



OBJETIVOS	INDICADORES DE LOGRO
<ul style="list-style-type: none"> • Identificar qué situaciones ocasionan enfado. • Reconocer qué actitudes y acciones se adoptan cuando se es presa del enfado. • Identificar cómo reacciona el cuerpo ante el enojo. • Reconocer que la cólera se puede controlar. • Identificar a aquellas personas o situaciones que ayudan a calmar el enojo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Expresa, espontáneamente y de forma dirigida, cómo se siente. • Muestra seguridad al contar sus experiencias de enfado. • Reconoce si sus reacciones son constructivas o no, y se compromete a controlar el enojo. • Identifica cómo su cuerpo reacciona cuando se siente enfadado. • Participa, sin ánimo de burla, en la actividad “Poner cara de molesto”. • Formula hipótesis respecto del enfado de otros. • Identifica a las personas que lo acompañan cuando siente enfado, mencionando el nombre y el vínculo que los relaciona.

PROGRAMACIÓN PARA EL AULA, SEGÚN MOMENTOS DE LECTURA

ANTES DE LA LECTURA

El docente, preocupado, contará a los estudiantes, que no encuentra a Conejo por ningún lugar, así que les pedirá ayuda en la búsqueda; la idea es que todos los niños se unan en la búsqueda de Conejo por cada rincón del salón.

Luego de algunos minutos, encontrarán a Conejo debajo de un mueble.

El docente tratará de hacer que Conejo se dirija a los estudiantes, pero no lo logrará porque aquel solo querrá hablarle al oído, mas no en público. En ese momento, el docente se enterará de que Conejo está muy molesto y por ello había estado corriendo con todas sus fuerzas. Se había quedado a mitad del salón, bajo un mueble, porque el cansancio lo venció. Así, con Conejo muy molesto, todos se sentarán para dar inicio a la lectura de *Cuando estoy enfadado*.

DURANTE LA LECTURA

El docente dará lectura al libro mientras Conejo escuchará al igual que el resto de estudiantes. Conejo, por estar muy enfadado, pedirá al docente permiso para mantenerse en silencio (sin participar) durante la jornada: no quiere hablar, solo escuchar la historia; tampoco, que le hagan preguntas sobre su estado. Además, para que todos los estudiantes sepan de su estado de ánimo, él se pondrá su camiseta anaranjada, que representa el enfado que lleva adentro: como un volcán a punto de estallar. Así, el docente dará inicio a la lectura en voz alta, de una manera astuta, para compartir una idea importante: tal vez el libro nos dé la clave para averiguar qué ha molestado tanto a Conejo.

DESPUÉS DE LA LECTURA

Proponemos varias actividades, sin necesidad de que se realicen todas al mismo tiempo. El objetivo de esta propuesta es que se desarrolle un trabajo progresivo y en diferentes sesiones:

- En la ronda de conversación posterior a la lectura, siempre es importante formular preguntas relacionadas al tema: ¿qué situaciones propician que se enfaden mucho? ¿Qué motivos despiertan su enojo o malestar? Este sería un buen momento para consultar a Conejo si desea compartir las razones de su enojo. Él podría ayudar a clarificar qué significa sentirse molesto, e incluso, qué es lo que pasa con el cuerpo cuando el enojo es muy fuerte (se frunce el ceño, se acelera el corazón, hay presencia de sudoración y hasta se llega a llorar mucho).
- Es importante saber reconocer cuál es la apariencia de una persona cuando se enfada. Para ello, se propone jugar a “poner cara de molesto”. Cada niño simulará enfado. En principio lo harán colectivamente, sentados en ronda, para luego individualizar la actividad poniéndose de pie al centro de la ronda, e interpretando el enfado no solo con el rostro sino con todo el cuerpo. Aquí, el docente puede usar un espejo para hacer notar la autopercepción de quien hace la representación. Finalmente, Conejo, junto con el docente, enseñará diferentes fotos de personas adultas y niños que están molestos. Mientras observan las fotos, podrán conversar sobre diferencias y similitudes entre las expresiones.

Recursos y materiales

- Espejo.
 - Fotos de personas enfadadas.
- Cuando se está enfadado, ¿qué actos se recomienda evitar? El docente deberá orientar a los estudiantes para que sepan canalizar su enfado en acciones constructivas. Es común que, debido al enojo, se tengan ganas de romper objetos, gritar y usar la violencia; sin embargo, es necesario conocer los límites del enojo: ¿acaso romper algo alivia el enfado? ¿Violentar a alguien nos hace felices? Compartir experiencias y dialogar respecto de la culpa que permanece luego de acciones impulsivas motivadas por el enojo de un momento particular. Por ello, cuando se es presa del enojo, es recomendable tomar decisiones importantes y/o acciones que no acarreen consecuencias futuras.
- Este será un buen momento para que todos los estudiantes compartan las estrategias que usan para aliviar el enfado. Se permitirá a los estudiantes expresar sus ideas, compartir experiencias, recomendar, sugerir y criticar de forma constructiva; el docente irá anotando en la pizarra a fin de hacer un recuento, culminada la sesión.

RETROALIMENTACIÓN

Para darle continuidad a la actividad y a los objetivos deseados, se sugiere trabajar el tema de forma repetida y cíclica; cabe destacar que identificar las emociones y estados, como el enfado y la cólera, no serán jamás considerados un aprendizaje cancelatorio, sino parte de un proceso de autoaprendizaje y de desarrollo integral. De este modo será necesario repetirlo, con matices, tantas veces como los estudiantes lo consideren necesario.

Para hacer las actividades más significativas, se sugieren las variaciones:

- Proponer soluciones para los problemas de enfado de Conejo.
- Dramatizar situaciones que presenten: causas que enfadan a alguien, reacción de la persona afectada y consecuencias para solucionar el conflicto.
- Dialogar sobre la importancia de pedir perdón cuando se afecta a alguien de algún modo: las disculpas oportunas son un factor importante para aliviar el enfado de la otra persona.