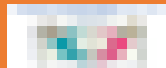


EDUCACIÓN EMOCIONAL.

**SIN EMOCIONES
NO HAY
APRENDIZAJE.**

PROYECTO EDUCATIVO DEL CEIP CLARA CAMPOAMOR (MÁLAGA)



CURSO: 2023/24



Porque muchas de las cosas que suceden en la escuela son emocionantes:

descubrir, compartir, aprender, querer, jugar, charlar, pensar, reír y vivir. Otras, generan miedos, rencores, frustraciones y tristezas. Ayudemos al alumnado a identificarlas.



1.- JUSTIFICACIÓN:

Nuestro Proyecto de Educación Emocional ha nacido de la urgente necesidad de dar respuesta a los serios problemas emocionales y de conducta que presentan algunos alumnos/as de nuestro centro. Hemos observado que estos problemas han ido en aumento los últimos años y que son bastante comunes en muchos entornos escolares.

Es un hecho que la inteligencia emocional puede aprenderse y entrenarse a lo largo de la vida, por lo que es de gran importancia que su aprendizaje se produzca desde las primeras etapas del desarrollo de la persona, ya que se considera un importante factor de protección para la salud.

También está demostrado que el desarrollo de la inteligencia emocional en el aula va a permitir que el alumnado aprenda mejor y potencie sus resultados académicos, además de contribuir a prevenir los problemas emocionales, conductuales o de drogodependencias que puedan aparecer al inicio de la adolescencia. De hecho, las estrategias para desarrollar la inteligencia emocional son recomendadas por el Plan Integral de Salud Mental de Andalucía y el Plan Andaluz sobre Drogas y Adicciones.

En nuestro centro, comenzamos a trabajar el tema de la inteligencia emocional el curso pasado a través del Programa de Promoción y Educación para la Salud en el aula “Creciendo en Salud”, el cual incluía no solo hábitos de alimentación saludable (Día de la fruta), sino también actividades encaminadas a desarrollar la inteligencia emocional.

El anteriores cursos escolares debido a la emergencia sanitaria provocada por la pandemia COVID-19 nos suscitó el mayor reto educativo de los últimos tiempos. Todos los agentes educativos asumimos responsabilidades hasta ahora desconocidas, en un clima de alta incertidumbre que se extiende a muchas de las situaciones que vivimos, y también a aquellas más directamente relacionadas con la acción docente. Ahora bien, somos conscientes de que, si en situaciones normales el comienzo de curso es un momento sensible e importante, el impacto de la situación extraordinaria alargada en el tiempo, va a incrementar la necesidad de trabajar durante el curso escolar, los aspectos socioemocionales del alumnado y la puesta en marcha de dinámicas de cohesión grupal que permitan su correcto desarrollo. Sin perder de vista la



importancia de otros ámbitos de aprendizaje, consideramos que es una medida prioritaria a desarrollar en nuestros centros educativos conocer y compartir las vivencias y experiencias del alumnado, sus emociones y sentimientos tanto positivos como negativos, así como comprender las estrategias que han desarrollado para afrontar los acontecimientos de los últimos meses y el nivel de impacto en su situación de bienestar actual. Todo ello permitirá llevar a cabo una intervención educativa ajustada a cada una de las realidades en la que se encuentran.

Por ello, creemos que es necesario dar otro paso adelante e implementar de manera transversal la Educación Emocional en tiempos de coronavirus en nuestro Proyecto Educativo. Para ello, lo incorporaremos en el día a día de nuestras aulas mediante una metodología fundamentalmente práctica (conocimiento y control de las emociones y de emociones con respecto al virus, dinámicas de cohesión de grupo, reflexión, relajación, meditación, etc.).

Existirán dos líneas de actuación:

- 1) **Preventiva.** Con la finalidad de desarrollar en el alumnado estrategias para conocer y controlar emociones y conductas mediante actividades que se realizarán en el aula diariamente.
- 2) **Intervención.** Cuando surjan brotes violentos de algunos alumnos/as. Se intentarán resolver en el Aula de convivencia (que nosotros llamaremos el Aula de la Calma) empleando diversas estrategias.

Para desarrollar nuestro proyecto, se ha creado un grupo de trabajo formado por profesorado del centro que estará coordinado por la profesora Isabel Rueda.

El grupo investigará y profundizará con el fin de ofrecer a todo el profesorado del centro recursos, estrategias y actividades, para que puedan ponerse en práctica en el aula de manera cotidiana y con carácter preventivo. Esto va a suponer un esfuerzo por parte de todo el profesorado porque estamos muy limitados por el currículo y los horarios.

El grupo de trabajo se reuniría periódicamente para hacer una puesta en común de todo el material recopilado y decidirá qué recursos son los más útiles para conseguir los objetivos propuestos.



2.- BLOQUES TEMÁTICOS, OBJETIVOS GENERALES, CONTENIDOS Y

RECURSOS PARA EL PROFESORADO:

Para la realización de nuestro proyecto, y tras revisar las aportaciones de diferentes autores y programas que abordan competencias emocionales, las habilidades para la vida de la OMS, los pilares de la educación de Delors, así como el informe del grupo de trabajo sobre promoción de la salud mental y el bienestar en el contexto de educación infantil y primaria, creado en el marco del encuentro formativo entre profesionales de Salud y Educación celebrado en Granada en 2013, se considera imprescindible el desarrollo de los siguientes bloques temáticos, fruto de una adaptación del modelo pentagonal del GROU (Grupo de Recerca en Orientación Psicopedagógica) de la Universitat de Barcelona:

- 1. Conciencia emocional:** capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás.
- 2. Regulación emocional:** capacidad para manejar las emociones de forma apropiada.
- 3. Autonomía emocional:** capacidad de sentir, pensar y tomar decisiones por sí mismo.
- 4. Competencia social:** capacidad para mantener relaciones adecuadas con otras personas.
- 5. Competencias para la vida y el bienestar:** capacidad de adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos del día a día.

Basándose en Spivack y Shure han tenido el mérito de identificar los pensamientos, o habilidades cognitivas necesarias para poder solucionar problemas interpersonales. Quienes no tengan esos pensamientos, se relacionarán mal con los demás, serán personas egocéntricas y agresivas, crearán muchos problemas.

