorella Lanazca Condori
Bachiller

CONCLUSIONES

- Los niños y niñas de 4 años de la institución educativa Sagrado Corazón de Jesús N°465-Huancayo logran expresar sus emociones a través de su cuerpo.

- Los niños y niñas de 4 años de la institución educativa Sagrado Corazón de Jesús N°465-Huancayo logran expresar la emoción del enojo a través de su cuerpo.

- Los niños y niñas de 4 años de la institución educativa Sagrado Corazón de Jesús N°465-Huancayo logran expresar la emoción de la alegría a través de su cuerpo.

- Los niños y niñas de 4 años de la institución educativa Sagrado Corazón de Jesús N°465-Huancayo logran expresar la emoción del miedo a través de su cuerpo.

- Los niños y niñas de 4 años de la institución educativa Sagrado Corazón de Jesús N°465-Huancayo logran expresar la emoción de la tristeza a través de su cuerpo.

HOJA DE INFORMACIÓN CIENTÍFICA

LAS EMOCIONES

CONCEPTO

Una emoción es un proceso que se activa cuando el organismo detecta algún peligro, amenaza o desequilibrio con el fin de poner en marcha los recursos a su alcance para controlar la situación (Fernández-Abascal y Palmero, 1999). Por lo tanto, las emociones son mecanismos que nos ayudan a reaccionar con rapidez ante acontecimientos inesperados que funcionan de manera automática, son impulsos para actuar. Cada emoción prepara el organismo para una clase distinta de respuesta; por ejemplo, el miedo provoca un aumento del latido cardiaco que hace que llegue más sangre a los músculos favoreciendo la respuesta de la huida.

Cada persona experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias anteriores, su aprendizaje y de la situación concreta. Algunas de las reacciones fisiológicas y comportamentales que desencadenan las emociones son innatas, mientras otras pueden adquirirse. Unas se aprenden por experiencia directa, como el miedo o la ira, pero la mayoría de las veces se aprende por observación de las personas de nuestro entorno, de ahí la importancia de los padres y los profesores como modelo ante sus hijos y alumnos.

TIPOS DE EMOCIONES

Las emociones pueden clasificarse de diferente manera, suelen diferenciarse:

- **Primarias:** También llamadas básicas, puras o elementales, según las acciones que despliegan pueden ser saludables o adaptativas, por otro lado pueden ser perjudiciales o desadaptativas cuando por aprendizaje previo perduran mucho tiempo, aun sin existir la causa que las produjo. Aquí se encuentran cuatro, (están

pueden variar de acuerdo al autor, tanto en terminología como cantidad): Alegría, enojo, miedo y tristeza.

- **Secundarias:** Son producto de la combinación de las primarias, también llamadas sociales, aquí se halla la culpa, vergüenza, satisfacción, celos, aceptación, resignación, placer, etc.

LAS EMOCIONES BÁSICAS

- **Miedo:** Anticipación de una amenaza o peligro (real o imaginario) que produce ansiedad, incertidumbre, inseguridad.

*El miedo necesario ya que nos sirve para adaptarnos de un peligro y actuar con precaución.



- **Enojo:** Rabia, ira que aparece cuando las cosas no salen como queremos o nos sentimos amenazados por algo o alguien.

*Es adaptativo cuando impulsa a hacer algo para resolver un problema o cambiar una situación difícil. Puede conllevar riesgos de inadaptación cuando se expresa de manera inadecuada.



- **Alegría:** Sensación de bienestar y de seguridad que sentimos cuando conseguimos algún deseo o vemos cumplida alguna ilusión.

*Nos induce hacia la reproducción (deseamos la reproducción aquel suceso que nos hace sentir bien).



- **Tristeza:** Pena, soledad, pesimismo ante pérdida de algo importante o cuando nos han decepcionado.

*La función de la tristeza es la de pedir ayuda. Nos motiva hacia una nueva reintegración personal.



LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA FAMILIA Y LA ESCUELA

- El estudio de las emociones ha adquirido un importante desarrollo tanto en el ámbito de la psicología como en el educativo; hasta tal punto esto es una realidad que, en los Estados Unidos se ha propuesto como objetivo educativo indispensable el aprendizaje de habilidades emocionales que aseguren un desarrollo saludable en la adolescencia. Dichos programas, con una importante trayectoria, han conseguido resultados prometedores en aspectos tan importantes como la reducción del consumo del alcohol y tabaco, y menor porcentaje de conductas autodestructivas y antisociales.
- La mayor parte de las conductas se aprenden, sobre todo de los padres, de los profesores y de las personas que rodean al niño. Para conseguir que el niño aprenda a manejar adecuadamente sus emociones es necesario que los padres y profesores cuenten con la suficiente información como para poder regular y controlar sus estados emocionales y facilitar que los niños los aprendan y desarrollen.



ANEXOS

ANEXO N° 01



CANTANDO CON TOMASA-MIS EMOCIONES (CANCIÓN)

Mi corazón es como una casita, muchas emociones guardo en una cajita, hay alegría, enojo, miedo y tranquilidad y la tristeza poco a poco se va.

Si estoy contento //brinco// y aumento

Si yo me enojo, pataleo y me encojo

Si tengo miedo no quiero ni salir a jugar

Me calma la tranquilidad.

Mi corazón es como una casita, muchas emociones guardo en una cajita

Si tú quieres y puedes las vuelves a contar

Tralala, lala.



