

Mes de un vistazo: septiembre

Actividad	Comprensión duradera	Vocabulario	Tiempo necesario para completar
-----------	----------------------	-------------	---------------------------------



¿Qué te trae alegría?	Es importante entender cómo hacerte feliz.	alegría	30 minutos
Los sonidos de la felicidad	La música puede ayudar a impactar tu estado de ánimo.	banda sonora, tempo	45 minutos
Confianza y chatea	Identificar personas en las que pueda confiar le ayudará a obtener apoyo cuando sea necesario.	confianza, sentimientos	45 minutos
Exprésate	Llevar un diario puede ayudarle a aprender a comunicar sus sentimientos.	diario, llevar un diario, exprésate	45 minutos

Septiembre



Plan de actividades

Título: ¿Qué te trae alegría?

Tiempo sugerido: 30 minutos

Grado(s) sugerido(s): K-5

<p>Objetivo de la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none">Los estudiantes podrán identificar cosas o personas que les brinden alegría. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">elemento o imagen que el facilitador comparte con la clasepapellápizlápices de colormarcadoreshoja de anotaciones de alegría <p>Vocabulario:</p>	<p>Resumen de la actividad: Los estudiantes harán una lista de cosas/personas que les traen alegría.</p>	
	<p>Puente (Conectar y participar)</p>	<ul style="list-style-type: none">El facilitador llamará a los estudiantes a la alfombra o a un área centralizada para una reunión grupal.Facilitador: <i>La alegría es un sentimiento general de felicidad y bienestar. Las personas en la vida a menudo buscan la alegría para mejorar sus vidas. Cuando las personas tienen alegría en sus vidas, les da una sensación de felicidad y bienestar. ¿Qué te trae alegría?</i>El facilitador mostrará un elemento o una imagen a los alumnos y les explicará por qué les produce alegría.
	<p>Impulsar (enseñar)</p>	<ul style="list-style-type: none">El facilitador compartirá un momento en el que estuvieron tristes, incluido lo que hicieron para ayudarlos a sentirse mejor.Luego, el facilitador proporcionará a los estudiantes papel, lápices, marcadores y/o crayones para crear sus listas de personas/cosas que les traen alegría.
	<p>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</p>	<ul style="list-style-type: none">Los académicos pueden compartir su lista con otros académicos y discutir si tienen cosas en común en sus listas.



Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación

Sugerencias para la aceleración

Andamios para educación especial y estudiantes de inglés



Los académicos pueden utilizar marcos de oraciones para ayudarse con su escritura.

Los eruditos pueden escribir una carta a la persona que les trae alegría.

Los eruditos pueden ilustrar lo que les produce alegría.

Los académicos pueden utilizar marcos de oraciones para ayudarse con su escritura.

Reflexión de la actividad:

