

## Refuerzo escolar 2022

### Leemos para aprender a regular nuestras emociones

Nombre: .....



#### Lo que voy a aprender

**Aprenderé** a identificar información al leer textos sobre las emociones.



Muchas veces, las niñas y los niños nos ponemos tristes y lloramos cuando ocurre algo que no nos gusta. Esto hace que nos molestemos y nos enojemos con las personas que están a nuestro alrededor. Por eso, es necesario que aprendamos a identificar las emociones para poder manejarlas.



#### ¿Cómo lo haré?

	Equipo 1	Equipo 2	Equipo 3	Equipo 4
Lo que voy a aprender	Reconoceré el contenido de la historia a partir del título.	Reconoceré de qué se habla en cada párrafo de la historia.	Reconoceré el inicio, el nudo y el desenlace de la historia.	Lograré relacionar las ideas de la historia y el cartel.
	Anticiparé el contenido de la historia a partir del título y las ilustraciones.	Anticiparé el contenido de la historia a partir del título y las ilustraciones.	Anticiparé el contenido de la historia a partir del título y las ilustraciones.	Anticiparé el contenido de los textos a partir del título y las ilustraciones.
	Reconoceré las emociones de los personajes de la historia.	Reconoceré las emociones de los personajes de la historia.	Reconoceré las características de los personajes de la historia.	Lograré deducir el significado de las palabras usadas en el cartel.

	Opinaré acerca de las actitudes de los personajes y de los hechos ocurridos en la historia.	Identificaré el mensaje de la historia.	Identificaré el mensaje de la historia.	Identificaré el tema y el mensaje de los textos.
		Opinaré acerca de las actitudes de los personajes y de los hechos ocurridos en la historia.	Opinaré acerca del contenido de la historia.	Opinaré acerca del uso de imágenes en el texto.
		Comentaré y explicaré lo que más me gustó de la historia.		Explicaré por qué el autor usó imágenes en la historia.



### Antes de realizar las actividades

#### Reconoce algunas emociones

1. ¿En qué situaciones has tenido estas emociones?



**Colera**



**Tristeza**



**Alegría**



**Miedo**



Según las situaciones, sentimos diversas emociones.

2. ¿Qué haces para manejar algunas de estas emociones?

**Tristeza**

---



---



---



---

**Cólera**

---



---



---



---

## Miedo

-----

-----

-----

-----

## Equipo 1



## Ahora leerás una historia

## Antes de leer

1. **Observa** la historia que vas a leer y **responde**. ¿Cuál es el título de la historia?

-----

2. **Dibuja** y **escribe** el nombre de las emociones que sienten los personajes en la historia "Pablo recibe un regalo".

-----

-----

-----

-----

-----

-----

3. ¿Cómo se siente Pablo al recibir un regalo?

-----

-----

-----

-----



Lee la historia

**Pablo recibe un regalo**

Pablo es un niño que está cumpliendo diez años. Él recibe un regalo y se emociona mucho al ver el carrito que le han traído. Pablo grita y salta de alegría. Su mamá sonriendo le dice: “¡Qué alegría tan desbordante tienes, Pablo!”.

Pablo sale corriendo con su regalo para jugar y tropieza con la mesa de la sala. El florero que estaba en la mesa se cayó y se rompió.

Su mamá se asustó por el ruido y, al ver que el florero de la mesa se había roto, respiró profundamente y le dijo: “No te preocupes, Pablo. La próxima vez debes tener más cuidado”.



Fuente: Experiencia de Aprendizaje 1.º-4.º grado. Aprendo en casa. Ministerio de Educación.

**Marca** con un ✓ para responder las preguntas.

a) ¿Qué emoción siente el personaje de la historia al recibir su regalo?



b) ¿Qué crees que sentía Pablo al ver el florero roto?



c) ¿Qué hizo su mamá para evitar que Pablo se pusiera más triste?



5. ¿Crees que la forma de actuar de su mamá fue adecuada? ¿Por qué?

-----

-----

-----

### ¿Sabías qué...?

Las emociones son formas de sentir o de reaccionar ante diferentes situaciones que se presentan en el día a día. Todas las personas sentimos emociones. Estas no son buenas ni malas, pero debemos aprender a identificarlas para poder expresarlas de manera adecuada.



## Equipo 2



## Ahora leerás una historia

## Antes de leer

1. **Observa** la historia que vas a leer y **responde**. ¿Cuál es el título de la historia?

2. ¿Quiénes son los personajes de la historia?






## Lee la historia

## El cumpleaños de Ana

Ana está de cumpleaños. En casa han preparado un almuerzo para celebrarlo con la familia.

Ana ha bailado y jugado con sus amigas y amigos. Su hermano Juan ha estado cerca de ella durante la reunión, siempre atento a ayudarla.

