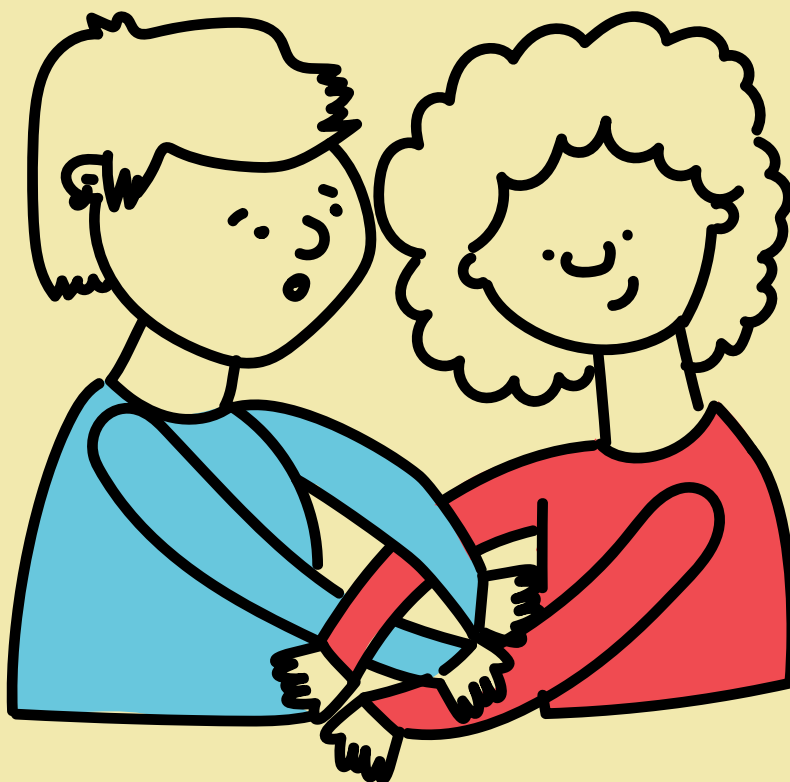




ENREDADOS:

Una actividad
para promover la
gestión emocional
de tus estudiantes



Objetivo

- Identificar el número y calidad de estrategias implementadas para resolver un reto en parejas, fortaleciendo la determinación.

Ten presente:

- Alista los elásticos amarrados en forma de infinito.
- Ensaya el reto previamente para orientar con más claridad.

Materiales:



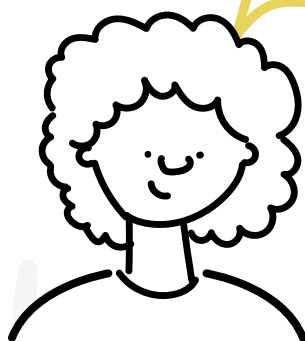
Caucho

Apertura:

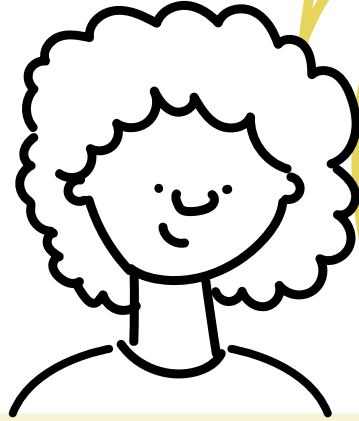
1. Menciona que la habilidad sociemocional que se trabajará es **la determinación** y comparte su definición: **Continuar esforzándonos para lograr nuestras metas a pesar de las dificultades, evitando la distracción.**

¡Hola profe!

Yo te voy a dar algunas tips para tu práctica de facilitación



Actividad



Inicia siempre compartiendo con tus estudiantes cuál es la habilidad socioemocional que se va a trabajar.

Entre más claro sea para tus estudiantes, más le podrán sacar provecho a la actividad.

Recuerda verificar siempre si tus estudiantes tienen claro lo que tienen que hacer. **Puedes**

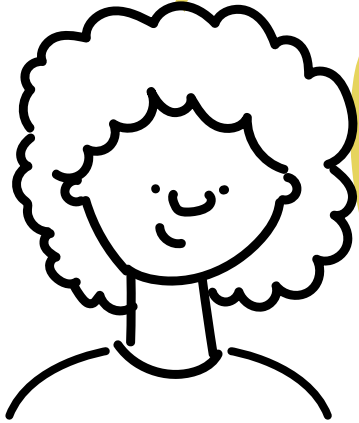
pedirle a alguna/o que repita en sus palabras, las instrucciones.

Desarrollo

1. Pide a tus estudiantes que se organicen en parejas y entrega 2 elásticos amarrados en forma de “ocho” o de infinito a cada una/o.
2. Junto a un estudiante, modela la manera en que se van a atar en parejas siguiendo estos pasos:
 - **Primero:** Una/o de los dos se pone los cauchos atándose las manos.
 - **Segundo:** El otro se pone un lado de los cauchos en una de sus manos y pasa su brazo libre por el espacio que forman los brazos atados de su compañero, para, finalmente, atarse la otra mano con el cuacho libre, enganchándose.
 - **Tercero:** Verifica que las manos de ambas/os estudiantes estén atadas con los cauchos y que, al mismo tiempo, los brazos estén enganchados.
3. Solicita a tus estudiantes que sigan los tres pasos para atarse en parejas.
4. Explica que el reto por parejas es “desenredarse de su pareja” sin quitarse los cauchos de las manos, y que tendrán 5 minutos para lograrlo. Marca el inicio del tiempo para lograr el reto.

Observa con atención a las parejas que dejan de intentarlo y expresan frustración; acércate y ayúdalas a ser conscientes de esta situación y re-enfocarse en las estrategias para cumplir el reto mediante preguntas como:

- **¿Cómo te sientes?**
- **¿Qué has intentado?**
- **¿Qué puedes hacer diferente?**



En caso de que no lo hayan logrado, puedes plantear el reto de continuar intentándolo en casa a partir de la siguiente pregunta:

¿Qué harían diferente si pudieran volver a intentarlo?

Cierre

1. Recuerda a tus estudiantes el objetivo y luego haz una reflexión alrededor de las siguientes preguntas:

- ¿Qué pasó durante esta actividad?
- ¿Cómo se sintieron estando atadas/os?
- ¿En algún momento dejaron de intentarlo o pensaron que no lo iban a lograr? ¿Por qué?

2. **Repasar lo ocurrido:**

¿Cuál fue el momento que les llamó más la atención o impactó?

- **Exploración de emociones:**
- ¿Cómo se sintieron durante el ejercicio?
- ¿Qué emociones identificaron y cómo cambiaron durante el desarrollo de la actividad?
- ¿Cómo influyeron esas emociones en las acciones?

**¿Listo para
llevar tus
habilidades
al siguiente
nivel?**

Escanea el QR
y habla con nosotros



edumoción
by coschool

www.coschool.co

 ventas@coschool.co

 [coschool](https://www.instagram.com/coschool)

 [Coschool](https://www.linkedin.com/company/coschool)