

El “Baúl de las emociones” de Sala Lila

Escuela: N°1 DE 12 "Rita Latallada de Victoria"

Autora: Aldana Carola Ugarteche

Sala/grado/año: Sala de cuatro

Breve descripción

Con el objetivo de fomentar la autorregulación emocional en los niños y las niñas, se implementó un proyecto de aprendizaje activo que les permitió reconocer, nombrar y gestionar sus diversas emociones. La premisa central del proyecto fue el aprendizaje a través de la creación, empoderando a los estudiantes para que diseñaran sus propias herramientas de calma.

El proyecto culminó con la confección de una variedad de elementos sensoriales y manipulativos para el "Baúl de la Calma" de la sala. Entre los materiales creados, que serán utilizados por los niños y las niñas de manera autónoma cuando lo requieran (ante situaciones de frustración, enojo o sobrecarga emocional), se incluyen:

- Juguetes de enfoque y manipulación: *pop-its* (o burbujas sensoriales), *squishies* y globos rellenos de harina.
- Elementos de confort y relajación: mantas de la calma.
- Actividades de concentración: mandalas para colorear.

Al crear sus propios recursos, los niños y las niñas establecen un vínculo afectivo con las herramientas, lo que fortalece su agencia y la efectividad de las estrategias de autorregulación ante los desafíos emocionales de la vida cotidiana.

Situación inicial

Si bien la mayoría de los niños y las niñas habían avanzado en el uso del lenguaje verbal como herramienta primaria para resolver conflictos y expresar sus necesidades (indicando un progreso en la competencia comunicativa), se observó

que ciertos niños aún manifestaban ante la frustración, la espera o un conflicto con pares, reacciones corporales o gritos, requiriendo el apoyo externo e inmediato del adulto para lograr la calma, lo que generaba interrupciones frecuentes en la dinámica grupal y dificultaba el proceso de autonomía emocional.

Objetivos

- Promover el uso intencional del lenguaje oral como principal vía para la exteriorización y comunicación de los estados de ánimo, deseos, conocimientos y necesidades de los niños y las niñas.
- Generar oportunidades para que los niños y las niñas expresen y representen sus ideas, sentimientos, pensamientos y emociones a través de diversas producciones artísticas y lúdicas.
- Favorecer el reconocimiento y la regulación de las emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, asombro y enojo), ofreciendo estrategias y herramientas que permitan a los estudiantes modular su expresión.
- Diseñar e implementar experiencias lúdicas y expresivas que estimulen el desarrollo de las habilidades socioemocionales esenciales para la convivencia y el bienestar personal.

Objetivos de aprendizaje:

Que los niños y las niñas avancen en sus posibilidades de:

- Emplear el lenguaje oral para expresar estados de ánimos, deseos, conocimientos y necesidades.
- Expresar ideas, sentimientos pensamientos y emociones a través de sus producciones.
- Reconocer y regular las expresiones de emociones básicas como alegría, tristeza, miedo, asombro y enojo.
- Desarrollar habilidades socioemocionales mediante experiencias lúdicas y expresivas.

Contenidos

LENGUA

Bloque: oralidad

- Uso del lenguaje oral como medio para expresar emociones, necesidades e ideas.

ARTES VISUALES

Bloque: construcción de la mirada (apreciación)

- Construcción de significados personales ante las producciones propias, de sus pares y de diferentes creadores.

Bloque: laboratorio expresivo (producción)

- Construcción de objetos con distintos materiales y elementos para la realización del “El baúl de las emociones” de Sala Lila.

EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL

Bloque: valorar la afectividad

- Emociones, sentimientos, afectos, opiniones propias: su identificación y expresión.

Destinatarios

Niños y niñas de cuatro años.

Secuencia didáctica

1- Se observan fotos de niños y niñas con emociones diferentes y se conversa acerca de ellas, cómo está cada uno y cada una. “¿Ustedes qué cara ponen cuando están tristes/contentos/enojados/asustados? ¿la rabia la calmamos con respiración (dramatizamos) y el miedo? ¿Y la tristeza? Que nos pone tristes, que nos da miedo?”. se registra en una cartulina.