ANEXO N° 02

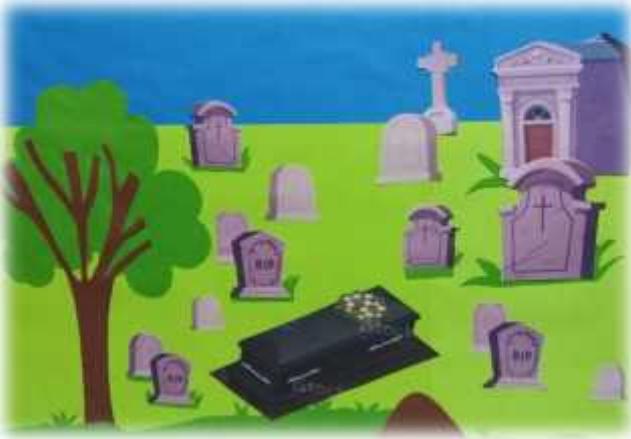


ANEXO N° 03

PROPÓSITO DE LA SESIÓN

"HOY EXPRESAREMOS
NUESTRAS EMOCIONES A
TRAVÉS DE NUESTRO
CUERPO"

ANEXO N° 04



ANEXO N° 05



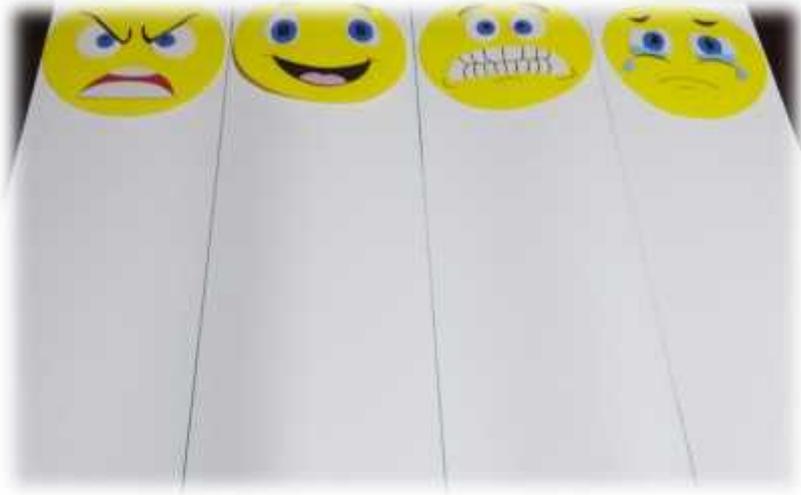
ANEXO N° 06



ANEXO N° 07



ANEXO N° 08



ANEXO N° 09

LISTA DE COTEJO PARA LA EVALUACIÓN DE ACTITUDES

AULA: 4 AÑOS

BACHILLER: LESLY FIORELLA LANAZCA CONDORI

TEMA: ¡Expreso mis emociones a través de mi cuerpo!

FECHA: 05/01/2022

N°	Criterios Apellidos y Nombres	Se solidariza con quienes atraviesan emociones, producto de situaciones difíciles.	Se identifica afectivamente con los sentimientos de los demás, de tal manera que apoya y comprende sus circunstancias.	Nivel de logro	
				SI	NO
01	CASTRO TANTAVILCA, Luana Taiz				
02	CHANCHA CARHUANCHO, Angel				
03	CHANCO TORRES, Joel Kevin				
04	FERIL QUISPE, Celeste Valentina				
05	GUTIERREZ BENITO, Darlyn				
06	HERRERO CASO, Camila Thallana				
07	LIZANO SOLANO, Alisson Brigitte				
08	MENDOZA PEREZ, Miguel Angel				
09	PUMA CUAREZ, Anahis Valentina				
10	QUISPE ELESCANO, Fabricio				
11	RAMOS SUAREZ, Logan Evans				
12	ROMERO IZURRAGA, Rouss				

Huancayo, 05 de enero de 2022



LESLY FIORELLA LANAZCA CONDORI

BACHILLER

ANEXO N° 10

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN-RÚBRICA PARA LA EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO

AULA: 4 AÑOS

BACHILLER: LESLY FIORELLA LANAZCA CONDORI

TEMA: ¡Expreso mis emociones a través de mi cuerpo!

FECHA: 05/01/2022

DESEMPEÑO	¿QUÉ NOS DARÁ EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE?	NOMBRES DE LOS ESTUDIANTES											
		LUANA	ANGEL	JOEL	CELESTE	DARLYN	CAMILA	ALISSON	MIGUEL	ANAHIS	FABRICIO	LOGAN	ROUSS
Expresa sus emociones;	(A) LOGRO El estudiante expresa sus emociones y reconoce las emociones de los demás, mostrando su simpatía o tratando de ayudar.												
utiliza palabras, gestos y movimientos corporales.	(B) LOGRO El estudiante presenta dificultad en algunas ocasiones al expresar sus emociones y reconoce las emociones de los demás, mostrando su simpatía o tratando de ayudar.												
Reconoce las emociones en los demás, y muestra su simpatía o trata de ayudar.	(C) INICIO El estudiante no expresa sus emociones ni reconoce las emociones de los demás, mostrando su simpatía o tratando de ayudar.												

Huancayo, 05 de enero de 2022



LESLY FIORELLA LANAZCA CONDORI

BACHILLER