Al terminar la reunión, su hermano Juan quiso ayudarla a abrir los regalos. Al abrir una de las cajas, el juguete que estaba dentro se cayó al piso. Juan lo recogió rápidamente, pero el juguete ya se había roto.

Ana observó que uno de sus regalos se había malogrado y quiso llorar, pero tuvo que respirar fuerte para no hacerlo, porque no quería que su hermano Juan se pusiera más triste.



Fuente: Elaboración propia



3. **Escribe** de qué se habla en cada uno de los párrafos de la historia.

El cumpleaños de Ana	
Primer párrafo	
Segundo párrafo	
Tercer párrafo	
Cuarto párrafo	

4. ¿Qué emociones tienen los personajes de la historia?



Al inicio de la historia Ana se siente .....

..... porque .....

.....

Al finalizar la fiesta Juan sintió .....

porque .....

.....



5. **Marca** la respuesta. ¿Cuál es el mensaje de la historia?

- a. Debemos saber manejar las emociones.
- b. Debemos ser atentos con nuestros familiares.
- c. Debemos ponernos tristes y enojarnos.
- d. Debemos celebrar los cumpleaños.

6. **Escribe.** ¿A qué parte de la historia corresponden las imágenes?



.....

.....

.....



Blank writing area with three horizontal dashed lines.



Blank writing area with three horizontal dashed lines.

7. ¿Crees que la forma de actuar de Ana fue adecuada? ¿Por qué?



Blank writing area with three horizontal dashed lines and small decorative shapes (diamonds, circles, triangles) scattered across the lines.

8. ¿Qué es lo que más te gustó de la historia? ¿Por qué?

Blank writing area with three horizontal dashed lines and small decorative shapes (diamonds, circles) scattered across the lines.





**Equipo 3**



**Ahora leerás una historia**

**Antes de leer**

1. **Observa** la historia que vas a leer y **responde**. ¿Cuál es el título de la historia?

-----

2. **Escribe** tus ideas. ¿Qué pasará en la historia?

-----  
-----  
-----



-----  
-----  
-----

-----  
-----  
-----



**Lee la historia**

**El cumpleaños de Ana**

Ana está de cumpleaños y está feliz porque su mamá ha invitado a sus amigas y amigos para celebrarlo. Ha decorado la casa con globos y cadenas, le han preparado un rico pastel, y sus amigas, amigos y familiares le han llevado algunos regalos.



Ella se ha divertido mucho, y al terminar la fiesta su hermano Juan quiso ayudarlo a abrir los regalos. Al abrir una de las cajas, el juguete que estaba dentro se cayó al piso. Juan lo recogió rápidamente, pero el juguete ya se había roto.



Ana observó que uno de sus regalos se había malogrado y pensó: "Mi hermano no me quiere". Pensó también en lo mucho que le gustaba ese juguete y se dijo a sí misma: "Ya no me divertiré". Finalmente, se mostró muy molesta y gritó: "¡Estoy muy molesta con mi hermano porque rompió mi juguete favorito!".



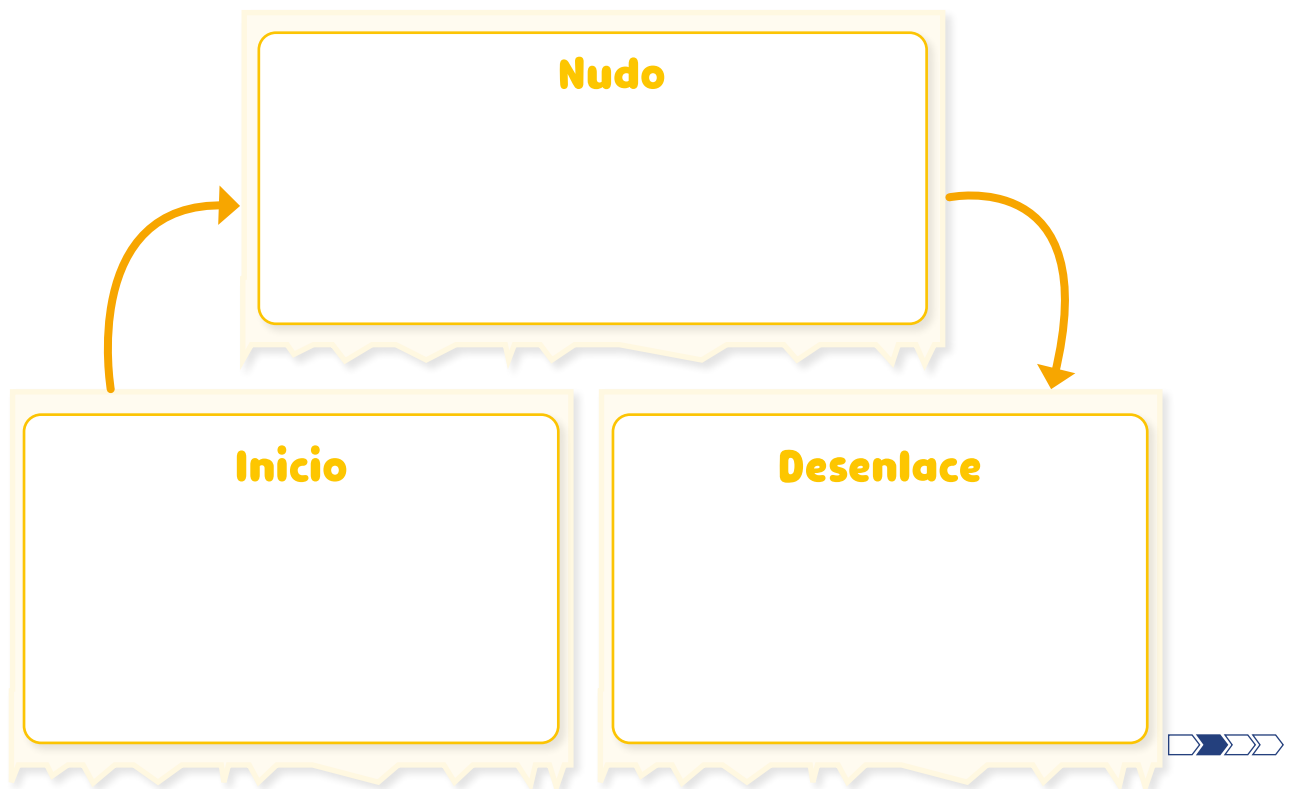
Juan se puso muy triste por la forma en que Ana había reaccionado. La mamá los miró y trató de tranquilizarlos. Les dijo: "Necesitamos calmarnos y relajarnos". Los abrazó y les propuso hacer ejercicios de respiración. Les indicó: "Tomen aire por la nariz (inhalen) y luego eliminen el aire por la boca (exhalen)".



Con estos ejercicios, Ana y Juan se tranquilizaron. Ana le pidió disculpas a su hermano Juan y él le explicó que solo quería ayudar.

Fuente: Elaboración propia

3. **Escribe** las ideas de la historia. ¿Cómo se inicia? ¿Cuál es el nudo? ¿Cómo finaliza?



4. **Escribe** las características que tienen los personajes de la historia. ¿Cómo es Ana y cómo es Juan?



- -----
- -----
- -----



- -----
- -----
- -----

5. ¿Qué sentía Ana al ver su juguete roto?



-----



-----



-----

6. **Copia** la parte de la historia en la que se desarrollan estas ideas.



Toma aire por la nariz (inhala).



Elimina el aire por la boca (exhala).

-----

-----

-----

-----

-----



7. ¿Qué se logra con el ejercicio de inhalar y exhalar?



-----

-----

-----

8. ¿Crees que la forma de actuar de Ana fue adecuada? ¿Qué consejo le darías a Ana?

-----

-----

-----

9. ¿Estás de acuerdo con las imágenes utilizadas en el texto? ¿Por qué?

-----

-----

-----



## Equipo 4

### Antes de leer

1. **Observa** los textos y **escribe** el título de cada uno ellos.

-----

2. De qué tratará cada uno de los textos.

-----  
 -----  
 -----  
 -----  
 -----  
 -----

-----  
 -----  
 -----  
 -----  
 -----  
 -----

### TEXTO 1

#### El cumpleaños de Ana

Ana está de cumpleaños y está feliz porque su mamá ha invitado a sus amigas y amigos para celebrarlo. Ha decorado la casa con globos y cadenas, le han preparado un rico pastel, y sus amigas, amigos y familiares le han llevado algunos regalos.



Ella se ha divertido mucho, y al terminar la fiesta su hermano Juan quiso ayudarle a abrir los regalos. Al abrir una de las cajas, el juguete que estaba dentro se cayó al piso. Juan lo recogió rápidamente, pero el juguete ya se había roto.



Ana observó que uno de sus regalos se había malogrado y pensó: "Mi hermano no me quiere". Pensó también en lo mucho que le gustaba ese juguete y se dijo a sí misma: "Ya no me divertiré". Finalmente, se mostró muy molesta y gritó: "¡Estoy muy molesta con mi hermano porque rompió mi juguete favorito!".





Juan se puso muy triste por la forma en que Ana había reaccionado. La mamá los miró y trató de tranquilizarlos. Les dijo: “Necesitamos calmarnos y relajarnos”. Los abrazó y les propuso hacer ejercicios de respiración. Les indicó: “Tomen aire por la nariz (inhalen) y luego eliminen el aire por la boca (exhalen)”.