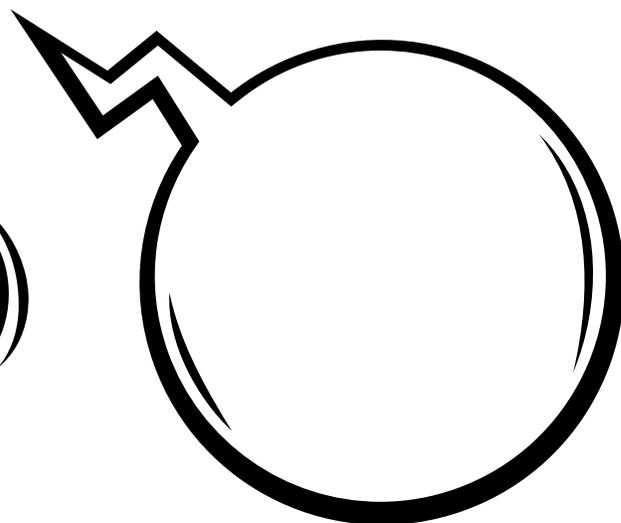
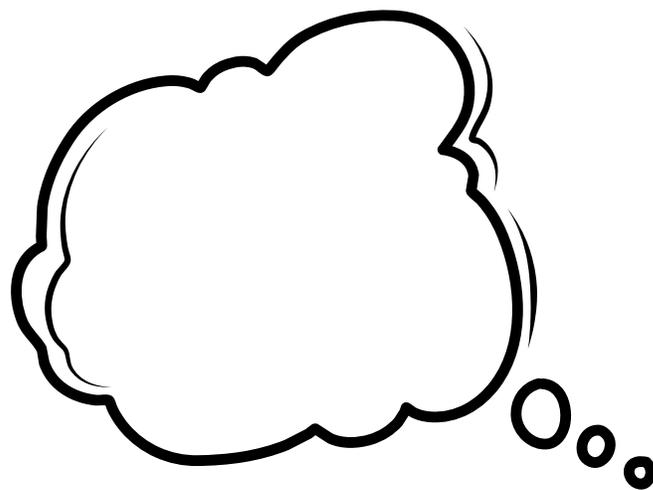
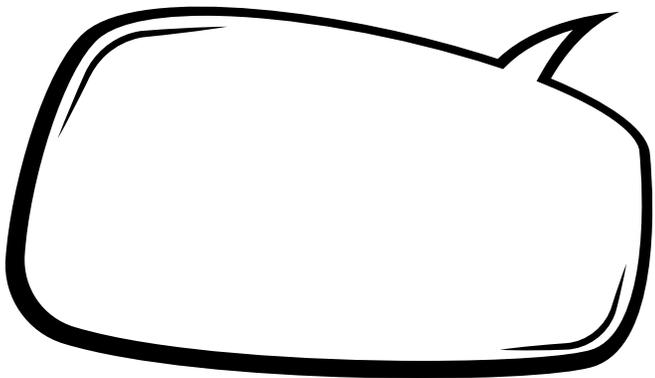
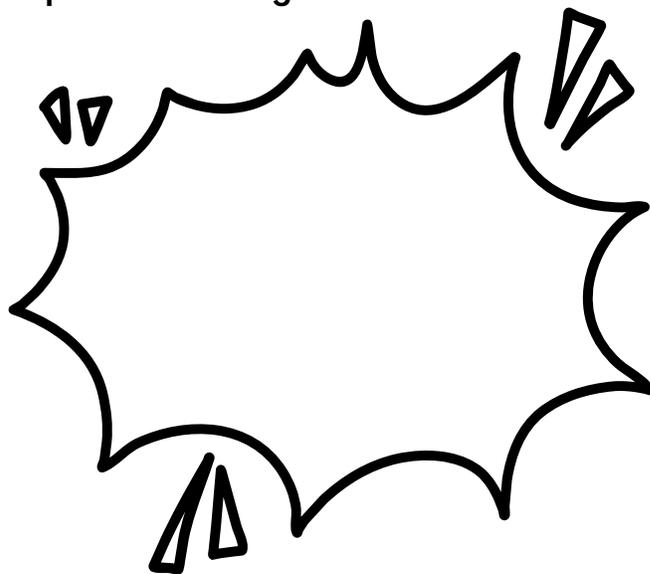
Los académicos pueden reflexionar y escribir tres formas en que pueden llevar alegría a los demás.

Recursos suplementarios:



jota de alegría

Enumera personas y cosas que te traen alegría.



Plan de actividades

Título: Enfrenta los sonidos de la felicidad

Tiempo sugerido: 30-45 minutos

Grado(s) sugerido(s): K-5

<p>Objetivo de la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none">Los académicos identificarán música que levante el ánimo y promueva la positividad. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">plantilla o papelbolígrafo o lápizlos medios para reproducir cuatro canciones preseleccionadas (tempos variados)*Identificar las cuatro canciones antes de la sesión. <p>Vocabulario:</p> <ul style="list-style-type: none">banda sonoratiempo	<p>Resumen de la actividad: Los estudiantes trabajarán de forma independiente o en familia para crear una lista de canciones que les traigan alegría.</p>	
	<p>Puente (Conectar y participar)</p>	<ul style="list-style-type: none">El facilitador tocará 30 segundos de una canción.Facilitador: <i>¿Cómo te hace sentir esa canción?</i>El facilitador repetirá esto con cuatro canciones diferentes.Facilitador: <i>La música puede provocar muchos sentimientos. Pueden ser recordatorios de buenos y malos momentos. Las canciones pueden hacerte moverte y bailar para expresar tus pensamientos y sentimientos.</i>
	<p>Impulsar (enseñar)</p>	<ul style="list-style-type: none">Facilitador: <i>Vamos a crear una banda sonora de canciones que nos traigan alegría o nos hagan sentir felices y llenos de energía.</i>El facilitador repartirá papel para que los estudiantes puedan enumerar sus canciones. Los académicos generarán sus listas.
	<p>Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)</p>	<ul style="list-style-type: none">Los académicos compartirán su lista de canciones y explicarán por qué esas canciones les traen alegría.



Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación

Sugerencias para la aceleración

Andamios para educación especial y estudiantes de inglés



El facilitador puede discutir las letras de canciones seleccionadas para garantizar la comprensión.

El facilitador puede explicar cómo el tempo de la música también puede dictar los sentimientos que se tienen al escucharla.

