



Preescolar Currículo

Mes: julio Semana: 5 Tema: Bienestar Estudiantil

Día 1	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	SW1.1 Demostrar autoconciencia y confianza SW2.1 Demostrar autocontrol
Indicadores		
	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Puede copiar poses básicas con ayuda y permanecer en su espacio.	Puede seguir un flujo corto de movimientos y describir cómo les hace sentir.
<i>Actividad: Yoga Flujo Tranquilo en el Estanque</i> Guíe a los niños a través de una secuencia de yoga suave inspirada en el estanque, como la postura de la rana, la postura de la mariposa y la postura del nenúfar en reposo. Use música suave o sonidos de la naturaleza y anime a los niños a respirar lentamente mientras se mueven. Hablen sobre cómo nuestros cuerpos se sienten tranquilos y fuertes al estirarnos y respirar. Esta actividad fomenta la atención plena, la conciencia corporal y la regulación emocional.		
Recursos/Materiales Música de fondo tranquila	Vocabulario clave: calma, estirate, respira	Apoyo:



Mes: julio Semana: 5 Tema: Bienestar Estudiantil

Día 2	<table border="1"> <tr> <th colspan="2" data-bbox="386 363 898 405">Tema(s) Fundamento(s)</th></tr> <tr> <td data-bbox="386 405 898 636">Semana de revisión</td><td data-bbox="906 405 1414 636"> SW1.2 Demostrar identificación y expresión de emociones. SW4.1 Demostrar habilidades de relación </td></tr> </table>	Tema(s) Fundamento(s)		Semana de revisión	SW1.2 Demostrar identificación y expresión de emociones. SW4.1 Demostrar habilidades de relación
Tema(s) Fundamento(s)					
Semana de revisión	SW1.2 Demostrar identificación y expresión de emociones. SW4.1 Demostrar habilidades de relación				
Indicadores	<table border="1"> <tr> <th data-bbox="386 730 898 793">Preescolar más joven</th><th data-bbox="906 730 1414 793">Preescolar mayor</th></tr> <tr> <td data-bbox="386 793 898 898">Puede nombrar o señalar a un amigo y compartir algo simple.</td><td data-bbox="906 793 1414 898">Puede describir una acción amable que realizaron o recibieron de un compañero.</td></tr> </table>	Preescolar más joven	Preescolar mayor	Puede nombrar o señalar a un amigo y compartir algo simple.	Puede describir una acción amable que realizaron o recibieron de un compañero.
Preescolar más joven	Preescolar mayor				
Puede nombrar o señalar a un amigo y compartir algo simple.	Puede describir una acción amable que realizaron o recibieron de un compañero.				
Actividad: <i>Tiempo del círculo de la amistad</i> Siéntense en círculo e inviten a los niños a compartir algo bueno que hicieron por un amigo o algo que alguien hizo por ellos. Usen un peluche o un bastón de la palabra para que cada niño tenga su turno. Comenten cómo ser amables nos ayuda a forjar amistades y a sentirnos bien por dentro. Terminen con un abrazo grupal o una ovación.					
Recursos/Materiales Animal de peluche o bastón parlante	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="548 1213 881 1398">Vocabulario clave: amigo, amable, compartir</td><td data-bbox="889 1213 1414 1398">Apoyo:</td></tr> </table>	Vocabulario clave: amigo, amable, compartir	Apoyo:		
Vocabulario clave: amigo, amable, compartir	Apoyo:				



Mes: julio Semana: 5 Tema: Bienestar Estudiantil

Día 3	Tema(s) Fundamento(s) Semana de revisión SW1.2 Demostrar identificación y expresión de emociones. SW2.1 Demostrar autocontrol	
Indicadores	Preescolar más joven Preescolar mayor	
	Puede señalar una cara emocional y decir o imitar el sentimiento. Puede describir una ocasión en la que sintieron una emoción y cómo la manejaron.	
Actividad: <i>Hora de cuentos y charla</i> Aprovecha la hora del cuento para repasar un libro sobre sentimientos. Pide a los niños que elijan uno que muestre cómo se sienten hoy y que lo compartan si quieren. Habla brevemente sobre cómo podemos calmarnos cuando nos sentimos enojados, tristes o emocionados. Refuerza el reconocimiento de emociones y el uso de herramientas de autocontrol como respirar o pedir ayuda.		
Recursos/Materiales Piedras o cartas de emociones	Vocabulario clave: feliz, enojado, tranquilo	Apoyo:



Mes: julio Semana: 5 Tema: Bienestar Estudiantil

Día 4	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	SW1.1 Demostrar autoconciencia y confianza SW2.1 Demostrar autocontrol
Indicadores		
	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Puede señalar un cuadro de sentimientos para identificar cómo se sienten.	Pueden hablar sobre lo que les hizo sentir de determinada manera y lo que les ayudó a sentirse mejor.

Actividad: *Registro de sentimientos*

Comience el día con una tabla de sentimientos en el aula, donde los niños coloquen su nombre o imagen debajo de una carita de emoción. Pregúnteles: "¿Cómo te sientes hoy?" y "¿Qué necesitas si te sientes triste o cansado?". Ofrézcales opciones como un rincón tranquilo, un abrazo o respirar profundamente. Esta revisión diaria desarrolla su vocabulario emocional y favorece la regulación.

Recursos/Materiales • Cuadro de sentimientos con caras • Herramientas calmantes (peluche, objeto antiestrés, almohada)	Vocabulario clave: sentimiento, calma, elección	Apoyo:
--	---	---------------



Mes: julio Semana: 5 Tema: Bienestar Estudiantil

Día 5	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	SW2.1 Demostrar autocontrol SW1.1 Demostrar autoconciencia y confianza
Indicadores	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Puede realizar algunas poses y escuchar las señales del maestro.	Puede completar la secuencia completa y describir cómo el movimiento les ayuda a sentirse mejor.
Actividad: <i>Yoga en la naturaleza</i> Retome el yoga con un toque natural, incluyendo posturas del oso, del árbol y de la montaña. Reproduzca sonidos suaves del aire libre y fomente una respiración lenta y constante. Los niños estirarán el cuerpo mientras desarrollan la conciencia del espacio y las emociones. Pregunte: "¿Cómo te sientes después de hacer yoga hoy?" para que los niños noten los efectos calmantes.		
Recursos/Materiales Sonidos tranquilos del bosque	Vocabulario clave: pose, tranquilo, fuerte	Apoyo: