

Amor

Cuando alguien me importa mucho

El hilo que nos une

15 minutos

4 a 9 años

Todo el grupo

Pensado para la Cátedra de Educación Emocional

OBJETIVO

Nombrar el amor como la emoción que señala lo que nos importa, y reconocer dónde se siente en el cuerpo.

EN EL MAPA DE OJAI

En el cuerpo: calidez en el pecho, como si el corazón se abriera. En la mente: «*Esto me importa. Esto tiene valor*». Señala: lo que valoras de verdad.

MATERIALES

- Un ovillo de lana (si es coral, mejor)
- La página para colorear de Ojai (ficha para familias)
- Colores

PASO A PASO

- 1** **2 min** Presente a Ojai coral: «Cuando alguien me importa mucho, siento calorcito en el pecho».
- 2** **2 min** Todo el grupo pone una mano en el pecho y respira tres veces, despacio.
- 3** **7 min** En círculo, quien tiene el ovillo dice algo o alguien que le importa y lo lanza a otra persona, sin soltar su punta. Quien no quiera hablar puede pasar.
- 4** **4 min** Levanten la red entre todos y mírenla: lo que nos importa también nos une.



CIERRE

Cada estudiante se lleva la página para colorear y la termina en casa, con su familia.

PREGUNTA PARA EL GRUPO



¿Dónde sienten en el cuerpo algo que les importa mucho?

PARA TENER EN CUENTA

Hablar de familia puede tocar ausencias. Valide cualquier respuesta: una mascota, un lugar o un juguete también cuentan. Ninguna emoción es buena ni mala: se exploran como un mapa, sin puntajes ni comparaciones.

Lo que ya haces: Cada vez que llama a sus estudiantes por su nombre y los recibe con calma, ya les muestra cómo se ve el amor.

PUENTE CON CASA

Comparta con las familias la ficha para casa de amor: la misma emoción, en 5 a 10 minutos y con una página para colorear.

Ojai acompaña; no sustituye apoyo profesional.

Si una niña o un niño está en riesgo, en Colombia llama al 123 o a la Línea 192, opción 4; en otro país, al número de emergencias local.

@ojai.artstudio
ojaystudio.com