

Saber  
Hacer

# TONOO

Inspira enseñando

**Mini Plan de Clase**

Saber  
Ser

Las prácticas educativas a menudo no logran integrar sistemáticamente las habilidades socioemocionales (Saber Ser) con la instrucción académica, lo que genera brechas significativas en el desarrollo de los estudiantes.

- + Las instituciones educativas intentan desarrollar estas habilidades a través de actividades regulares, pero el apoyo y la implementación siguen siendo inconsistentes.\*
- + Los horarios ajustados y la gran dependencia de docentes sin herramientas o capacitación adecuadas relegan a los Saber Ser a un papel secundario en el aprendizaje académico.\*
- + Menos del 60% de los educadores que enseñan a niños de 15 años y menos del 55% de los que enseñan a niños de 10 años incluidos en la encuesta\* han recibido suficiente formación en habilidades socioemocionales.

La pregunta es, ¿cómo podemos abordar estos desafíos?

¿Qué pasa con los profesores?

¿Cuántas herramientas, tiempo y conocimientos tienen realmente para ello?

TONGO aborda estos desafíos de la siguiente manera:

- + **Empoderando a los educadores** con un **proceso creativo sistemático** que conecta las habilidades socioemocionales con la instrucción académica.
- + **Creando planes de clase** que **cumplen con los criterios del distrito escolar** y que incluyen las mejores prácticas.
- + **Estimulando en los estudiantes** la motivación para **aprender** a aprender, **pensar creativamente** y comprender los **contenidos académicos dentro de su contexto**.
- + **Garantizando** que el entorno educativo **priorice por igual el rigor académico y el desarrollo socioemocional**.



## Veamos cómo funciona TONGO en una mini clase

**Primer paso:** Establecer una fórmula creativa que incluya el contenido académico de la mini clase, la habilidad socioemocional que queremos desarrollar, así como una palabra conectora que ayude a vincular estos elementos.

### La fórmula creativa



### La fórmula creativa para esta mini clase es:



**Segundo paso:** una metáfora es una herramienta creativa que respalda las conexiones de la fórmula creativa y sirve como hilo conductor para crear una clase más significativa. Para esta mini clase la metáfora es:

La mente, como el agua, puede cambiar de estado debido a fuerzas externas. Por ejemplo, como el agua cambia con el calor; Asimismo, nuestras emociones pueden cambiar con nuestro entorno. Sin embargo, podemos aprender a controlar nuestras reacciones como podemos controlar la temperatura en un experimento.

**Tercer paso:** Definir los objetivos de aprendizaje de la fórmula creativa.

Los objetivos de aprendizaje para esta mini clase son:

1. Identificar y discutir cómo las emociones pueden cambiar como el agua cambia de estado (sólido, líquido, gaseoso) dependiendo de circunstancias externas.
2. Desarrollar la conciencia de las propias emociones y de cómo pueden verse influenciadas por el medio ambiente, de forma muy similar a como el agua responde a las condiciones ambientales.
3. Comprender cómo se relacionan la materia (como el agua) y la energía (como el calor) observando cómo el agua cambia con la temperatura.

**Cuarto paso:** Planificar las actividades para cada momento de la clase.

Para esta mini clase el plan de actividades será:

**Nombre de la mini clase:**

**Los sentimientos fluyen como el agua**

|  | ACTIVIDAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | TIEMPO     | RECURSOS             |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------|
| <b>INTRODUCCIÓN<br/>ROMPEHIELOS</b>                                                | Primero, pida a los estudiantes que cierren los ojos y se imaginen a sí mismos como agua, pasando de un estado a otro mientras escuchan los ruidos de fondo. Comienzan en estado sólido. Pídale que se sientan lo más duros posible mientras escuchan el sonido del hielo o el granizo de fondo. Luego, se transforman en líquido, anímalos a relajarse mientras escuchan el sonido del agua corriendo. Finalmente, se convierten en vapor, acompañado del sonido del vapor de fondo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 3 minutos  | Sonidos de fondo     |
| <b>FAMILIARIZARSE<br/>Contexto</b>                                                 | Ahora, en círculo, pida a los estudiantes que comenten lo que vieron o sintieron durante la actividad sensorial.<br>Pregúnteles si pueden nombrar las emociones que sintieron durante la actividad.<br>Pregúnteles si se sintieron tranquilos, tensos, felices o tristes.<br>¿Sintieron alguna temperatura al imaginar los diferentes estados del agua?<br>¿Quizás se sintieron fríos como el hielo, o más calientes como el vapor, o a una temperatura ambiente neutra?<br>Anota las notas en la pizarra, para que los alumnos vean que todas sus sensaciones y emociones están conectadas y son similares a las de sus compañeros.<br>Hoy vamos a aprender cómo el agua se comporta de manera diferente a diferentes temperaturas. ¡Usaremos un ejemplo divertido para entender esto mejor!<br>Comience preguntando a los estudiantes qué saben sobre el agua. ¿Qué formas puede tomar el agua? (Espere respuestas como líquido, hielo y vapor). Explique que hoy van a aprender cómo la energía del calor cambia el agua de una forma a otra. | 10 minutos | Círculo de discusión |

|  | ACTIVIDAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | TIEMPO            | RECURSOS                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------|
| <p><b>IMPORTANTE<br/>SABER Y HACER</b><br/>Los conceptos básicos</p>           | <p>Comience explicando que todo lo que nos rodea, incluida el agua, está formado por pequeñas partículas llamadas moléculas. Entonces, de ahora en adelante, cada uno de ustedes representará una molécula.</p> <p><b>Estado sólido:</b><br/>Primero, todos seremos un gran iceberg. Pida a los estudiantes que se paren muy cerca unos de otros, hombro con hombro, y que se abracen para quedarse quietos. Pregúntales, ¿te sientes apretado o sientes que puedes fluir?<br/>Ahora explica, cuando el agua está muy fría, se convierte en hielo. ¿Por qué? Porque las moléculas de agua se mueven lentamente y permanecen muy juntas, como cuando se agrupan como grupo para representar un iceberg.</p> <p><b>Estado líquido:</b><br/>Ahora imagina que la temperatura empieza a subir un poquito, ¿qué harías? ¿Pueden comenzar a moverse lentamente uno alrededor del otro en un área pequeña, sin dejar de permanecer cerca pero ahora capaces de moverse libremente? ¿Qué sientes que es diferente?<br/>Esto es lo que sucede cuando comenzamos a agregar calor a un iceberg, comienza a derretirse y convertirse en fluido. El agua es líquida porque las moléculas tienen un poco más de energía, por lo que se mueven más y no están tan apretadas como en el hielo. Son como si estuvieras jugando: no demasiado lejos pero aún tocándose.</p> <p><b>Estado del gas:</b><br/>Ahora, ¿qué harías si hiciera mucho, mucho calor, mucho, mucho calor? Haga que los estudiantes se dispersen aún más y se muevan rápidamente por la sala, sin necesidad de permanecer en contacto. ¿Cómo te sientes ahora? ¿Te sientes más libre?<br/>Cuando el agua se calienta, las moléculas ganan energía y comienzan a moverse cada vez más rápido. Se extienden porque vibran mucho, como cuando estás emocionado y saltas. Resume que el calor (energía) hace que las moléculas de agua se muevan más rápido y se separen, cambiando de sólido a líquido y a gas. Cuando hace más frío ocurre lo contrario: las moléculas se ralentizan y se acercan, pasando de gas a líquido y a sólido.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>15 minutos</p> | <p>Espacio abierto para una actividad grupal segura</p> |
| <p><b>APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO</b><br/>Grandes Ideas Conexiones</p>           | <p>Así como el agua puede cambiar de estado con la adición o eliminación de calor, nuestras emociones también pueden cambiar, según cómo reaccionamos ante diferentes situaciones o qué actividades realizamos. Comprender que nuestro estado emocional es fluido y puede cambiar nos ayuda a aprender a manejarlo. nuestros sentimientos mejor.</p> <p>Utilice también la información recopilada en la actividad sensorial inicial conectando las respuestas anteriores de los estudiantes.<br/>Haga que cada estudiante dibuje un "Informe del clima emocional" de su estado emocional actual. ¿Es sólido, líquido o gaseoso? Pueden usar colores y símbolos para representar sus sentimientos.</p> <p><b>Sólido (Hielo) - Sentirse estancado o triste:</b><br/>¿Cómo te sientes cuando estás estancado o triste? ¿Eres capaz de moverte con facilidad? Así como las moléculas de agua en el hielo están pegadas y no se mueven mucho, a veces podemos sentirnos estancados o tristes, como si no pudiéramos movernos o no queramos hacer nada. Esto es como estar en un estado emocional "sólido" en el que resulta difícil realizar cambios.<br/>Pregunte al estudiante, ¿qué actividades podemos hacer para cambiar este estado?<br/>Algunos ejemplos: Ejercicio de calentamiento: hacer algo activo, como saltos de tijera o una caminata corta, puede aportar "calidez" y energía, ayudándonos a "derretir" la sensación de estancamiento y avanzar hacia una sensación de mayor fluidez y libertad.</p> <p><b>Líquido (Agua) - Sentirse tranquilo o feliz:</b><br/>¿Cómo te sientes cuando estás tranquilo y feliz?<br/>El agua fluye libremente y se adapta a su recipiente, similar a sentirnos tranquilos o felices donde nos sentimos más flexibles y relajados. Este es un estado "líquido" en el que nos sentimos cómodos pero aún podemos cambiar de forma según sea necesario.<br/>Pregunte al estudiante, ¿qué actividades podemos hacer para mantener este estado?<br/>Algunos ejemplos: Técnicas de relajación: practique la respiración profunda, lea su libro favorito o dibuje. Estas actividades mantienen nuestro estado emocional fluido y adaptable, como el agua, permitiéndonos mantener la calma y la felicidad.</p> <p><b>Gas (vapor): sentirse enojado o frustrado:</b><br/>¿Cómo te sientes cuando estás enojado y frustrado?<br/>Cuando el agua hierve y se convierte en vapor, se expande rápidamente y se mueve rápidamente, tal como nos sentiríamos cuando estamos enojados o frustrados: mucha energía se mueve rápidamente y, a veces, de manera caótica.<br/>Pregunte al estudiante, ¿qué actividades podemos hacer para cambiar este estado?<br/>Algunos ejemplos: Conversación para relajarse: hablar sobre lo que nos molesta con un amigo, maestro o familiar puede ser como bajar la temperatura. Nos ayuda a refrescarnos y volver a un estado más líquido donde nos sentimos mejor.</p> <p>Ahora añada a tu informe meteorológico ¿cómo te sientes ahora? Invite a los estudiantes a compartir sus informes meteorológicos si se sienten cómodos.<br/>Refuerce la idea de que, al igual que el clima o los estados de la materia, las emociones cambian y está bien sentirse diferente en distintos momentos. Lo importante es saber cuidarnos a través de estos cambios.<br/>Discuta en grupo algunas actividades que podrían ayudar a cambiar o mantener su "clima emocional" para mejor.</p> | <p>20 minutos</p> | <p>Hoja de actividades impresa.</p>                     |

