



El desarrollo de habilidades no cognitivas en niños y jóvenes forma una parte fundamental de su educación integral. Para los estudiantes del primer y segundo ciclo de la Educación Escolar Básica es vital contar con herramientas que les permitan conocerse a sí mismos y descubrir todo su potencial. De esta manera, les será más fácil comprender lo que sucede en su entorno, adaptarse y mejorar sus relaciones con los demás, sobre todo en tiempos tan complejos como los que vivimos hoy en día.

Por tal motivo, Santillana pone a disposición las **fichas Educación socioemocional**, un material educativo que contiene actividades amenas y variadas que ayudarán a los estudiantes a:

- Descubrir sus fortalezas y virtudes.
- Quererse y valorarse tal y como son.
- Manejar sus emociones y actuar de manera acertada.
- Motivarse para alcanzar sus metas.

Propuesta

La propuesta se fundamenta en dos ámbitos:



El **Yo** parte del estudiante, de su necesidad de conocerse a sí mismo e identificar sus propias emociones, para que aprenda a manejarlas adecuadamente. Abarca temas relacionados con el autoconocimiento, la autoestima, el autocontrol y la automotivación.

Estos temas, a su vez, están asociados con el **Yo + los demás**, cuyo objetivo principal es ayudar al estudiante a desenvolverse de manera positiva y productiva en los diferentes entornos (cercaños y lejanos) que le rodean: familia, escuela, comunidad y planeta.



Mi planeta

Mi comunidad



Mi escuela

Mi familia





Cada uno de los temas propuestos se relaciona indistintamente con cada entorno, en todas las situaciones que vive el estudiante. Por ejemplo, el desarrollo de la **Automotivación** es un aspecto vital para que los alumnos puedan alcanzar sus metas escolares, por lo que se integra perfectamente con el entorno **Mi escuela**, pero también es un aspecto que se puede relacionar con el logro de avances y mejoras del barrio en el que viven, por lo que calza perfectamente con el entorno **Mi comunidad**.



Trabajo docente

Se invita a los docentes a trabajar un tema y luego proponer a los estudiantes que realicen una tarea en la que integren el tema visto con alguno de los entornos propuestos. Ya sea en clases virtuales o presenciales, y según las características y necesidades de los alumnos, queda a discreción del docente determinar qué trabajos realizarán (afiches, dípticos, cuentos, dramatizaciones, estudios de caso, presentaciones, esquemas, mapas mentales, infografías, etc.) y cómo los presentarán.

Fichas	Tema	Tarea
1	Autoconocimiento	A elección del docente
2	Autoconocimiento	A elección del docente
1 y 2	Autoconocimiento	A elección del docente
3	Autoestima	A elección del docente
4	Autoestima	A elección del docente
3 y 4	Autoestima	A elección del docente
5	Autocontrol	A elección del docente
6	Autocontrol	A elección del docente
5 y 6	Autocontrol	A elección del docente
7	Automotivación	A elección del docente
8	Automotivación	A elección del docente
7 y 8	Automotivación	A elección del docente



Fichas Educación socioemocional

Una mirada introspectiva

Mirada interior

- ✓ ¿Qué me gusta?
- ✓ ¿Cómo me siento?
- ✓ ¿Me quiero?
- ✓ ¿Qué me motiva?
- ✓ ¿Me valoro?
- ✓ ¿Cómo soy?
- ✓ ¿Me cuido?
- ✓ ¿Por qué actúo así?

-----→ Conectarse

Educación socioemocional



- ✓ Construir su escala de valores.
- ✓ Tomar decisiones responsables.
- ✓ Aprender a convivir.
- ✓ Ser empáticos.

**¡Desarrollar actitudes
para la vida!** 

Fichas Educación socioemocional

Aspectos fundamentales:



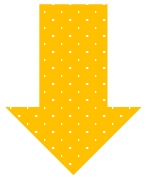
y



Fichas Educación socioemocional

Aspecto 1:

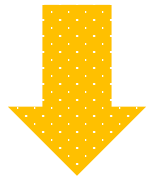
Conocerse
a sí mismo



Descubrir
su potencial



Identificar
sus emociones



Manejarse
adecuadamente

Fichas Educación socioemocional



Yo



Autoconocimiento

Descubrir sus fortalezas y virtudes.



Autoestima

Aceptarse, quererse y valorarse.



Autocontrol

Manejar sus emociones.



Automotivación

Proponerse y alcanzar metas.

Fichas Educación socioemocional

Aspecto 2:

pensamientos
e ideas 

gustos y
preferencias 

creencias 

patrones de
conducta 

fortalezas
y debilidades 

necesidades
afectivas 



Fichas Educación socioemocional

Integrar...

Autoconocimiento

Autoestima

Autocontrol

Automotivación

Desenvolverse de manera **positiva** y **productiva** en diferentes entornos.



Mi planeta

Mi comunidad



Mi escuela

Mi familia



Yo

Las fichas Educación socioemocional han sido elaboradas pensando en ayudarte a sentirte bien y contribuir con la construcción de un mundo mejor. Estas fichas contienen actividades amenas y variadas que, paso a paso, te ayudarán a:

- Descubrir tus fortalezas y virtudes.
- Quererte y valorarte tal como eres.
- Manejar tus emociones y actuar de manera acertada.
- Motivarte para alcanzar tus metas.

Aprovecha esta oportunidad de conocer con mayor profundidad a la persona que eres TÚ.

ÍNDICE

FICHA 1 AUTOCONOCIMIENTO ¿Qué siento? 2

FICHA 2 AUTOCONOCIMIENTO ¿Cuáles son mis fortalezas? 4

FICHA 3 AUTOESTIMA ¿Me quiero y me valoro? 6

FICHA 4 AUTOESTIMA ¿Autoestima alta o baja? 8

FICHA 5 AUTOCONTROL ¿Controlo mis impulsos? 10

FICHA 6 AUTOCONTROL ¿PARAR? 12

FICHA 7 AUTOMOTIVACIÓN ¿Cómo lo logro? 14

FICHA 8 AUTOMOTIVACIÓN ¿Querer es poder? 16

...virtudes.
...tal como eres.
...emociones y actuar de manera acertada.
...para alcanzar tus metas.
...esta oportunidad de conocer con mayor profundidad a la persona que eres TÚ.



ÍNDICE

FICHA 1 AUTOCONOCIMIENTO ¿Qué siento? 2

FICHA 2 AUTOCONOCIMIENTO ¿Cuáles son mis fortalezas? 4

FICHA 3 AUTOESTIMA ¿Me quiero y me valoro? 6

FICHA 4 AUTOESTIMA ¿Autoestima alta o baja? 8

FICHA 5 AUTOCONTROL ¿Controlo mis impulsos? 10

FICHA 6 AUTOCONTROL ¿PARAR? 12

FICHA 7 AUTOMOTIVACIÓN ¿Cómo lo logro? 14

FICHA 8 AUTOMOTIVACIÓN ¿Querer es poder? 16

pregunta
problematizadora

Fichas

tema

**número
y título**

**texto de
presentación**

actividades

página

FIGURA 1

¿Qué siento?

1. Une con líneas de colores el nombre de cada emoción con la forma en que la demuestras.

Tienes los ojos bien abiertos. alegría

Sonríes y hasta te carcajeas. miedo

Tu corazón late muy rápidamente. aburrimiento

Se te salen las lágrimas. enojo

Luces sin ánimo y fastidiado. tristeza

Tienes el ceño fruncido. sorpresa

2. Observa las fotografías y escribe sobre la línea la emoción que sienten las niñas y los niños. Usa las palabras de los recuadros.

enojo sorpresa aburrimiento

tristeza alegría miedo

3. Imagina que te encuentras en las siguientes situaciones. ¿Qué emoción crees que sentirías?

Mi mejor amigo me invita a su casa a jugar. →

Mi hermano mayor me quita mi juguete favorito. →

Me mudaré a otra ciudad y dejaré de ver a mis amigos. →

Entro solo a un cuarto muy oscuro. →

Me dan un regalo que no esperaba. →

2

3

PIERA
6

¿PARAR?

AUTOCONTROL



Algunas emociones nos provocan preocupación o nerviosismo y nos impulsan a realizar acciones como gritar, pegar, ofender y otras que pueden dañar a los demás y a nosotros mismos.

1. Subraya la palabra que define actuar sin pensar o sin medir las consecuencias.

respeto

impulso

deporte

- Escribe por qué piensas que a veces actuamos así.

2. Escribe las acciones que, en ocasiones, estas emociones te impulsan a realizar.



enojo



dolor



tristeza



miedo

a) La  me impulsa a _____

b) El  me impulsa a _____

c) El  me impulsa a _____

d) El  me impulsa a _____

© SANTILLANA

3. ¿Por qué no es recomendable actuar por impulso? Marca con ✓ lo que puede suceder.

Porque...

Podemos lastimar a otros.
Es divertido.
Nos puede dañar.
Destruimos cosas importantes.

4. Sigue las instrucciones para aprender a controlar las emociones que mueven a actuar.

Para

Haz una pausa en tus actividades y cierra los ojos.

Atiende

Pon atención a tus pensamientos. Obsérvalos.

Recuerda

Piensa en lo que es importante para ti.

Aplica

Respira: inhala y exhala lentamente por la nariz.

Regresa

Realiza tus actividades con una mente más calmada.

5. Marca con ✓ el momento en que Pe se detiene antes de actuar.



- Comenta lo que haces tú en momentos como este.

© SANTILLANA

4. Sigue las instrucciones para aprender a controlar las emociones que mueven a actuar por impulso.

Para

Haz una pausa en tus actividades y cierra los ojos.

Atiende

Pon atención a tus pensamientos. Obsérvalos.

Recuerda

Piensa en lo que es importante para ti.

Aplica

Respira: inhala y exhala lentamente por la nariz.

Regresa

Realiza tus actividades con una mente más calmada.

herramientas para
el estudiante

Para el docente

presentación

propuesta



El desarrollo de habilidades no cognitivas en niños y jóvenes forma una parte fundamental de su educación integral. Para los estudiantes del primer y segundo ciclo de la Educación Escolar Básica es vital contar con herramientas que les permitan conocerse a sí mismos y descubrir todo su potencial. De esta manera, les será más fácil comprender lo que sucede en su entorno, adaptarse y mejorar sus relaciones con los demás, sobre todo en tiempos tan complejos como los que vivimos hoy en día.

Por tal motivo, Santillana pone a disposición las **fichas Educación socioemocional**, un material educativo que contiene actividades amenas y variadas que ayudarán a los estudiantes a:

- Descubrir sus fortalezas y virtudes.
- Quererse y valorarse tal y como son.
- Manejar sus emociones y actuar de manera acertada.
- Motivarse para alcanzar sus metas.

Propuesta

La propuesta se fundamenta en dos ámbitos:



El **Yo** parte del estudiante, de su necesidad de conocerse a sí mismo e identificar sus propias emociones, para que aprenda a manejarlas adecuadamente. Abarca temas relacionados con el autoconocimiento, la autoestima, el autocontrol y la automotivación.

Estos temas, a su vez, están asociados con el **Yo + los demás**, cuyo objetivo principal es ayudar al estudiante a desenvolverse de manera positiva y productiva en los diferentes entornos cercanos y lejanos que le rodean: familia, escuela, comunidad y planeta.





Cada uno de los temas propuestos se relaciona indistintamente con cada entorno, en todas las situaciones que vive el estudiante. Por ejemplo, el desarrollo de la **Automotivación** es un aspecto vital para que los alumnos puedan alcanzar sus metas escolares, por lo que se integra perfectamente con el entorno **Mi escuela**, pero también es un aspecto que se puede relacionar con el logro de avances y mejoras del barrio en el que viven, por lo que calza perfectamente con el entorno **Mi comunidad**.

Temas abordados

Entorno

Autoconocimiento
Autoestima
Autocontrol
Automotivación

Mi familia
Mi escuela
Mi comunidad
Mi planeta

Trabajo docente

Se invita a los docentes a trabajar un tema por mes y luego proponer a los estudiantes que realicen una tarea en la que integren el tema visto con alguno de los entornos propuestos. Ya sea en clases virtuales o presenciales, y según las características y necesidades de los alumnos, queda a discreción del docente determinar qué trabajos realizarán (afiches, dípticos, cuentos, dramatizaciones, estudios de caso, presentaciones, esquemas, mapas mentales, infografías, etc.) y cómo los presentarán.

Propuesta de planificación

Fichas	Tema	Tarea
1	Autoconocimiento	
2	Autoconocimiento	
1 y 2	Autoconocimiento	A elección del docente
3	Autoestima	
Vacaciones de invierno		
4	Autoestima	
3 y 4	Autoestima	A elección del docente
5	Autocontrol	
6	Autocontrol	
5 y 6	Autocontrol	A elección del docente
7	Automotivación	
8	Automotivación	
7 y 8	Automotivación	A elección del docente

Trabajo docente



Tareas para primer ciclo

dibujos



construcciones



álbumes
de recortes



títeres



Tareas para segundo ciclo

maquetas



proyectos
de robótica



coreografías y
dramatizaciones



inventos
y cuentos





iGracias!