Pero ¿cuáles son esos pensamientos necesarios para la relación interpersonal? Son cinco:

- **El pensamiento causal:** es la capacidad de determinar dónde está el



problema. Es la capacidad de formular el problema. Es la habilidad de diagnosticar correctamente los problemas interpersonales.

El pensamiento alternativo: es la capacidad de generar el mayor número posible de soluciones, una vez que está formulado el problema: "podríamos pedir un préstamo, o gastar menos, o vender algo, o hacer algún trabajo extra, ¡o robar!", etc.

El pensamiento de perspectiva: es la capacidad de ponerse en el lugar de otro, de salir del egocentrismo. Las personas agresivas tienen mucha dificultad en

ponerse en el lugar de otro (recuérdese por ejemplo a los violadores). Pero a todos

nos cuesta; es lo que más cuesta.

- **El pensamiento medios-fin:** es la capacidad de tener objetivos y saber seleccionar los mejores medios para conseguirlos. Quien no tiene objetivos.

Para el desarrollo de las citadas competencias, se establecen los siguientes objetivos generales, contenidos y recursos para el profesorado:



BLOQUE TEMÁTICO	OBJETIVOS GENERALES	CONTENIDOS
CONCIENCIA EMOCIONAL	<p>-Identificar y mejorar la expresión y reconocimiento de los diferentes tipos de emociones en sí mismos y en los demás.</p> <p>-Qué son los sentimientos y para qué se utilizan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento de las propias emociones. • Vocabulario emocional. • Conocimiento de las emociones de los demás. • Interacción entre emoción, cognición y comportamiento.
REGULACIÓN EMOCIONAL	<p>-Responder de forma apropiada a las emociones que experimentamos utilizando técnicas como el diálogo interno, la introspección, la meditación, la respiración o la relajación, entre otras.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Expresión de emociones. • Regulación de emociones y sentimientos. • Habilidades de afrontamiento. • Autogeneración de emociones positivas.



<p>AUTONOMÍA EMOCIONAL</p>	<p>´-Desarrollar en el alumnado habilidades, actitudes y valores para organizar su vida de forma sana y equilibrada, propiciando experiencias de bienestar personal y social.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Autoestima positiva. • Automotivación. • Autoeficacia emocional. • Responsabilidad. • Actitud positiva. • Análisis crítico de normas sociales. • Resiliencia.
<p>COMPETENCIA SOCIAL</p>	<p>-Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas prosociales y crear un clima de convivencia agradable para todos.</p> <p>-Favorecer el conocimiento recíproco y las amistades.</p> <p>-Establecer e interiorizar normas grupales y conductas sociales responsables.</p> <p>-Promover un clima positivo en clase donde se fomente la confianza recíproca y el apoyo emocional, la participación y la responsabilidad del alumno/a en la toma de decisiones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades sociales básicas. • Respeto por los demás. • Comunicación receptiva. • Comunicación expresiva. • Compartir emociones. • Comportamiento prosocial y cooperativo. • Asertividad. • Prevención y solución de conflictos. • Gestión de emociones colectivas en contextos sociales.



<p>COMPETENCIAS PARA LA VIDA Y EL BIENESTAR</p>	<p>-Desarrollar en el alumnado habilidades, actitudes y valores para organizar su vida de forma sana y equilibrada, propiciando experiencias de bienestar personal y social.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Fijación de objetivos adaptativos.• Toma de decisiones responsables.• Búsqueda de apoyos y recursos disponibles.• Ciudadanía activa.• Bienestar subjetivo.• Generación de experiencias óptimas en la vida.
---	--	---

Con todo ello lo que pretendemos es **potenciar las emociones positivas y aprender a gestionar y/o controlar las negativas.**



3.- TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS:

Los contenidos a trabajar se concretarán y organizarán por trimestres, en función de los problemas y necesidades que se vayan detectando en las aulas.

Dichos contenidos estarán sujetos a las modificaciones que se consideren oportunas y necesarias.

4.- FUNCIONES DEL PROFESORADO:

- Crear el ambiente apropiado en el aula a través de audiciones musicales, relajaciones, dinámicas de grupo, etc. para que el alumnado se exprese sin inhibiciones, con libertad y confianza.
- Realizar el diagnóstico emocional y social del grupo y abordar, individual o colectivamente, los problemas que se pudieran detectar en el mismo.
- . Dialogar con el alumnado sobre sus preocupaciones de la pandemia.
- . Realizar actividades y tener recursos para poder dialogar con el alumnado de sus sentimientos y dudas sobre el coronavirus.
- Potenciar el nivel de bienestar y autonomía socioemocional del alumnado.
- Guiar al alumnado en el proceso de resolución de conflictos.
- Partir de un contexto educativo que facilite la asimilación y el cumplimiento de las normas establecidas en el Centro por parte de todos los miembros del grupo.
- Tomar decisiones justas y democráticas cuando se detecten incumplimientos de las normas, siempre atendiendo a los acuerdos establecidos.

5.- LÍNEA DE TRABAJO Y ESTRATEGIAS:

La línea de actuación que se llevará a cabo con todo el alumnado en el aula es la siguiente:



1º Por la mañana, al entrar a clase:

El tutor/a o el profesor/a dedicará unos 5 minutos a preguntar al alumnado: "¿cómo nos sentimos hoy?".

2º Después del recreo:

Se realizará una relajación dirigida de unos 10 minutos. Se hará con el profesor/a que le corresponda estar en el aula en ese momento. Música: Yoga para niños/as. A elección del tutor/a.

3º Al final del día:

El tutor/a dedicará los 10 minutos últimos para hacer una reflexión sobre la jornada escolar. Para ello se preguntará al alumnado: ¿cómo nos ha ido la mañana?

4º Asamblea semanal/quincenal dependiendo del Ciclo con el tutor/a:

Una vez a la semana el alumnado tendrá una asamblea con su tutor/a en la que se tratarán los siguientes asuntos:

- La emoción que corresponda trabajar esa semana/quincena, para aprender a reconocerla y a gestionarla adecuadamente.
- Problemas de convivencia que hayan surgido durante la semana y se les dará pautas para la resolución de conflictos.
- Actividades de dinámicas de cohesión de grupo.

