



Mes: agosto Semana: 4 Tema: Bienestar Estudiantil

Día 1	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	SW2.1 Demostrar autocontrol
Indicadores		
	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Puede soplar un molinete con la ayuda del maestro para calmarse.	Puede practicar la respiración lenta y constante de forma independiente para autorregularse.

Actividad: Respiración profunda con molinetes

Los niños aprenderán a calmarse practicando la respiración profunda con remolinos de colores. La maestra les mostrará cómo respirar lentamente y soplar suavemente para que el remolino gire. Los preescolares más pequeños pueden simplemente disfrutar soplando y viendo girar el remolino, mientras que los preescolares mayores practican la respiración regular y hablan sobre cuándo pueden usar respiraciones profundas (por ejemplo, cuando están molestos o esperando su turno). Esta actividad ayuda a los niños a reconocer cómo calmarse y a desarrollar habilidades de autorregulación.

Desafío para niños en edad preescolar mayores: Incentive a los niños en edad preescolar mayores a contar lentamente hasta tres mientras inhalan y exhalan.

Recursos/Materiales	Vocabulario clave: respirar, calmar, girar	Apoyo:
• Molinillos de colores (1 por niño si es posible)		

**Mes: agosto Semana: 4 Tema: Bienestar Estudiantil**

Día 2	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	SW4.1 Demostrar habilidades de relación
Indicadores	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Puede repetir un cumplido simple modelado por el maestro.	Puede crear y compartir cumplidos originales con sus compañeros.

Actividad: Círculo de cumplidos

Los niños se sentarán en círculo y, por turnos, felicitarán a un compañero. El maestro modelará cómo decir algo amable (por ejemplo, "Me gusta tu dibujo"). Los preescolares más pequeños podrían necesitar frases iniciales para repetir, mientras que los preescolares mayores generarán sus propios cumplidos. Después de que todos compartan, la clase reflexionará sobre cómo les hacen sentir los cumplidos. Esta actividad fomenta la amabilidad, la empatía y la construcción de relaciones positivas.

Desafío para niños en edad preescolar mayores: Pídeles a los niños mayores en edad preescolar que expliquen por qué hicieron ese cumplido.

Recursos/Materiales	Vocabulario clave: amable, amigo, compartir	Apoyo:
• No se requiere ninguno		

**Mes: agosto Semana: 4 Tema: Bienestar Estudiantil**

Día 3	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	SW2.1 Demostrar autocontrol SW3.1 Demostrar resolución de conflictos
Indicadores		
	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Se puede utilizar una herramienta calmante con apoyo.	Puede elegir y utilizar de forma independiente estrategias para calmarse.

Actividad: Práctica del rincón de la calma

Se les presentará a los niños el rincón de la calma del aula, un espacio seguro con peluches, libros y herramientas sensoriales. El maestro explica cuándo y cómo usar el rincón. Los preescolares más pequeños pueden explorar un objeto relajante con ayuda, mientras que los preescolares mayores representarán situaciones en las que podrían usar el espacio (por ejemplo, "Estaba enojado, así que respiré hondo aquí"). Practicar con anticipación facilita la estrategia en situaciones reales.

Desafío para niños en edad preescolar mayores: Haga que los niños en edad preescolar mayores modelen estrategias de calma para la clase.

Recursos/Materiales	Vocabulario clave: calma, espacio, sensación	Apoyo:
• Configuración del rincón de la calma (juguetes de peluche, botellas sensoriales, libros, molinetes)		

**Mes: agosto Semana: 4 Tema: Bienestar Estudiantil**

Día 4	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	SW1.2 Demostrar identificación y expresión de emociones. SW4.1 Demostrar habilidades de relación
Indicadores		
	Preescolar más joven	Preescolar mayor
	Pueden compartir algo que les guste o por lo que estén agradecidos.	Pueden explicar por qué están agradecidos y escribir/dibujar sobre ello.

Actividad: Boletos de gratitud

Cada niño recibirá un boleto (un pequeño trozo de papel) para escribir o dibujar algo por lo que esté agradecido. Los preescolares más pequeños pueden decir su palabra para que el maestro escriba y dibuje una imagen, mientras que los preescolares mayores escribirán o dibujarán solos. Los boletos se colocan en una caja de gratitud para compartir durante la hora del círculo. Esto fomenta la conciencia emocional y el aprecio por los demás.

Desafío para niños en edad preescolar mayores: Invite a los niños mayores a entregar su boleto de gratitud directamente a un compañero o maestro.

Recursos/Materiales	Vocabulario clave: agradecido, feliz, compartir	Apoyo:
• Pequeños trozos de papel (“tickets”)		

**Mes: agosto Semana: 4 Tema: Bienestar Estudiantil**

Día 5	Tema(s) Fundamento(s)	
	Semana de revisión	SW1.1 Demostrar autoconciencia y confianza
Indicadores		
	Preescolar más joven	Preescolar mayor
Actividad: Dibujo de registro de sentimientos Los niños comenzarán el día dibujando cómo se sienten. El maestro les proporcionará tarjetas de emociones como apoyo. Los preescolares más pequeños pueden elegir una tarjeta y copiar la cara de la emoción, mientras que los preescolares mayores dibujarán su propia expresión detallada y explicarán por qué se sienten así. El grupo reflexionará en conjunto, fomentando el desarrollo socioemocional y la confianza para expresar emociones.		
Desafío para niños en edad preescolar mayores: Pídeles a los niños mayores en edad preescolar que dicten o escriban una oración sobre su dibujo (por ejemplo, "Me siento emocionado porque es viernes").		
Recursos/Materiales <ul style="list-style-type: none">● Papel en blanco● Tarjetas con caras de emociones● Crayones y marcadores	Vocabulario clave: sentirse feliz, triste	Apoyo: