

Cuaderno de

# NOTAS CIENTÍFICAS

Maestra Paola



# VALORES

## Valores.

Los valores son los principios por los que se rige una persona, un grupo o una sociedad. Los valores son conceptos abstractos, pero se manifiestan en cualidades y actitudes que desarrollan las personas.

## Preescolar

Los valores son actitudes y reglas de conducta según las cuales nos comportamos de acuerdo con aquello que consideramos correcto.

Es necesario conocer los valores y aplicarlos en nuestra vida diaria para tener una buena convivencia en nuestra escuela y en nuestro hogar.

La explicación de cada uno de los valores, se realizará con imágenes que representen acciones que hacen las personas que practican cada valor y con bingo de valores.

# VALORES

## Valores.

- Amistad: La amistad es una relación afectiva que se puede establecer entre dos o más individuos, a la cual están asociados valores fundamentales como el amor, la lealtad, la solidaridad, la incondicionalidad, la sinceridad y el compromiso, y que se cultiva con el trato asiduo y el interés recíproco a lo largo del tiempo.
- La cooperación es el resultado de una estrategia aplicada al objetivo, desarrollado por grupos de personas o instituciones que comparten un mismo interés u objetivo.
- La honestidad hace referencia a un conjunto de atributos personales, como la decencia, el pudor, la dignidad, la sinceridad, la justicia, la rectitud y la honradez en la forma de ser y de actuar.
- La consideración como valor demuestra a un individuo que aprecia y respeta a las personas, y que sabe responder a sus necesidades de manera consonante. Se caracteriza por tolerar las opiniones diferentes, respetar los pensamientos y sentimientos de los otros individuos.
- La generosidad es un valor o rasgo de la personalidad caracterizado por ayudar a los demás de un modo honesto sin esperar obtener nada a cambio.
- La responsabilidad consiste en tomar una serie de decisiones de manera consciente y en asumir las consecuencias que tengan, así como responder de las mismas ante quien corresponda en cada momento.

# EMOCIONES

## Las emociones

Las emociones están presentes en nuestras vidas desde que nacemos y juegan un papel relevante en la construcción de nuestra personalidad e interacción social. Vivimos las emociones en cualquier espacio y tiempo, con la familia, con los amigos, con nuestro entorno, con nuestros iguales, con nuestra escuela, con nuestros educadores, etc.

## Preescolar

Las emociones son estados internos de las personas y que afectan nuestra conducta, pensamientos y sensaciones y debemos conocer su importancia para poder regularla sin ignorar como nos sentimos respecto a las situaciones de nuestra vida cotidiana.

Se explicarán las emociones con el cuento del Mounstro de los Colores y con un dado de los Mounstros para compartir experiencias que los hagan sentir alegres, tristes, con miedo, calma, amor, y enojo.

# EMOCIONES

## Las emociones

- La alegría es una emoción amistosa o una sensación de satisfacción o felicidad [placer] de duración limitada. A menudo se toma como sinónimo de felicidad o placer.
- El enojo es una emoción que se expresa a través del resentimiento o de la irritabilidad. Los efectos físicos de la ira incluyen aumento del ritmo cardíaco, de la presión sanguínea y de los niveles de adrenalina y noradrenalina. Algunos ven la ira como parte de la respuesta cerebral de atacar o huir de una amenaza o daño percibido. La ira se vuelve el sentimiento predominante en el comportamiento cognitivamente y fisiológico cuando una persona hace la decisión consciente de adoptar medidas para detener inmediatamente el comportamiento amenazante de otra fuerza externa.
- La tristeza es una clase de dolor emocional o estado afectivo provocado por un decaimiento espiritual y expresado a menudo mediante el llanto, el rostro abatido, la falta de apetito, la lasitud etc. A menudo nos sentimos tristes cuando nuestras expectativas no se ven cumplidas o cuando las circunstancias de la vida son más dolorosas que alegres. El sentimiento opuesto es la alegría.
- El miedo es una emoción caracterizada por una intencional sensación desagradable provocada por la percepción de un peligro, real o supuesto. Se deriva a la aversión natural al riesgo o la amenaza.
- La calma es la tranquilidad de ánimo, la fortaleza emocional del sujeto que no se deja afectar de un modo negativo por las circunstancias externas.
- El amor es una emoción relativo a la afinidad entre seres, definido de diversas formas según las diferentes ideologías y puntos de vista.