Los estudiantes pueden trabajar con miembros de la familia para crear una canción que les traiga alegría.

Los estudiantes pueden pedirle a un miembro de la familia que trabaje con ellos para crear un baile con una de las canciones de su lista de reproducción.

El facilitador puede escribir la lista para los académicos.

El facilitador puede discutir las letras de canciones seleccionadas para garantizar la comprensión.

El facilitador puede explicar cómo el tempo de la música también puede dictar los sentimientos que se tienen al escucharla.

Reflexión de la actividad:

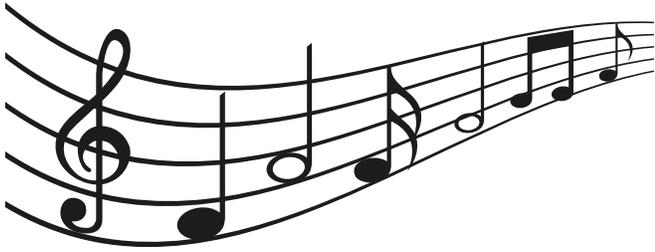
Los académicos reflexionarán sobre el mejor momento para reproducir su banda sonora.
¿Cómo o por qué sería útil?

Recursos suplementarios:

Plantilla de banda sonora de la felicidad



Banda sonora de la felicidad



1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

_____	_____	_____	_____

Plan de actividades

Título: Confianza y conversación

Tiempo sugerido: 45 minutos

Grado(s) sugerido(s): K-5

<p>Objetivo de la actividad:</p> <ul style="list-style-type: none">Los académicos comprenderán los beneficios de comunicarse con personas en las que confían. <p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none">plantilla de lugar seguro para chatearbolígrafolápizlápices de colormarcadores <p>Vocabulario:</p> <ul style="list-style-type: none">confianzasentimientos	<p>Resumen de la actividad: los académicos explorarán personas confiables con las que pueden hablar cuando sea necesario y crearán una lista de espacios seguros.</p>	
	<p>Puente (Conectar y participar)</p>	<ul style="list-style-type: none">Facilitador: <i>¿Cómo sabes cuando te sientes feliz, emocionado o tranquilo? Permita que los estudiantes respondan verbalmente. El facilitador puede escribir respuestas.</i>Facilitador: <i>¿Cómo se siente tu cuerpo cuando te sientes feliz, emocionado o tranquilo? Permita que los estudiantes respondan verbalmente. El facilitador puede escribir respuestas.</i>Facilitador: <i>¿Cómo se siente tu cuerpo cuando estás enojado, molesto, frustrado o solo? ¿Alguna vez te has sentido triste o has tenido poca energía durante mucho tiempo? ¿Alguna vez has sentido que no te divertías haciendo cosas que normalmente disfrutas y no podías entender por qué? Permita que los estudiantes respondan verbalmente. El facilitador puede escribir respuestas.</i>
	<p>Impulsar (enseñar)</p>	<ul style="list-style-type: none">Facilitador: Puede haber momentos en los que no estés tan feliz o no tengas tanta energía como normalmente. Es posible que no se sienta motivado para hacer las cosas que normalmente le gusta hacer. También puedes sentirte estresado por algo. Estos sentimientos son normales. Si alguna vez siente que necesita hablar de ello con alguien en quien confía, está bien hacerlo. Hablar con alguien en quien confíes podría ayudarte a sentirte mejor. ¿Qué significa confiar en alguien? Permita que los estudiantes respondan verbalmente. El facilitador puede escribir respuestas.El facilitador guiará la conversación sobre la confianza.Facilitador: <i>Es importante que hable con las personas adecuadas cuando comparta sus sentimientos. Las personas en las que confías deben ser amables y respetar tus sentimientos.</i>



**Impulsar
(enseñar)**

- **Facilitador:** *Creemos una lista de espacios seguros de personas en las que pueda confiar para hablar si es necesario. Puedes guardar la lista en un lugar seguro en caso de que la necesites.*
- **Creemos una lista de espacios seguros de personas en las que puede confiar para hablar si es necesario. Puedes guardar la lista en un lugar seguro en caso de que la necesites.**
- **El facilitador compartirá un ejemplo:**

Persona	Cómo llegar a ellos cuando sea necesario.
Mamá	Habla con ella cuando llegue a casa. Llámala (555) 555-5555.
mi amigo chancey	Envíale un mensaje de texto en Instagram.