Con estos ejercicios, Ana y Juan se tranquilizaron. Ana le pidió disculpas a su hermano Juan y él le explicó que solo quería ayudar.

Fuente: Elaboración propia



## TEXTO 2

### ¿Cómo podemos manejar las emociones?

Muchas veces podemos tener distintas emociones, como ansiedad, miedo, enojo o irritabilidad. Aquí te mostramos algunas formas para poder manejarlas.

1. Estrategia “La flor y la vela”. Veamos en qué consiste:

#### LA FLOR Y LA VELA

1

**Inhala** por la nariz como si olieses una flor y sostén el aire contando hasta 3.



2

**Exhala** lentamente como si soplastes una vela contando hasta 3.



2. Estrategia “Soplar burbujas”

#### SOPLAR BURBUJAS



1

Con ayuda de un familiar, prepara agua con jabón.

2

Sumerge en la mezcla un objeto hueco como un molde para galletas o un aro pequeño de alambre.

3

Luego, sopla hacia arriba varias veces. ¡Saldrán divertidas pompas de jabón!

**¡Anímate! Practica alguna de estas formas para manejar emociones como la cólera y la tristeza.**

Fuente: Experiencia de Aprendizaje 1.º-2.º grado. Aprendo en casa. Ministerio de Educación.

1. Después de leer la historia, **escribe** las características de los personajes.



- -----
- -----
- -----
- -----
- -----

- -----
- -----
- -----
- -----
- -----

2. **Identifica** ideas en cada texto.

	Texto 1: "Ana en su cumpleaños"	Texto 2: "¿Cómo podemos manejar las emociones?"
¿De qué se habla en cada texto?		
¿Qué ideas semejantes se encuentran en ambos textos?		

3. ¿Para qué se habrá elaborado el afiche?

-----

-----

-----

-----




4. En la parte final del afiche se lee la frase: “¡Anímate! Practica alguna de estas formas para manejar emociones como la cólera y la tristeza”.

¿Cuál de las estrategias usaron Ana y Juan para calmarse? ¿En qué consiste esa estrategia?

-----

-----

-----

5. **Dibuja y escribe** una estrategia que podrías usar en tu vida diaria para manejar tus emociones.



6. **Explica** el significado de las siguientes palabras:

<b>Inhala</b>	<b>Exhala</b>
-----	-----
-----	-----
-----	-----
-----	-----

7. **Observa** las imágenes de los textos y **responde**: ¿Con qué parte de la historia se relacionan las siguientes imágenes?




-----

-----

-----





Blank writing area with three horizontal dashed lines for text entry.



Blank writing area with three horizontal dashed lines for text entry.

Blank writing area with three horizontal dashed lines for text entry.



8. ¿Por qué el autor ha utilizado imágenes al escribir la historia?

Blank writing area with three horizontal dashed lines for text entry.

9. ¿Estás de acuerdo con las imágenes utilizadas en el texto? ¿Por qué?

Blank writing area with three horizontal dashed lines for text entry.





**Reflexiona sobre tus aprendizajes.**

**Colorea** los recuadros que indican lo que lograste.

	<b>Equipo 1</b>	<b>Equipo 2</b>	<b>Equipo 3</b>	<b>Equipo 4</b>
<b>Lo que aprendí</b>	Reconocí el contenido de la historia a partir del título.	Reconocí de qué se habla en cada párrafo de la historia.	Reconocí el inicio, el nudo y el desenlace de la historia.	Logré relacionar las ideas de la historia y el cartel.
	Anticipé el contenido de la historia a partir del título y las ilustraciones.	Anticipé el contenido de la historia a partir del título y las ilustraciones.	Anticipé el contenido de la historia a partir del título y las ilustraciones.	Anticipé el contenido de los textos a partir del título y las ilustraciones.
	Reconocí las emociones de los personajes de la historia.	Reconocí las emociones de los personajes de la historia.	Reconocí las características de los personajes de la historia.	Logré deducir el significado de palabras usadas en el cartel.
	Pude opinar acerca de las actitudes de los personajes y de los hechos ocurridos en la historia.	Identifiqué el mensaje de la historia.	Identifiqué el mensaje de la historia.	Identifiqué el tema y el mensaje de los textos.
		Pude opinar acerca de las actitudes de los personajes y de los hechos ocurridos en la historia.	Pude opinar acerca del contenido de la historia.	Pude opinar acerca del uso de imágenes en el texto.
		Pude comentar y explicar lo que más me gustó de la historia.		Pude explicar por qué el autor usó imágenes en la historia.