2- En un afiche se colocan imágenes de los niños y niñas vistos en la actividad anterior y se coloca la emoción.

3- Se presenta el Baúl de las emociones. Se colocan allí las producciones hechas por alumnos y alumnas, para usarlas cuando lo piensen necesario, se explica que serán “elementos que nos calmen”.

4- Se dibujan caras, se les pone la emoción, se pega en la cartulina de la actividad anterior de acuerdo a la emoción al lado de lo escrito.

5- Se observa el video “el puercoespín en navidad” (<https://www.youtube.com/watch?v=zmXnl8lCK9A>) y se conversa acerca de la situación del erizo y qué pasa con sus compañeros.

6- Se contará el cuento de “Monstruo triste, monstruo feliz” reflexionarán al respecto sobre lo que los hace feliz o triste a ellos/as

7- Se hacen máscaras y se dice en qué estado de ánimo se encuentran. Serán insumos para el baúl.

8- Se dibujan círculos (mandalas) para poner en el baúl y pintar cuando se requiera.

9- Multitarea. En un espacio se rellenan globos con harina. En otro, bolsitas con semillas.

10- En algún momento del día se realiza una ronda de intercambio, cada uno y cada una con su globo expresará cómo se siente hoy y ahora, para dejarlo registrado, se pinta un círculo de la actividad anterior y se coloca en el baúl. La docente escribe lo que el niño o la niña manifieste.

11- Se pide a las familias que envíen trapos de piso, toallas o mantas intervenidos, para colocarlos en el baúl y utilizarlos en momentos de relajación y/o lectura de cuentos. Se las presenta como “alfombras de la calma”.

12- Se realizan pompones con lana para poner en el baúl.

13- En los momentos de relajación, la docente pone música instrumental y pide que se pongan cómodos con su “alfombra de la calma”, para luego pasar con un títere, palo de lluvia o tela.

14- Multitarea: un grupo rellena botellas pequeñas con agua y colorante, el otro coloca semillas en viboritas de tela. Se ponen en el baúl.

15- Elaboración de un popit. Instrucciones: método 3 con los globitos ya hechos y luego se lleva para pegar con silicona.

16- Se rellenan sachets de yogur con plástico para hacer un “escuishi”.

17- Se dibujan y escriben los nombres para pegar en cada “escuishi”.

18- Producto final: El “Baúl de las emociones” de Sala Lila está al alcance de los niños y niñas. Se les dice que cuando se sientan tristes o enojados, pueden tomar su alfombra u otro elemento del baúl y calmarse, y que luego se hablará de ese sentimiento que tienen a grupo total y para ver todos y todas cómo ayudar.

Otros actores

Las familias fueron integradas en la jornada de Educación Sexual Integral, donde se realizó una lectura del cuento "Tengo un Volcán" y luego se les pidió que contarán que los enojaba y con qué apagaban ese enojo.

Evaluación

1. Reconocimiento y nombramiento de emociones: identificación verbal o gestual de las emociones básicas (alegría, tristeza, enojo, miedo) en uno mismo y en otros.
2. Uso autónomo de estrategias de calma: selección y utilización espontánea y adecuada de las herramientas del Baúl de la calma ante un desborde emocional o conflicto. Disminución de la dependencia del apoyo docente para volver a la calma.
3. Expresión y comunicación (socioemocional): avance en el empleo del lenguaje oral para comunicar estados de ánimo, frustraciones o deseos, reduciendo las respuestas impulsivas. Participación en la creación de los materiales, demostrando comprensión del propósito de la herramienta.
4. Habilidades socioemocionales y convivencia: mejora en la resolución de conflictos con pares (empleando el diálogo o la mediación).

Bibliografía

Ministerio de Educación de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. (2025). *Diseño Curricular para la Educación Inicial: Niñas y niños de 4 y 5 años*. Dirección General de Planeamiento Educativo. URL: https://buenosaires.gob.ar/sites/default/files/2025-04/DC_Inicial_Salas_4_y_5.pdf