



Enseñanza para Todos

Trimestre 1 • Lección 6

Reconozco las emociones

VERSIÓN GENERAL

Pasaje bíblico	Eclesiastés 3:4; Salmos 47:1; Proverbios 15:13
Idea central	Aprendo a reconocer y nombrar mis emociones; reconocerlas me ayuda a entender qué siento y por qué, y a responder mejor.
Duración estimada	50 minutos

Materiales

Biblia; señales de emociones (recortar antes de la clase); (opcional) Cartel del Versículo para Memorizar, Páginas del Alumno, crayones o lápices de colores.

Devocional del maestro

Preparación espiritual, antes de enseñar: **Proverbios 14:10**

Conexión familiar

Se entrega una tarjeta a las familias para continuar la conversación en casa durante la semana (ver paso Vivir).

Desarrollo de la clase

Conectar • ≈ 8 min

Salude por su nombre. Recuerde que las emociones son señales de que algo pasa dentro de nosotros; hoy aprenderán a reconocerlas. Juego: al nombrar una emoción, cada niño la muestra con la cara (feliz, triste, enojado, sorprendido, entusiasmado); dé ejemplos de cómo luce cada una. Luego, a la cuenta de 1-2-3, que muestren su emoción favorita (2-3 dicen por qué) y después una que no les gusta (2-3 explican). Opcional: en la Página del Alumno, colorear la cara de cada emoción que usted nombre.

Descubrir • ≈ 15 min

Lea Eclesiastés 3:4 (hay un tiempo para llorar y para reír). Forme equipos con el juego de números. Con pausas para pensar, pregunte en los grupos: recuerda cuándo lloraste, ¿por qué?, ¿qué sentiste? (la tristeza); recuerda cuándo te reíste, ¿por qué?, ¿qué sentiste? (la felicidad). Presente el gozo (gran felicidad con entusiasmo) y lea Salmos 47:1 (aplaudir, gritos de alegría). Lea Proverbios 15:13 (el corazón alegre se refleja en el rostro) y pídale decirlo con sus palabras. Explique que a veces las emociones se mezclan y que reconocerlas nos ayuda a entender qué sentimos y por qué.

Pausa de calma • ≈ 5 min

Recreo breve entre la parte de mayor concentración y la más activa; en esta unidad de emociones ayuda especialmente a autorregularse. Anuncie cuánto durará y qué se hará. Permita ir al baño, tomar agua y estirarse.

Puede guiar una respiración sencilla («oler la flor / apagar la vela») 3–4 veces. Al terminar, use la señal de silencio para retomar.

Aplicar • ≈ 12 min

Juego de reconocer emociones en situaciones reales. Entregue a cuatro niños las señales de emociones (feliz, triste, sorprendido, contento) y ubíquelos en distintos puntos de la sala mostrando esa cara y la señal en alto. Lea una situación y el resto camina hacia el niño que representa la emoción que sentiría: comprar fruta en el mercado; encontrar una moneda en el bolsillo; recibir una mala calificación; la visita del pariente favorito. Está bien que distintos niños elijan emociones diferentes. Use una señal (mano en alto) para reenfocar entre una situación y otra.

Vivir • ≈ 5 min + casa

Repase el versículo de la unidad con su ritmo: «Alégrense con los que están alegres; lloren con los que lloran» (Romanos 12:15), con palmas o palmadas, al menos tres veces. Entregue la tarjeta de Conexión familiar, que propone jugar en casa a mostrar y adivinar emociones. Bendición basada en Eclesiastés 3:4: Dios te dio un tiempo para cada emoción y se preocupa por todas ellas porque te ama. Si hay tiempo, canción «Cuán grande es Dios».

Versículo para memorizar

■ «Alégrense con los que están alegres; lloren con los que lloran» — Romanos 12:15

Se sigue memorizando con el ritmo de la unidad.

Referencia en Reina-Valera 1960: «Gozaos con los que se gozan; llorad con los que lloran.» — **Romanos 12:15, RVR1960.**

Recursos y dónde se usan

Devocional del maestro: preparación antes de la clase. Señales de emociones: recortar y usar en el juego de reconocer emociones (paso Aplicar). Páginas del Alumno: paso Conectar (colorear emociones). Cartel del Versículo (05–08): paso Vivir. Tarjeta de Conexión familiar: paso Vivir (a casa).