



Lección del Cerebro- Amígdala Perro Guardián

Porque nos gusta: Disfrutamos enseñando a los estudiantes sobre su cerebro y cómo estar a cargo de él. Cuando los niños comprenden cómo funciona su cerebro y que además pueden estar a cargo de él, están capacitados para asumir la responsabilidad de sí mismos. La amígdala es un actor clave en el cerebro porque gracias a ella, podemos pelear, huir o quedarnos quietos cuando estamos en peligro y de donde provienen los sentimientos y emociones grandes.

Duración: 30 minutos

Materiales: Títere búho sabio, títere de la Sra. Elefante, títere de perro guardián, campana, poster del cerebro, tabla de sentimientos, **página de los títeres para colorear conscientemente**, lapiceros de colores.

Actividades de la Lección: La Campana, **Coloreando Conscientemente**.

FocusedKids Video: [Tres Partes Importantes del Cerebro](#)

FocusedKids Libro: [Yo Estoy a Salvo y Yo estoy Saludable](#).

VOCABULARIO

Perro guardián, amígdala, campana, calma, enfoque, emociones, sentimientos (recomendamos tener un gráfico que muestre diferentes sentimientos y palabras e imágenes de emociones)

HASLO UN HABITO

Habla de cuando notas que tus estudiantes están en alerta. Pregunta a la clase: “Que podemos hacer para calmar a nuestro perro guardián ahora?”.

PRACTICALO

Practique colorear conscientemente todos los días durante 5 a 10 minutos.

Sostenga el títere del perro guardián como una señal de que la clase necesita calmarse. Anime a los estudiantes a sostener un títere cuando sientan que la clase necesita calmarse.

Dale a cada estudiante un contenedor para guardar sus títeres mientras completan cada uno.

MANDALO A CASA

Una vez que los estudiantes hayan completado los 3 títeres que representan al cerebro, envíe a casa una descripción para los padres sobre las 3 partes del cerebro que son los jugadores claves en el cerebro. ¡Anime a los estudiantes a que enseñen a sus padres sobre los 3 jugadores claves del cerebro!

LECCION CENTRAL





Actividad de Inicio

“Antes de empezar a aprender acerca de nuestro cerebro, nosotros tenemos que poner a nuestro cerebro listo.”

Comience presentando la campana, si aún no lo ha hecho. Empiece con la campana. Ponga sus manos en el vientre u otro punto del cuerpo (corazón, regazo, rodillas). Escuche la campana consecutivamente de una a tres veces, dependiendo de las necesidades de los estudiantes para ser regulados. Vea la lección de la campana. [La Campanada](#). Utilice este breve tiempo para ayudar a los estudiantes a preparar sus cerebros y cuerpos para estar listos para aprender.

Que Decir

Una parte clave de esta lección es involucrar a la clase haciendo que los títeres que representan al cerebro hablen. Esto puede parecer raro o incómodo al principio, pero es necesario para crear participación de la clase e integrar la información.

- "¡Hoy vamos a empezar a aprender sobre nuestro cerebro!"
- "¿Sabes dónde está tu cerebro? ¡¿Eso es correcto?!"
- Tenga una conversación rápida sobre el cerebro. ¿Cómo se siente? ¿Cómo está protegido nuestro cerebro? Esto ayudará a que los estudiantes se involucren en la clase. Si tiene un cerebro modelo ya sea de plástico o papel páselo a cada estudiante.
- "Hoy he traído a un amigo que nos va a enseñar sobre una parte realmente importante de nuestro cerebro. ¿Estás listo para conocerlo?"
- Presente al títere del Perro Guardián haciéndolo ruidoso y travieso con la clase. Explique que el perro guardián representa una parte realmente importante del cerebro.

ESTE DIÁLOGO, SOLO ES UNA GUÍA. USE Y ADAPTALO A TU ESTILO.

- "¡Hola, chicos y chicas! ¡Estoy MUY emocionado de estar aquí hoy! ¡Oh, mirenselo a todos ustedes! ¿Estás listo para aprender todo sobre mí? "
- "Tengo un trabajo enorme ... tengo que mantenerte a salvo. ¿Te sientes seguro ahora mismo?"
- Dime qué te hace sentir seguro ahora? Sabías que cuando estás asustado, triste, enojado, hambriento o cansado, soy yo quien les hace saber a todos los demás qué necesitas ayuda. Hago esto (ladrar). ¿Conoces los momentos en los que lloras o simplemente te enojas? (pídales que nombren algunos de esos comportamientos).





	<ul style="list-style-type: none"> • Ahí es cuando ladro. Entonces alguien te ayudará a sentirte mejor. También me encargo de la "curiosidad". ¿Sabes qué es eso? Es cuando estás haciendo una cosa y luego sucede otra y quieres saber qué es. Así que dejas lo que estás haciendo y pasas a lo nuevo ". (Demuestre con el títere del perro guardián oliendo, moviéndose y oliendo algo más.) "La curiosidad es algo grandioso porque puedes aprender cosas nuevas". • “¿Quieres saber cuál es el nombre de esa parte del cerebro? Es una palabra realmente importante. ¡¿Estás listo?!” • Amígdala! Haz que repitan la palabra varias veces con la clase, lo que incluye silabear y decirlo: “A-míg-da-la.” • “Repite después de mi y aplaude después de cada sílaba” (3 veces). • Canta: "A-míg-da-la, te mantengo a salvo! A-míg-da-la, te mantengo a salvo! A-míg-da-la, te mantendré a salvo!" • “Cuando creo que estás en peligro o necesitas algo realmente importante como comer o dormir o pasar tiempo con mamá, o cuando tengo curiosidad, me apodero del cerebro. ¡Puede sentirse como si estuvieras volteando una tapa! Y cuando esto sucede, las otras partes de tu cerebro no funcionan bien como debe de ser, lo que dificulta el aprendizaje o la atención. Entonces tienes que ayudarme a calmarme. ¡Por eso respiramos profundamente! ”
Actividad de la Lección	<ul style="list-style-type: none"> ☐ Coloreando Conscientemente: El títere del Perro Guardián.
Terminando con Gratitud	<p>Para terminar cree una rutina con tu clase en torno a la gratitud. Sabemos que cuando los niños practican pensar en aquello por lo que están agradecidos, sus cerebros se conectan para ser más felices, estar más tranquilos y menos estresados. Consulte la sección de gratitud para obtener más ideas. Ideas para crear gratitud en los estudiantes</p>

EXTENSIÓN DE LA LECCIÓN

La Ciencia del Cerebro	<ul style="list-style-type: none"> ☐ La amígdala está completamente desarrollada antes del nacimiento. La amígdala se encuentra muy adentro en el cerebro y es
------------------------	---





	aproximadamente del tamaño de una almendra.
Libros	<input type="checkbox"/> Your Fantastic Elastic Brain <input type="checkbox"/> Your Brain
Páginas Web	<input type="checkbox"/> https://momentousinstitute.org/ <input type="checkbox"/> Focusedkids.org (https://focusedkids.org/what-you-need-to-know-old/kids-brains/)

CREA TU PROPIA VERSIÓN!

