

ASIGNATURA: MATEMÁTICA

Taller: ¿Cuánto dura el tiempo?¹

Duración: 20 o 45 minutos dependiendo de la modalidad (Por grupo curso o subgrupos y luego plenario)

Materiales y equipamiento: Plumón, pizarra blanca, pliego de papel kraft, sillas, computador y proyector. Cápsulas “Paseo al Campo” y “¿Cuánto vale el tiempo?”

Asegúrese de disponer de acceso a internet al momento de realizar el taller para descargar los materiales del Canal Emocional. De lo contrario, descárguelos previamente en su computador (cápsulas audiovisuales y textos) para utilizarlos en la sesión. Recuerde que en caso de no disponer de proyector o no desee trabajar con material audiovisual, puede realizar la actividad sólo con el material escrito en reemplazo de las cápsulas.

Competencia a desarrollar: Una vez realizado este taller, las y los estudiantes habrán tomado conciencia de la influencia que ejercen las emociones sobre nuestra manera de experimentar el tiempo.

ORIENTACIONES PARA REALIZAR EL TALLER

1. Motivación:

Antes de dar inicio a la actividad sostenga una breve conversación con sus estudiantes en relación al transcurso del tiempo. Para ello puede, por ejemplo, preguntar “¿Cuánto tiempo falta para el recreo?”, “¿Cuánto tiempo llevamos en clases este año?”, “¿Se han dado cuenta que a veces se hace muy difícil esperar que algo ocurra?” u otras. La idea es prepararlos para iniciar la actividad.

Luego, invíteles a visionar la cápsula “Paseo al Campo” que narra una situación concreta relacionada con este tema para que una vez terminada la puedan comentar.

2. Presentación de la Cápsula

Exponga a sus estudiantes la cápsula audiovisual del Canal Emocional denominada “Paseo al Campo”.

3. Actividad central

¹ Autor: Octavio Poblete-Christie, docente de la Facultad de Ciencias de la Educación de la U. de Playa Ancha. Texto protegido como propiedad intelectual

Dependiendo del tiempo que disponga o de otros factores, realice una de las siguientes opciones:

Opción A: Reflexión grupal con todo el curso (20 minutos aproximadamente)

Apenas termine la cápsula, invite a sus estudiantes a reflexionar sobre ésta, recurriendo a las siguientes preguntas u otras que a Ud. le parezcan pertinentes. Para reforzar las ideas que se van exponiendo puede ir escribiendo las respuestas en un pliego de papel o una pizarra.

- ✓ ¿Les ha ocurrido algo similar a la situación narrada en la cápsula vista?, ¿Cuándo?, ¿Podrían entregar detalles?
- ✓ ¿Se han fijado en situaciones en que se les pase el tiempo más rápido?, ¿Qué emociones han sentido en esas ocasiones? ¿De qué forma influyen las emociones en esas situaciones? (tristeza, nerviosismo, entusiasmo, miedo, otra)
- ✓ ¿Se han fijado en situaciones en que se les pasa el tiempo más lento?, ¿Qué emociones han sentido en esas ocasiones?, ¿De qué forma influyen las emociones en esas situaciones? (tristeza, nerviosismo, entusiasmo, miedo, otra)
- ✓ ¿Qué tipo de situaciones les hacen sentir nerviosismo, temor, rabia, vergüenza, entusiasmo? ¿Les agrada sentir estas emociones? ¿Por qué?

Opción B: Reflexión por grupos y luego plenario: (45 minutos aproximadamente)

En este caso, se sugiere conformar los grupos por afinidad y pedirles que se reúnan lo más distanciadamente de los otros grupos para evitar interferirse.

Primera parte (trabajo por grupos, 20 minutos aproximadamente)

Asígneles a cada uno de los grupos un set de preguntas para que las respondan. En caso de que falten sets puede inventar otros que contengan otras emociones que a Ud. le parezcan pertinentes o bien asignar un mismo sets a dos o más grupos.

Set 1: Nerviosismo o temor

¿De qué forma el nerviosismo o temor pueden influir en que percibamos más rápido el paso del tiempo? ¿En qué situaciones les ha pasado esto? ¿De qué forma el nerviosismo o

temor pueden influir en que percibamos más lento el paso del tiempo? ¿En qué situaciones les ha pasado esto?

Set 2: Rabia

¿De qué forma la rabia puede influir en que percibamos más rápido el paso del tiempo? ¿En qué situaciones les ha pasado esto? ¿De qué forma la rabia puede influir en que percibamos más lento el paso del tiempo? ¿En qué situaciones les ha pasado esto?

Set 3: Tristeza

¿De qué forma la tristeza puede influir en que percibamos más rápido el paso del tiempo? ¿En qué situaciones les ha pasado esto? ¿De qué forma la rabia puede influir en que percibamos más lento el paso del tiempo? ¿En qué situaciones les ha pasado esto?

Set 4: Entusiasmo

¿De qué forma el entusiasmo puede influir en que percibamos más rápido el paso del tiempo? ¿En qué situaciones les ha pasado esto? ¿El entusiasmo influirá en que percibamos más lento el paso del tiempo? ¿Por qué?

Plenario y cierre (25 minutos aproximadamente)

Pida a un/a representante de cada grupo que exponga las respuestas de su grupo.

En la medida que cada grupo exponga agradézcales las respuestas y destaque ante el resto del curso sus puntos centrales.

Al finalizar la exposición de los grupos, realice una breve reflexión a modo de cierre de la actividad, apoyándose en las ideas orientadoras que se entregan más abajo.

Finalmente, si lo desea, puede utilizar la cápsula audiovisual presente la cápsula “¿Cuánto dura el tiempo?” para terminar con la actividad.

Ideas sugeridas para orientar la reflexión

- ✓ El paso del tiempo puede medirse objetivamente, sin embargo, la manera en que lo percibimos es totalmente subjetivo, es decir, depende de nuestra mente.
- ✓ Sin embargo, todas las emociones, tanto de valencia positiva (como la alegría o el entusiasmo), como de valencia negativa (como el temor o la rabia), pueden llegar a obstaculizar la comunicación con los demás.
- ✓ El manejo de las emociones es algo que se aprende. En ningún caso es una condición individual que no se pueda superar.

- ✓ Aprender a reconocer las emociones no siempre es tan fácil. Es una labor que requiere tiempo y práctica. No se logra de la noche a la mañana.
- ✓ Muchas veces no notamos nuestras emociones. Simplemente no las notamos mientras ocurren. En estos casos, se recomienda comenzar por aprender a atender las sensaciones que sentimos en el cuerpo.
- ✓ Otras veces, si bien las notamos podemos tener dificultades para reconocerlas con nosotros mismos. Por ejemplo, a veces nos cuesta mucho reconocer que sentimos miedo porque lo asociamos con debilidad o con ser cobardes. Al respecto, es importante destacar que es común y normal experimentar todo tipo de emociones. Lo relevante es aprender a manejar estos estados mentales y su expresión.
- ✓ Otras veces, si bien las reconocemos de manera privada, se nos hace difícil comentarlas a los demás. En este sentido, se hace muy importante desarrollar o fortalecer lazos de confianza con otras personas.
- ✓ Finalmente, si es necesario, invite a quienes observen que tienen dificultades en la comprensión y manejo de sus emociones a acercarse a los profesionales del establecimiento cuya función es justamente apoyar a resolver este tipo de situaciones.