|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |               |                              |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------|
|  | <b>ACTIVIDAD</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>TIEMPO</b> | <b>RECURSOS</b>              |
| <b>EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE Evaluación</b>                                     | <p>Los niños llevarán a sus padres, abuelos, tíos, tías o a quien elijan una hoja en blanco del Informe del clima emocional. Procederán a explicar cómo los sentimientos como el agua cambian de estado y les mostrarán lo que aprendieron durante la miniclasa.</p> <p>La persona completará el Informe del clima emocional resumiendo su comprensión de la clase que le dio el niño y se lo enviará al maestro.</p> | En casa       | Hoja de actividades impresa. |
| <b>Indicador de CIERRE/ participativo</b>                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Pueden los niños reconocer y etiquetar con precisión emociones simples como tristeza, enojo y felicidad?</li> <li>• ¿Pueden los estudiantes responder a la pregunta: ¿Cómo se relacionan la materia y la energía?</li> <li>• Autoevaluación del estudiante mediante imágenes y criterios co-construidos utilizando la hoja de trabajo de la clase.</li> </ul>               |               |                              |

## Hoja de trabajo de la clase: Informe meteorológico

| ESTADO DE LA MATERIA                                                                        | EMOCIÓN | ¿LO QUE NECESITO?<br>Más T o menos T | ¿QUE PUEDO HACER? |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------|-------------------|
|  Sólido  |         |                                      |                   |
|  Líquido |         |                                      |                   |
|  Gaseoso |         |                                      |                   |



[www.tongoedu.co](http://www.tongoedu.co)

   Tongo Metodo

  Tongo.metodo

  +57 313 797 30 77

 +1 778 899 46 18

 [info@tongoedu.com](mailto:info@tongoedu.com)