

Gracias Agua

Artista/Autor(a): Naa Akua



Tiempo Necesario: 30 minutos

Enfoque Artístico: Artes Literarias

Rango de Edad: 5-8

Descripción de la Pequeña Lección:

En esta lección de atención plena, los alumnos utilizarán sus sentidos para explorar las propiedades y los dones del agua. Los alumnos practicarán la escritura creativa, la gratitud y la atención plena escribiendo notas de agradecimiento dirigidas al agua.

Conceptos Clave:

Naturaleza; gratitud; agua; escuchar; atención plena; afirmación; observación; poesía; los 5 sentidos.

Materiales Necesarios/Preparación:

- Recipiente con agua, lo suficientemente grande para colocar ambas manos
- Toalla o toallas de papel
- Taza para verter agua para beber (una botella de agua también funcionará)
- Dos vasos de vidrio similares (o dos vasos de plástico similares)
- Cuchara de metal o cuchara de plástico
- Herramienta para escribir (lápiz, bolígrafo, crayón o marcador)
- Una hoja de papel o una tarjeta de notas

Paso a Paso:

ATENCIÓN PLENA Y EL AGUA

- La atención plena significa prestar total atención a algo. Significa reducir la velocidad para notar realmente lo que usted está haciendo.
- Guíe una breve introducción a la atención plena y tómese un momento para guiarlos a inhalar y exhalar profundamente tres veces con los ojos cerrados. Pregunte: *¿Qué notaron sobre su respiración?*
- Hágale(s) saber al/a los alumno(s) que va(n) a usar su(s) sentido(s) del tacto, el gusto y el oído para conectarse con un querido amigo y que ese querido amigo es el agua.

TOCAR EL AGUA

- Coloque un recipiente con agua sobre la mesa y pida al/a los alumno(s) que coloque(n) las manos dentro del recipiente y las mueva(n). Es posible que usted desee colocar una toalla debajo del recipiente para atrapar cualquier derrame y goteo.
- Pregunte: *¿Cómo se siente el agua en sus manos? ¿Qué les gusta acerca de jugar con el agua? ¿Cómo ayuda el agua al exterior de su cuerpo?* Piensen juntos en algunos ejemplos.
- Use una toalla o toalla de papel para secarse las manos.

PROBAR EL AGUA

- Coloque una taza de agua o una botella de agua en la mesa para cada uno de los alumnos y beban el agua.
- Pregunte: *¿Cómo se siente el agua en su cuerpo cuando la beben? ¿Tiene sabor? ¿Cómo lo describirían? ¿Cómo ayuda el agua al interior de su cuerpo? ¿Cómo ayuda el agua a los cuerpos de las plantas?*

ESCUCHAR EL AGUA

- Coloque los dos vasos de vidrio similares sobre la mesa. Un vaso debe estar lleno, mientras que el otro debe estar medio lleno.
- Pida al/a los alumno(s) que golpee(n) el lado del vaso lleno con una cuchara de metal. Déjelos golpearlo suavemente unas cuantas veces para escuchar el sonido y ver cómo vibra el agua. Luego pídale que golpeen el vaso medio lleno.
- Pregunte: *¿Cómo suena el agua en un vaso lleno? ¿Cómo suena el agua en el vaso medio lleno? ¿Cómo crea el agua otros sonidos en nuestras vidas?*

CONEXIÓN DE POESÍA

- Coloque una hoja de papel o una tarjeta de notas con un bolígrafo, lápiz, crayón o marcador sobre la mesa.
- Pida a cada uno de los alumnos recuerde todas las formas en las que su amigo el agua ha estado ahí para ellos.
- Juntos, escriban tres afirmaciones positivas (declaraciones positivas) o notas de “agradecimiento” en su hoja papel.

Variaciones y Pasos Sigüientes:

- Apoye las habilidades de alfabetización enseñando un formato de carta de “agradecimiento”.
- Apoye el aprendizaje de la poesía encontrando, leyendo y escribiendo una oda acerca del agua.
- Los lectores en desarrollo pueden compartir sus ideas en voz alta o pueden dibujar su “poema” o nota de agradecimiento.

Vea un video de esta Pequeña Lección de Creative Start y encuentre más recursos en: <https://www.arts.wa.gov/creative-start/>