



Fichas de Habilidades Socioemocionales

1º y 2º de Primaria

Ficha 3



GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF MÉXICO
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Si tienes dudas para realizar las actividades, puedes escribir al siguiente correo:

dudas@aprendeencasa.mx

Presentación

Para dar continuidad a la estrategia "Aprende en Casa", se han elaborado estas fichas que presentan actividades para fortalecer tus habilidades socioemocionales, contribuir en tu desarrollo afectivo y permitirte mantener una actitud positiva frente a los retos que se te presenten.

Es importante que realices tus fichas en el orden indicado, pero puedes regresar a los contenidos tantas veces sea necesario para fortalecer tu aprendizaje.



Ficha 3. Habilidades socioemocionales Ganando en el juego de la vida Apreciación



Aprendizaje

- Agradecer lo que tú eres y lo que te rodea.
- Conocer las palabras mágicas “por favor y gracias”.
- Aprender a crecer con amor y respeto.
- A compartir en familia.



Materiales

- Cuaderno
- Lápiz
- Colores o plumones
- Una piedra de río



A usar tu cuaderno

Agradecer es reconocer todo lo que se tiene y la ayuda de las personas.

Ser agradecidos nos hace felices.

El secreto está en ser capaces de pedir todo lo que necesitamos, con las palabras mágicas “por favor y gracias”. Así conseguimos estar más contentos, sean cuales sean las situaciones de nuestras vidas.

Te invito a agradecer por todo lo que tienes y por lo que te rodea, para aprender a crear una relación de amor y respeto con tu familia y amigos.

Por ejemplo, Andrés siempre le dice a su hermana que “por favor” le ayude a hacer su tarea y cuando termina le da las “gracias”. ¿Tú, cuándo dices “por favor y gracias”?

¿Necesitas ayuda?

pide ayuda a un adulto para leer las instrucciones, si lo necesitas.





Ficha 3. Habilidades socioemocionales Ganando en el juego de la vida Apreciación



A usar tu cuaderno

Actividad 1.

1. ¿Qué puedes agradecer de ti mismo y de lo que te rodea?
 2. En el anexo 1 te presentamos ejemplos de lo que puedes agradecer cada día.
 3. ¡Muy bien! Ahora en tu cuaderno haz un dibujo de tu familia y de lo que te gustaría agradecer cada día.
- Ilumina tu dibujo con los colores que más te gustan.
 - Escribe en tu dibujo la palabra “Agradecimiento”.

¡Cada mañana mira tu dibujo y dale las “gracias” a tu familia y a lo que dibujaste, por estar en tu vida!

Anexo 1.
Agradecimiento
diario.



A divertirnos

Actividad 2.

Las palabras mágicas “por favor y gracias” son muy poderosas, hacen sentir feliz a quien las dice y las escucha.

Te invito a practicar el pedir todo lo que necesitas con un “por favor” y un “gracias”.

Por ejemplo, puedes decirle a tu mamá: Mamá, ¿me puedes preparar un postre por favor?

¡Excelente!

Ahora que ya sabes usar las palabras mágicas, escribe con un plumón en una cara de la piedra de río “por favor” y en la otra cara “gracias”.

Pon la piedra de río en un lugar, en donde la puedas ver cuando te despiertes.

Trae contigo tu piedra durante el día, para que recuerdes usar las palabras mágicas.

Si no tienes una piedra de río, haz un dibujo de la piedra y escríbele “por favor” y “gracias”.

Anexo 2.
Palabras mágicas,
“por favor y
gracias”



Ficha 3. Habilidades socioemocionales Ganando en el juego de la vida

Apreciación



A divertirnos

Actividad 3.

¡Felicidades, ya estás aprendiendo a ser más feliz!

- 1. Estás haciendo el abrazo de la mariposa, que te hace sentir bien.
- 2. Estás desarrollando nuevas cualidades.

Ahora ya estás preparado para crecer con amor y respeto:

- Usa las palabras mágicas de la siguiente forma:
- Pon tu mano derecha en tu corazón, siempre que digas “por favor” o digas “gracias”.

Al practicar las palabras mágicas, desde tu corazón, estás dando amor y respeto a tu familia y amigos.

¡Diviértete!

Ve el Video 1, e invita a tu familia a decir las palabras mágicas desde el corazón.



**Tenemos algunos
videos para ti.**



Video 1. "Palabras mágicas desde el corazón"

<https://www.youtube.com/watch?v=5AkuCAsKtmQ&feature=youtu.be>



Ficha 3. Habilidades socioemocionales Ganando en el juego de la vida Apreciación



A compartir en familia

Con esta actividad en familia juntos encontrarán más cosas por las cuales estar agradecidos y apreciar la oportunidad de compartir este juego en familia.

Objetivo: Escribir la mayor cantidad de palabras de lo que aprecian, que comienzan con una letra específica. Pueden ser personas, cosas o situaciones. Quien escriba más palabras obtendrá la mayor puntuación.

Jugadores: dos o más.

Cómo jugar:

1. Entrega a cada jugador un papel y lápiz para escribir las palabras.
2. Siguen el orden del abecedario en cada turno, para escribir una palabra por turno de lo que aprecian en ustedes mismos o en su entorno.
3. Todos los jugadores al mismo tiempo comenzarán a escribir una palabra.
4. El primer jugador en terminar su palabra deberá decir ¡Basta! y todos dejarán de escribir.
5. ¡Hagan 10 turnos, el jugador con la mayor cantidad de palabras será el ganador!



Evaluación

En esta ficha aprendiste:

- A agradecer lo que tú eres y todo lo que te rodea.
- A conocer de forma distinta las palabras mágicas “por favor” y “gracias”.
- A crecer con amor y respeto.
- A compartir en familia.

Guarda en tu carpeta de experiencias tus dibujos para mostrarle a tu profesor(a) cuando regreses a la escuela.



Ficha 3. Habilidades socioemocionales Ganando en el juego de la vida Apreciación

Anexo 1. Agradecimiento diario.

¿Qué puedes agradecer de ti mismo y de lo que te rodea? Ver ejemplos.
Dibuja lo que te gustaría agradecer cada día.

- Ejemplos:
- Tu cuerpo
- Tu salud
- La ayuda de tu familia
- Tus alimentos diarios
- El sol de cada día
- El agua que te da vida
- Tu mascota
- Todo lo que tienes
- Todo lo que te rodea





Ficha 3. Habilidades socioemocionales

Ganando en el juego de la vida

Apreciación

Anexo 2. Palabras mágicas, "Por favor y Gracias"





Referencia de imágenes

Anexo 1. Dibujo Agradecimiento:

<https://i.pinimg.com/originals/7f/3d/2c/7f3d2cc338e0402e5394ef2bc7799e3c.jpg>

Anexo 2. Palabras mágicas, "Por favor y gracias"

Por Favor: <https://i.pinimg.com/564x/5a/3f/2d/5a3f2ddb93d0a4a1b0d7d360a0a09d.jpg>

Gracias: <https://i.pinimg.com/originals/db/f8/83/dbf883d71e8f7f3c35cdee38cf054773.jpg>