

**Martes
06
de Octubre**

Segundo de Primaria

Artes

Manifiesto mis emociones

Aprendizaje esperado: Intercambia opiniones, sensaciones y emociones que experimentó al presentar el trabajo artístico frente a público, para hacer una valoración personal.

Énfasis: Reflexiona en torno a lo que aprendió y experimentó emocionalmente durante el proceso del proyecto con el objetivo de hacer una valoración personal de la experiencia.

¿Qué vamos a aprender?

Conocerás una parte importante de ti mismo después de haber concluido el trabajo de construcción, pues le diste forma y movimiento a una canción infantil.

¿Qué hacemos?

En las sesiones anteriores trabajaste de la siguiente forma:

- a) Se eligió una canción.
- b) Exploraste imágenes.
- c) Construiste movimientos.
- d) Analizaste la letra y exploramos otras posibilidades.
- e) Presentaste todo el proyecto.
- f) ¿Cómo lo viviste y qué sentiste?

Algunos de los niños dicen que sienten mucho miedo presentar un trabajo frente a público, pues cree que si se equivoca se burlan de ellos.

Otros dicen que al realizar un proyecto de arte sienten angustia, pues les cuesta trabajo expresar o mover su cuerpo de una forma determinada.

Esa parte de ti que hoy se explorará tiene que ver con dar nuestra opinión, expresar emociones y sensaciones de todo aquello que experimentas al presentar un trabajo frente a un público seleccionado. Identifica qué emoción experimentaste al presentar el trabajo frente al público.

- **Actividad 1: Identificación de las emociones.**

Al presentar un trabajo frente a público puedes experimentar varias emociones como angustia, miedo, vergüenza por ¿Qué van a decir? ¿Cómo lo vas a hacer? entre muchas otras preguntas, pero también puedes experimentar alegría.

No hay emociones buenas ni malas, todas son parte de tu naturaleza, los seres humanos experimentamos diferentes emociones y éstas son formas de comunicar lo que sentimos hacia otras personas o situaciones que vivimos.

Al realizar un trabajo y presentarlo ante un público puede producirse un poco de miedo, pero también alegría si lo que haces te gusta, a muchos les gusta cantar, bailar, hacer teatro, etc. pero también debes saber expresar esas emociones.

- **Actividad 2: Expresar tus emociones.**

Observa el siguiente video.

Aprende a expresar tus emociones.

<https://youtu.be/f3jtXdpiMqw>

Es importante expresar las emociones al realizar el trabajo frente a un público, recuerda que si son emociones positivas exprésalas en el momento, pero si son negativas aléjate un poco respira y después continua.

- **Actividad 3: Lo que los niños dicen.**

En el programa televisivo se presentan varios compañeros con diferentes emociones durante el trabajo frente al público.

Aprende a reconocer cuando estas triste, alegre, enojado, nervioso, etc. cualquiera que sea tu sentimiento también debes aprender a controlarte para no lastimarte tu o a los demás aprende a reconocer lo que sientes.

- **Actividad 4: Autoestima.**

Observa el siguiente video sobre autoestima, en los minutos 1:23 a 2:30, si deseas verlo completo, adelante.

Creciendo juntos - Autoestima (28/09/2019)

<https://youtu.be/cWwVHfidOes>

Es importante saber que sientes y piensas de ti misma (o), que concepto tienes de ti, recuerda que las emociones positivas sirven para elevar tu autoestima.

Para la sesión del miércoles utilizarás un resorte de 2 mts. de largo y 1 cm. de ancho. (presentarlo ya amarrado).

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.