**Construir
(ensayar y
construir para
transferir/cerrar)**

- **Facilitador:** *Tómese un momento para pensar en cómo se ha sentido. (Espere un tiempo adecuado.) ¿Siente que necesita hablar sobre algo que le ayudará a sentirse mejor o le animará a hacer algo? Si es así, piense en una persona en su Lista de Espacio Seguro. Asegúrese de hablar con la persona tan pronto como pueda.*

Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación

Sugerencias para la aceleración

Andamios para educación especial y estudiantes de inglés



El facilitador puede ayudar/modelar cómo ponerse en contacto con personas de confianza identificadas por el académico.

Los académicos pueden crear una versión digital de la Lista de espacios seguros.

El facilitador puede escribir respuestas compartidas verbalmente.

El facilitador puede ayudar/modelar cómo ponerse en contacto con personas de confianza identificadas por el académico.

Reflexión de la actividad:

Facilitador: Revise la lista para asegurarse de que incluya todas las formas en que puede comunicarse con todas las personas en su lista. Déjame saber si puedo ayudarte si no sabes cómo contactarlos.

Recursos suplementarios:

Plantilla A o Plantilla B de lista de espacios seguros



Plantilla B de lista de espacios

Nombre: _____

Persona	Cómo llegar a ellos cuando sea necesario



Plantilla A de lista de espacios

Nombre: _____

Nombre	Ilustración de la persona	Cómo llegar a ellos cuando sea necesario



Plan de actividades

Título: Exprésate

Tiempo sugerido: 45 a 60 minutos

Grado(s) sugerido(s): K-5

Objetivo de la actividad: <ul style="list-style-type: none">• Para crear una entrada de diario. Materiales: <ul style="list-style-type: none">• plantilla de diario• lápiz• sobre Vocabulario:	Resumen de la actividad: Los estudiantes aprenderán a expresarse a través de un diario.	
	Puente (Conectar y participar)	<ul style="list-style-type: none">• Facilitador: <i>¿Qué significa expresarse? Permita que los estudiantes respondan verbalmente.</i>• Facilitador: <i>A veces necesitamos expresarnos para mostrar cómo nos sentimos o compartir algo que sucedió durante el día. Estos eventos o sentimientos pueden ser positivos (felices o divertidos) o negativos (decepcionantes o enojados). A veces no puedes hablar con nadie o quieres guardarte la experiencia para ti, y está bien. Puede resultar útil expresar sus sentimientos y compartir eventos escribiendo un diario. ¿Alguna vez has escrito un diario? Permita que los académicos respondan. Es mucho mejor que correr para contar todos tus negocios en las redes sociales.</i>
	Impulsar (enseñar)	<ul style="list-style-type: none">• Facilitador: <i>Practiquemos juntos. Ming es hijo único. Acaba de enterarse de que sus padres van a tener un bebé. Si fueras Ming, ¿cómo te sentirías? Explicar por qué. Permita que los estudiantes compartan sus sentimientos. Modele cómo escribir una entrada de diario en primera persona. Ex. "Tengo muchos sentimientos hoy. Vamos a tener un nuevo bebé. Estoy feliz de ser hermana mayor y triste porque disfruto ser hija única. No quiero tener que ayudar a cambiar pañales".</i>
	Construir (ensayar y construir para transferir/cerrar)	<ul style="list-style-type: none">• Facilitador: <i>¿Qué tienes en mente? Escribe sobre eso. Lo que escribes o dibujas es especial para ti. No tienes que compartirlo con otros.</i>

Estación de diferenciación

Sugerencias para la remediación

Sugerencias para la aceleración

Andamios para educación especial y estudiantes de inglés



El facilitador puede proporcionar a los estudiantes sugerencias de oraciones para ayudar.

Los eruditos pueden dibujar ilustraciones.

Los académicos pueden escribir un poema sobre los sentimientos o eventos que escriben en su diario.

Los académicos pueden establecer una conexión entre una canción y el evento o los sentimientos expresados en la entrada del diario.

Los eruditos pueden dibujar ilustraciones.

El facilitador puede proporcionar a los estudiantes sugerencias de oraciones para ayudar.

Alguien puede servir como escriba del erudito.

Reflexión de la actividad:

Facilitador: *¿Cómo te sentiste después de expresarte escribiendo un diario? ¿Cuándo sería un buen momento para escribir un diario en familia o individualmente? Puede colocar la entrada de su diario en un sobre para mayor privacidad. Si es privado, sólo usted o las personas a las que permita verlo podrán hacerlo.*

Recursos suplementarios:

Plantillas A y B



Plantilla A del diario Exprésate

Nombre _____ fecha: _____

Plantilla B de diario

Exprésate

Dibuja aquí



Escribe aquí