6.- METODOLOGÍA:

En cuanto a la metodología, este programa considera la implantación del aprendizaje cooperativo en las materias escolares para favorecer conductas de colaboración y apoyo, para aprender a discutir, a planificar, a evitar los obstáculos, etc. y finalmente este aprendizaje se internalice y generalice hacia conductas prosociales.

:



7.- EVALUACIÓN:

La evaluación de nuestro proyecto contemplará:

- **Evaluación inicial** para determinar el punto de partida del alumnado y adecuar los contenidos.
- **Evaluación continua** que se llevará a cabo a lo largo del proceso.
- **Evaluación final** para obtener datos sobre el desarrollo del programa y el cumplimiento de los objetivos propuestos.

Además de la observación directa del profesorado a través de su interacción con el grupo clase; la recogida de información se puede llevar a cabo en un diario de clase, registrando en él situaciones, experiencias, anécdotas o valoraciones de las sesiones celebradas. Se podrá establecer un turno rotativo entre el alumnado de cada grupo para que realice esta función.



Evaluadores	INDICADORES DE LOGRO
Los tutores/as y Equipo Docente de cada nivel.	-Los niños y niñas muestran un conocimiento más preciso de sus propias emociones y sentimientos.
TEMPORALIZACIÓN	-El alumnado adquiere un
Durante todo el curso escolar	vocabulario emocional más amplio
MOMENTOS PARA LA EVALUACIÓN	y detallado.
Continua y de carácter revisable.	-Los niños y niñas son conscientes
DETECCIÓN DE LOGROS Y DIFICULTADES	de su propio estado de ánimo y lo manifiestan con asiduidad.
A través de actividades concretas del Taller de las Emociones, así como en situaciones diarias de la vida escolar.	-Los alumnos y alumnas expresan su estado de ánimo con libertad. -Son respetadas las diferentes manifestaciones de ánimo de los compañeros y compañeras. El alumnado se responsabiliza abiertamente de sus actos. Disminuyen los problemas de alumnos/as con problemas de aislamiento.



INDICADORES QUE DEBEMOS TENER EN CUENTA PARA CONOCER AL ALUMNADO:

Tiene buenos amigos/as, estables y son recíprocos.	No tiene amigos/as o los que tiene son problemáticos.
Es querido por sus compañeros/as.	Es rechazado por los compañeros/as.
Historia estable de aceptación en los distintos grupos de iguales.	El rechazo se mantiene en el tiempo y en distintos grupos.
Buen ajuste al contexto escolar.	Dificultades de ajuste al entorno escolar
Buen rendimiento académico.	Pobre rendimiento académico
Buenas destrezas en alguna actividad extraescolar	Dificultades en el desempeño de actividades extraescolares.



8.- IMPACTO EMOCIONAL POR LA FATIGA PANDÉMICA EN LOS NIÑ@S:

Ante la llegada del alumnado a las aulas, aparecerán diferentes realidades emocionales marcadas por las características especiales de cada niñ@. Algun@s podrán presentar uno, varios o ningún foco de preocupación. Por supuesto, no todos los niñ@s lo pasarán mal, **la capacidad de adaptación y resiliencia de cada uno, marcará su propia aclimatación al colegio.**

Algunas de las circunstancias que pueden crear angustia emocional en los niños, son las siguientes:

- **Miedo al contagio.** Durante varios meses, han estado escuchando que salir a la calle o reunirse en espacios cerrados con mucha gente aumenta el peligro de contagio. Es normal que muchos alumnos/as experimenten miedo ante la idea de volver al colegio. Esta reacción emocional suele ser la más frecuente al asimilar que el coronavirus es "como un monstruo", especialmente para los alumnos más pequeños, a quienes les puede haber afectado en relación a los hábitos y ritmos del sueño. Por la noche pueden llegar a sentir miedo por esta situación. Es bueno escucharles y que expresen sus miedos. Para tratar de reducir esta sensación, una de las recomendaciones es leer relatos o cuentos con ellos, apoyándonos en la realidad en la que ese monstruo se acabe esfumando con el trabajo de nuestros profesionales sanitarios y con el apoyo y colaboración de todos.
- **Dificultad para mantener la distancia social.** Aquellos que sientan la ilusión de volver a ver a sus compañer@s, van a toparse con el muro de todas las medidas de prevención (distancia social o mascarillas). Estarán con sus amig@s, pero no podrán compartir o jugar igual que antes.
- **Tensión.** Los más pequeños no tienen la comprensión ni el autocontrol para mantener la distancia y se acercarán a jugar con sus amig@s, como antes. Existe el peligro de que los maestros de educación Infantil, ante su enorme responsabilidad por un posible contagio, se muestren más directivos y esto genere más tensión y represión en las aulas.
- **Desapego.** Tal y como sucede en el resto de las situaciones diarias, la relación entre los profesores y los niñ@s será a distancia. Esta separación física, complicará la labor de los cuidadores de atender y acompañar emocionalmente a los pequeños cuando éstos lo requieran. Con los niñ@s separados por mascarillas, espacio entre ell@s y el profesor mucho más lejos, el ambiente en el aula puede ser mucho más frío y distante de lo que ya era antes. El mantener



esta situación de falta de contacto social durante tantas horas al día puede acabar haciendo mella en algunos niñ@s.

- **Inseguridad e incertidumbre:** Enfrentarse a la incertidumbre es uno de los procesos más complejos para el ser humano ya que implica “no poder hacer nada”, tan solo aceptar la situación que se está viviendo. Es importante valorar positivamente los comportamientos adecuados y ayudarles a desarrollar su autoconfianza reconociendo sus progresos por lentos o pocos que sean. Con los alumnos más mayores, hablar, dialogar y razonar con ellos, compartir momentos juntos en familia, donde se sientan comprendidos y escuchados.
- **Ansiedad:** es un mecanismo adaptativo que se ha generado en muchos de nuestros alumnos y de nuestras familias al intentar dar respuesta a algo que vivimos como una amenaza (Covid-19) y que genera tanta incertidumbre. Es aconsejable hablar de cómo se sienten, realizar ejercicios de respiración si lo necesitan, practicar actividades físicas, fomentar buenos hábitos de alimentación y hábitos de sueño e higiene. Cuidar las relaciones sociales es otro aspecto importante, que en estos momentos a través de las nuevas tecnologías se ha estado consiguiendo.
- **La tristeza:** estar lejos de sus familiares o amigos del colegio, puede generar esta sensación en nuestros alumnos/as. Por ello es aconsejable explicarles que la tristeza aparece al añorar algo, el llanto en este sentido es muy beneficioso, facilita la aceptación de la emoción y nos ayuda a sentirnos mejor. Uno de los comportamientos más adecuados que acompañan a esta emoción es la de tratar de recordar y, en la medida de lo posible, recrear momentos felices, situaciones que resultaran agradables para ir dejando la tristeza y que esta se vaya convirtiendo en una cierta nostalgia, emoción mucho menos intensa.
- **La ira:** la sensación de injusticia e impotencia por causas como las descritas anteriormente puede motivar el enfado en nuestros alumnos. Explicarles que esta situación no depende de nosotros y que tenemos que ser pacientes, ayudar y sobrellevar lo mejor posible la situación. Es fundamental en estos casos la empatía, la comprensión sobre los sentimientos de los demás y el dar “espacio y tiempo” para la gestión de la emoción.



9.- QUÉ HACER DESDE LA ESCUELA PARA SUAVIZAR DICHO IMPACTO

EMOCIONAL:

La situación vivida por nuestros alumnos/as y nuestras familias en todo este período de confinamiento ha creado diferentes formas de manifestar las emociones y estas pueden variar entre unos y otros, ya que el desarrollo evolutivo influye en cómo se experimentan las situaciones y en cómo ellos expresan sus emociones. Los sentimientos y emociones que podremos observar de forma más habitual debidos a esta situación son los siguientes:

En esta nueva situación escolar, **la atención emocional a los alumn@s debe convertirse en la máxima prioridad de maestr@s**. Cuanto más pequeños sean los alumn@s, más diligentes tendrán que mostrarse sus profesores.

A lo largo de las primeras semanas del curso se incorporará la atención a los aspectos emocionales y sociales del alumnado, mediante la realización de actividades grupales que puedan considerar entre otros los siguientes aspectos:

- Realización de una valoración cualitativa que permita conocer el estado emocional del alumnado, con el apoyo de los servicios de orientación del centro.
- Trabajar y compartir con ellos y ellas cómo han vivido el confinamiento.
- Atención y acompañamiento a sus necesidades emocionales y de relación social.
- Expectativas frente a las diferentes posibilidades que se puedan presentar a lo largo del curso escolar.
- Utilización de diferentes metodologías y dinámicas participativas basadas principalmente en el diálogo y la comunicación, donde puedan compartir sus sentimientos y emociones vividas.

En este sentido, **se pretenden alcanzar los siguientes objetivos:**

- Establecer un marco en que puedan expresar abiertamente sus miedos, angustias e inseguridades.
- Recuperar las relaciones personales y la convivencia en el centro escolar.



- Promover un acompañamiento emocional del alumnado por parte de todo el profesorado, para así poder detectar aquellos casos en que aparezcan dificultades socio-emocionales (miedo, inseguridad, ansiedad, tristeza, ira, situaciones de duelo) que puedan gestionarse desde el propio centro o en servicios especializados, según la gravedad de los casos.
- Mejorar la capacidad de gestión emocional y resiliencia del alumnado. La realización de estas actividades correrá a cargo del equipo docente, coordinado por el tutor/a del grupo.

Por tanto, **algunas de las actividades que el centro realizará** para el cuidado y protección de la salud emocional de niñas y niños son las siguientes:

- 1) **Compartir sensaciones** con la ayuda y preguntas del profesor-tutor, en asamblea, y analizar las sensaciones que hemos manifestado (positivas, negativas ...).
- 2) Resaltar la bondad de compartir dichas sensaciones y hacerles partícipes a los compañeros de ellas. Leer el Emocionario y **realizar un "emocionómetro"** de clase.
- 3) Sugerir formas y modos de asumir las sensaciones en caso de que nos puedan estar afectando.
- 4) Explicar las distintas fases de normalizar emociones ante hechos importantes en nuestra vida y como superar duelos en su caso.
- 5) **Crear espacios de relajación y de tertulias** y lecturas guiadas.
- 6) **Pensar en positivo**, sobre el futuro, ¿qué pensamos sobre la nueva situación?, ¿en que nos repercute?, etc. Sobre todo en los alumnos de 5º y 6º de Primaria.
- 7) También se puede atender solo al alumnado que lo está pasando algo peor y que sirva como ayuda para el resto de compañeros.
- 8) **Informarles y “formales” sobre la epidemia** y la necesidad de cumplir las medidas sanitarias establecidas para cuidarnos y cuidar a los demás:
 - Lavado frecuente de manos.
 - Manera correcta de toser y estornudar. Limpieza e higiene nasal.
 - Uso de la mascarilla.
 - Mantenimiento de la distancia de seguridad.
- 9) Cada clase podría **realizar carteles con las medidas preventivas** que se han de respetar, para recordar los nuevos hábitos de higiene.
- 10) Promover **actividades y juegos divertidos e interactivos:**



Aunque sea necesario mantener la distancia de seguridad, siempre es posible organizar por grupos reducidos (en clase o a la hora del recreo) juegos divertidos, creativos, que sean entretenidos para los niños y que les hagan sentir, a pesar del espacio de separación, el contacto con sus compañeros. Es importante que estos juegos sean cooperativos, no competitivos. Por ejemplo, un juego puede ser, crear su propio cuento o historia. Por turnos, cada niño va añadiendo una frase al cuento, cuanto más loca y absurda mejor.

11) **Aprovechar los espacios abiertos:**

Siempre que sea posible, se intentará que los niños salgan de la reclusión del aula y disfruten de espacios libres.

12) **Fomentar las enseñanzas artísticas en libertad:**

El arte libera emociones, tensiones y vivencias atrapadas en nuestro interior. Sin normas académicas, sin reglas, podemos ofrecer a los niños papeles en blanco y material de dibujo o de modelar. Estas creaciones deben ser libres, sin fichas, sin modelos, sin huecos que rellenar, que les ayuden a los niños a sacar todas sus emociones acumuladas.

13) Ayudarles a asumir esta nueva forma de comportamiento transmitiéndoles la certeza de que esto será una **situación TRANSITORIA**.

RECURSOS Y ACTIVIDADES RELACIONADAS CON LA PANDEMIA.:

1. REALIZAR CARTELERÍA EN CADA AULA

Con las normas sanitarias adoptadas para protegernos del COVID-19.

5º y 6º: los carteles los pueden hacer ellos mismos.

Los demás cursos de Primaria pueden usar los carteles que ya vienen preparados en el archivo: “Cartel Uso Obligatorio”.

Cada clase podría inventar/adoptar determinados gestos para saludar y expresar afecto:

**Covid-saludos:**

- Chocamos los codos/caderas.
- Pulgares arriba.
- Saludamos con la mano.
- Saludo Namaste (juntamos palma de las manos como si rezásemos).
- Saludo marinero (llevando el canto de la mano a la frente), etc.

Para expresar afecto:

- Hacer la forma de un corazón uniendo las dos manos.
- Tocarnos con las manos el lado izquierdo del pecho (corazón).
- Hacer el gesto de abrazo a nosotros mismos que iría dirigido a la otra persona, etc.

• Cuentos para Infantil y 1º ciclo de Primaria:

- “*Hasta que podamos abrazarnos*”(en video y en PDF).
<https://m.facebook.com/redhabilita/videos/1034536256958392/?refsrc=https%3A%2F%2Fm.facebook.com%2Fstory.php&rdr>
- “*El principito. Volvemos al cole*”: lo tenéis en PDF.

• Cuento para 1º y 2º ciclo de Primaria:

- “*El rey Virus*” (Cuento del coronavirus para niños, en video):
<https://www.youtube.com/watch?v=mzFTZsugfbo>

• Canciones:

- “*Juntos te pararemos*” (para tod@s):
<https://youtu.be/BbnPNH2KPKU>
- Canción sobre el Coronavirus en inglés para Primaria:
<https://www.youtube.com/watch?v=rBdgpzkXTS4>

• Juego interactivo (Para Primaria):

- <https://view.genial.ly/5f4cdaa2e784e30d7186444d/interactive-content-indicaciones-covid19>

Creciendo con la tortuga tobi (para los más pequeños del cole):



https://www.youtube.com/watch?v=tJ6mdslYuic&list=PLbwg470tI_QnkIc0XKp_e4v-AeggZcqT7p

PLAN DE ACTUACIÓN:

Establecimiento de normas y consecuencias en clase:

Uno de los aspectos fundamentales para que el niño/a se convierta en una persona sociable, autónoma y tolerante es el modo en que haya podido asumir una cierta disciplina y una serie de límites y normas.

Los niños necesitan ser guiados por los adultos para que aprendan cómo realizar lo que desean de la manera más adecuada.

Es fundamental establecer reglas para fortalecer conductas y

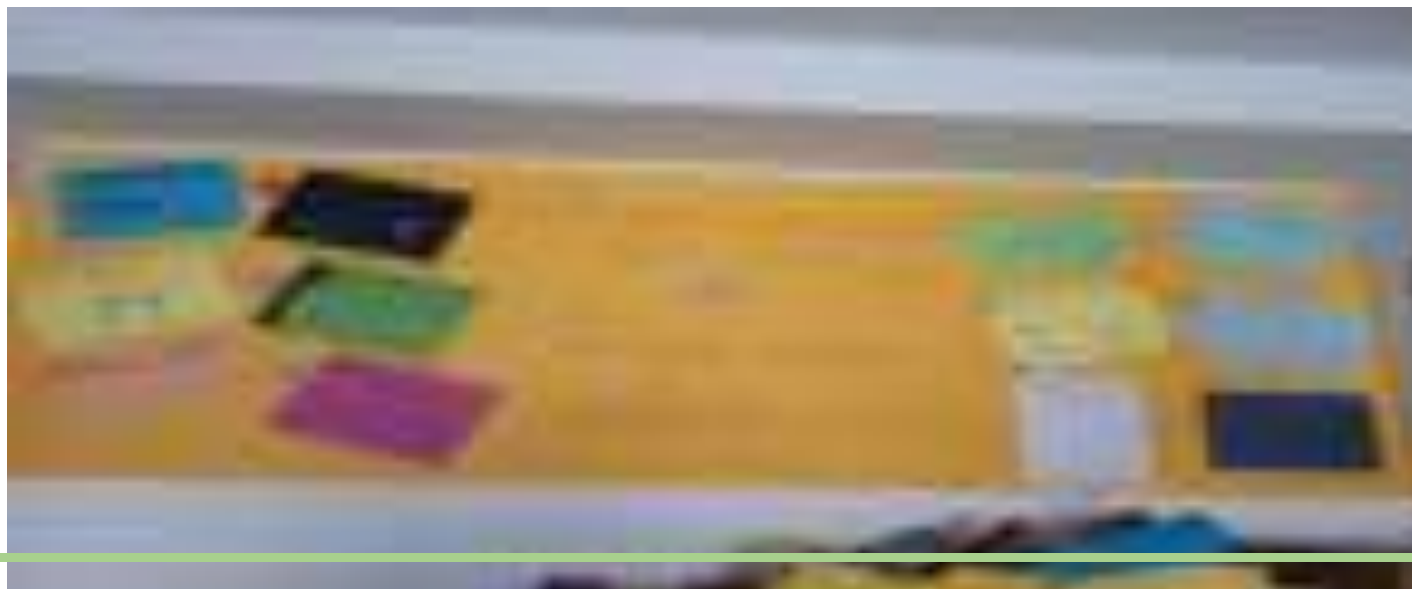
lograr su crecimiento personal.

Los límites deben basarse en las necesidades de los niños/as.

Los límites deben fijarse de manera que no afecten el respeto y la autoestima del niño. Se trata de poner límites sin que el niño se sienta humillado, ridiculizado o ignorado.

Señale la situación problemática empleando pocas palabras. Los sermones son poco efectivos y alteran a las personas.

Cuando no se respetan los límites, debe traer consecuencias. Las cuales deben ser proporcionales, directas y, en la medida de lo posible inmediatas a la situación que las provoca. Las consecuencias deben ser adecuadas a la situación. A modo de ejemplo:





Estrategias que pueden ser usadas en las aulas para todo en centro:

1) **“El baúl de las tonterías”**: Lugar simbólico donde depositamos aquellos aspectos que puedan impedir el desarrollo adecuado de nuestro trabajo individual y grupal (palabrotas, gritos, insultos, mentiras). Se trata de desdramatizar las conductas, acciones o resultados negativos dotando al alumnado de estrategias para darle importancia a aquellos aspectos de la vida escolar, personal o social que nos aporten bienestar.

3) **” Mensajes positivos”**: En un mural de clase, donde cada niño/a tenga su nombre, dejamos un mensaje positivo a alguien de clase sobre alguna acción, o palabra que durante la semana nos ha gustado. Por ejemplo: Me ayudó con la mochila, me dijo que el dibujo era bonito, etc. Un día los leemos.

Como variante:



2) **“Pensamos en positivo”**: Expresamos lo que queremos conseguir. Procuramos crear un clima de trabajo donde se transmita y se fomente este



tipo de pensamiento, con la intención de desear para conseguir alcanzar un objetivo.

Utilizamos la fórmula:

Yo quiero

Yo puedo

Yo soy

Con esto pretendemos fomentar el autoconcepto positivo de las personas.

3) **“Cómo nos sentimos”**: Todos y todas tomamos conciencia de cómo nos sentimos en ese momento y lo compartimos con los demás. Aprendemos a usar vocabulario emocional. Supone reconocer nuestras propias emociones y las de l@s dem@s con el fin de fomentar la empatía y asertividad.

4) **“Las preguntas mágicas”** (auto instrucciones): Mecanismo de regulación externa a la hora de abordar una tarea que tiene como objetivo la autorregulación y el desarrollo de un pensamiento reflexivo. (¿qué tengo que hacer?, ¿de cuántas maneras puedo hacerlo?, ¿cuál es la mejor?, ¿cómo lo he hecho?).

5) **“Somos responsables”**: Momento en el que incardinamos la tarea programada para la sesión del día, regulándola a través de las preguntas mágicas.

6) **“Nos relajamos”**: Lugar y tiempo para los ejercicios de relajación. Es importante educar en tomar conciencia de nuestro ser desde la paz interior para disfrutar plenamente de todas y cada una de las actividades y situaciones escolares.

7) **“Pautas de escucha activa”**: Consiste en tener presente las siguientes pautas cuando escuchamos:

- Mantener una postura adecuada
- Mirar a la cara a la persona que se dirige a nosotr@s
- Respetar el turno de palabra
- No juzgar a la persona que habla.

Ello favorecerá el clima de diálogo en las actividades.

8) **“Nos autoevaluamos”**. Una vez terminada la actividad el alumnado reflexiona sobre el desarrollo de la misma. Toma como referencia las preguntas mágicas y si los resultados responden a lo previsto, se adjudicará un punto positivo en un panel de economía de fichas.



Un número determinado de puntos positivos supone conseguir un premio que puede consistir en un reconocimiento social, adquirir un puesto de responsabilidad en la clase, entre otros.

En este panel sólo se recogen los resultados positivos. En caso de que los resultados no fuesen positivos se retomará la actividad en próximas sesiones con la idea de trabajar en positivo y alcanzar los objetivos previstos.

**TRABAJAR COMO ME SIENTO, COMO SE SIENTEN.
TARJETAS PARA TRABAJAR LAS EMOCIONES:**







<p>Emociones. Cuando la alegría te invade y te llena, cuando te das cuenta de lo que estás haciendo y disfrutando.</p> 	<p>Emociones. Cuando te sientes triste y lloras, cuando te da pena ver a alguien llorando.</p> 
<p>Emociones. Cuando te sientes enojado y rabioso, cuando quieres decirle a alguien que se va a ir.</p> 	<p>Emociones. Cuando te sientes asustado y preocupado, cuando estás en un lugar que no conoces.</p> 



¿Cómo me siento? ...

Me siento alegre.

¿Cómo me siento? ...

¿Cómo me siento? ...

Me siento triste.

¿Cómo me siento? ...

Signos de la vida

¿Cómo me siento? ...

Me siento nervioso.

¿Cómo me siento? ...

¿Cómo me siento? ...

Me siento cansado.

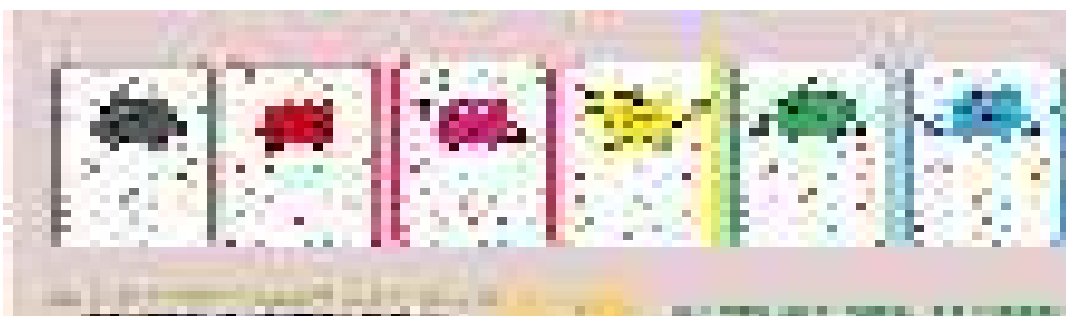
¿Cómo me siento? ...



Actividades a nivel de ciclo:

Se plantearán talleres emocionales donde se priorizará la mezcla heterogénea en los mismos y se atenderá a la gestión adecuada de las emociones, así como a la fabricación de material curricular para trabajar las emociones en el aula y en el centro escolar.

Cada ciclo tendrá una mascota que nos ayudará a expresar como nos sentimos. Esta mascota irá acompañada de un cuento. Las propuestas son las siguientes:



- **Ed. Infantil: El monstruo de colores.**

- **1º Ciclo: Nimbu. Es una nube.**



- **2º Ciclo: Monstruo triste y monstruo feliz.**

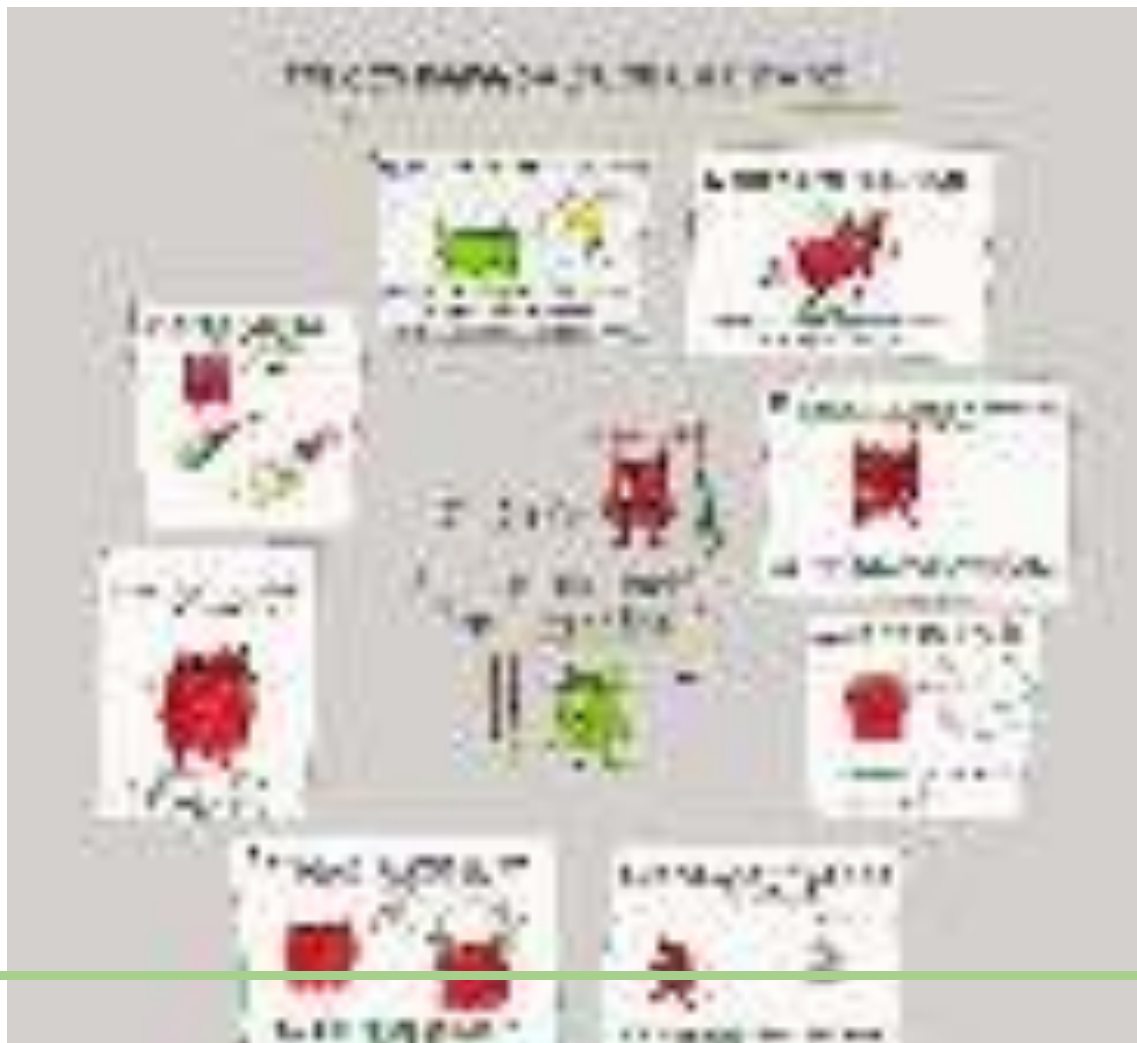


- 3º Ciclo: Niña del cuento. Vacío.



En clase tendremos todos los personajes con sus diferentes estados de emoción y con una pinza de ropa con su nombre puesto, nos dirán en qué emoción se encuentra

TRUCOS PARA SALIR DEL ENFADO





<https://www.youtube.com/watch?v=riwGSIUkXR8>. Cuento de la tortuga.

<https://youtu.be/PtBi9BVLD6o>. Técnica de la tortuga.

<https://www.youtube.com/watch?v=BdOWNd5KtLk>. Técnica de la tortuga. Con pictogramas.

Técnica del Volcán.

**¡EL niño más puede hacer sentir
como un volcán a partir de haber
eruptado!**

Porque, cuando
se genera un volcán
se libera energía
que se transforma
en calor y luz.
Este calor y luz
se transforma en
energía eléctrica que
nos ayuda a
calentarnos en
los inviernos.



Proyecto de Educación Emocional en la Escuela
CEIP Clara Campoamor. Málaga



Escribo o las digo, cosas que me hacen sentir como un volcán.

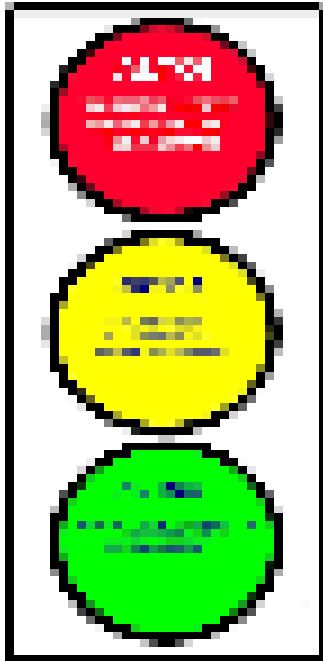
Cuento: Tengo un volcán

<https://www.youtube.com/watch?v=08pCbS8xEa4>





TÉCNICA DEL SEMÁFORO:



IDEAS PARA CLASE



PARA LOS MÁS MAYORES:

PASOS PARA RESOLVER CONFLICTOS.

Fabricaremos dos manos para la solución de conflictos en los que hay cinco pasos, los comentaremos. La idea es que a través de la lectura podamos identificar estos pasos y sean los propios niños quienes lleguen a la conclusión de estos cinco pasos, nosotros guiaremos:

1. Identifico el problema.
2. Pienso varias soluciones. Evalúo las opciones.
3. Me decido por una.
4. ¿Ha ido bien? ¿Existe aún el problema?
5. A la hora de afrontar el conflicto, sigue lo indicado en la mano...





Fabricaremos con el alumnado dos manos donde cada dedo tiene una guía para resolver conflictos. Cinco pasos importantes ante una situación conflictiva:

1. **-MANTÉN LA CALMA.**
2. **-NO RESPONDAS IGUAL CUANDO SUCEDA UN CONFLICTO.**
3. **-INTENTA SER AMABLE Y RESPONDER CON ASERTIVIDAD ANTE UNA SITUACIÓN CONFLICTIVA.**
4. **-MÁRCHATE DEL LUGAR CUANDO COMPRUEBES QUE NO SE PUEDA RESOLVER EL CONFLICTO.**
5. **-DÍSELO A UN ADULTO.**



¿Qué puedo hacer?





TAMBIÉN ES IMPORTANTE QUE APRENDAMOS A SABER ¿QUÉ NECESITO?



ACTIVIDADES PARA ED. INFANTIL:

TRABAJAREMOS LAS EMOCIONES CON EL MOSNTRUO DE COLORES.





1. <https://www.youtube.com/watch?v=VHtzqeKePOI>
- Cuento: Algo dentro de mí.



2. https://www.youtube.com/watch?v=0_qqRaTd3R4.

-Te quiero casi siempre



3. <https://www.youtube.com/watch?v=bUveyaTy8ko>.



-La Reina de los colores. Ed. Infantil

4. https://www.youtube.com/watch?v=4XW_DS5mDao.

Cocó y Tula. Ed. Infantil



6. Juego infantil. Adivinando emociones

<https://www.youtube.com/watch?v=IpgB93PcMOc>.



7. Cuando estoy enfadado. Autoestima.

<https://www.youtube.com/watch?v=7Krw5hSsFxo>.



8. El Elefante y la margarita.

https://www.youtube.com/watch?v=SeQs_5kEyuY.



9. Mis pequeñas alegrías.

https://www.youtube.com/watch?v=I_VIPnjRS-8



10. Descubriendo emociones.

https://www.youtube.com/watch?v=yUuDWGjX_Dg



11. LAS JIRAFAS NO SABEN BAILAR

<https://www.youtube.com/watch?v=wglNS>





12. ¿De qué color es un beso?

<https://www.youtube.com/watch?v=bIEU8lgxfDs>



13. Un bicho extraño

<https://www.youtube.com/watch?v=Qu2VJi84t4A>



PROPUESTAS DE ACTIVIDADES:



1. Para esta actividad se repartimos a cada alumno/a una imagen con una emoción representada que estará pegada encima.

Cada persona de la clase ha de imitar la emoción que le ha tocado y deberá relacionarla con una imagen pegada en la pared o bien tienen que adivinar el resto de la clase que emoción es.

Una vez que cada alumno/a tenga su imagen, deben comentar qué emoción hay en la misma y la razón, por la que creen que el personaje de dicha imagen puede sentirse así.

2. Para realizar esta tarea dividimos al grupo en parejas. Todos se sentarán en el suelo y desde dicha posición, uno dirigirá y el otro hará de espejo, primero a nivel facial y después con el tronco y los brazos. También se puede hacer una variante utilizando todo el cuerpo.

Por último, se hace un cambio de roles en la pareja.

3. Se dividirá el espacio en dos zonas, la zona del "Sí" y la zona del "No". Los alumnos y alumnas van merodeando por el espacio hasta escuchar la pregunta del maestro/a, que serán preguntas para conocerse mejor (ver ejemplos). Todos contestarán a la pregunta situándose en la zona de "Sí" o "No" según su respuesta.

En caso de interés del grupo, se puede ampliar la charla sobre alguna respuesta.



4. Nos ponemos en círculo, sentados o de pie. Alguien bota una pelota diciendo una cualidad positiva del compañero/a que tiene al lado y le pasará la pelota. El juego se realizará hasta completar la ronda. Una variante del juego consistiría en decir una cualidad positiva de cualquier persona de la clase y lanzarle luego la pelota. Otra opción sería utilizar los pupitres de la clase. Alguien se levanta, dice la cualidad positiva de otra persona y se sienta en el pupitre del compañero. Éste, entonces, se cambiará de sitio cuando elija a otro y le diga algo positivo. Se puede hacer en el patio, debido a la emergencia sanitaria.

5. Los rincones son una parte muy importante del aula. Crearemos un rincón de la calma. Se empieza con la lectura del libro "El monstruo de los colores" de Anna Llenas, donde introducimos el concepto de calma y el control de emociones. Después hacemos un mural con el monstruo de color verde donde escribiremos las reglas del rincón y será firmado por el grupo. Se pueden ampliar las manualidades con diferentes objetos que formarán parte del rincón (cuentos, bola antiestrés, **frasco de la calma, etc.**

6. En primer lugar veremos el corto de animación "Dormir". Después de verlo se preguntará por el valor que creen que se está dándole importancia en este vídeo (que es el respeto). Se pedirá al alumnado que en grupos de 4 que piensen otra situación en la que se pueda representar dicho valor "el respeto". Tendrán unos minutos para pensarse la situación y preparar un pequeño teatro. Al cabo de un tiempo se les pedirá que lo representen delante del resto de la clase y entre todos valoraremos si el respeto estaba presente o no.



https://www.youtube.com/watch?v=SlbGst1IT_Q

7. Dibuja algo que hayas ayudado a crecer.
Por ejemplo: tomates, flor,
Lechugas, etc. Después compártelo
Con tus compañeros/as de clase.

**Dibuja algo
que hayas
ayudado a
crecer**

8- Presento mi tesoro

Hoy toca preparar una actividad oral que realizaremos el próximo día de clase, en la que hablaréis sobre quiénes sois y cómo sois, compartiendo con los compañeros algo de vosotros mismos.

Cada uno de vosotros traerá a clase un "tesoro": un objeto, una foto, una música o un libro..., que tenga un valor especial. Tres o cuatro alumnos cada día explicarán la historia de su tesoro. Es muy importante que traigáis pensado un breve guión sobre lo que vais a decir, porque eso ayuda, tranquiliza y suele transmitir información más interesante para los oyentes. Cuando acabe cada uno, se abrirá un turno de preguntas.



Pintamos entre todos el monstruo de colores:









Lo que hace feliz a mi Corazón

Escribe dentro del
corazón todas las
cosas que te hacen
sentir muy feliz





El Monstruo de Colores

¿Qué animal o personaje
de tu imaginación te gusta más? ¿Por
qué? ¿Qué colores te gustan más?
¿Por qué? ¿Qué colores te gustan menos?
¿Por qué?



Rojo



Azul



Verde



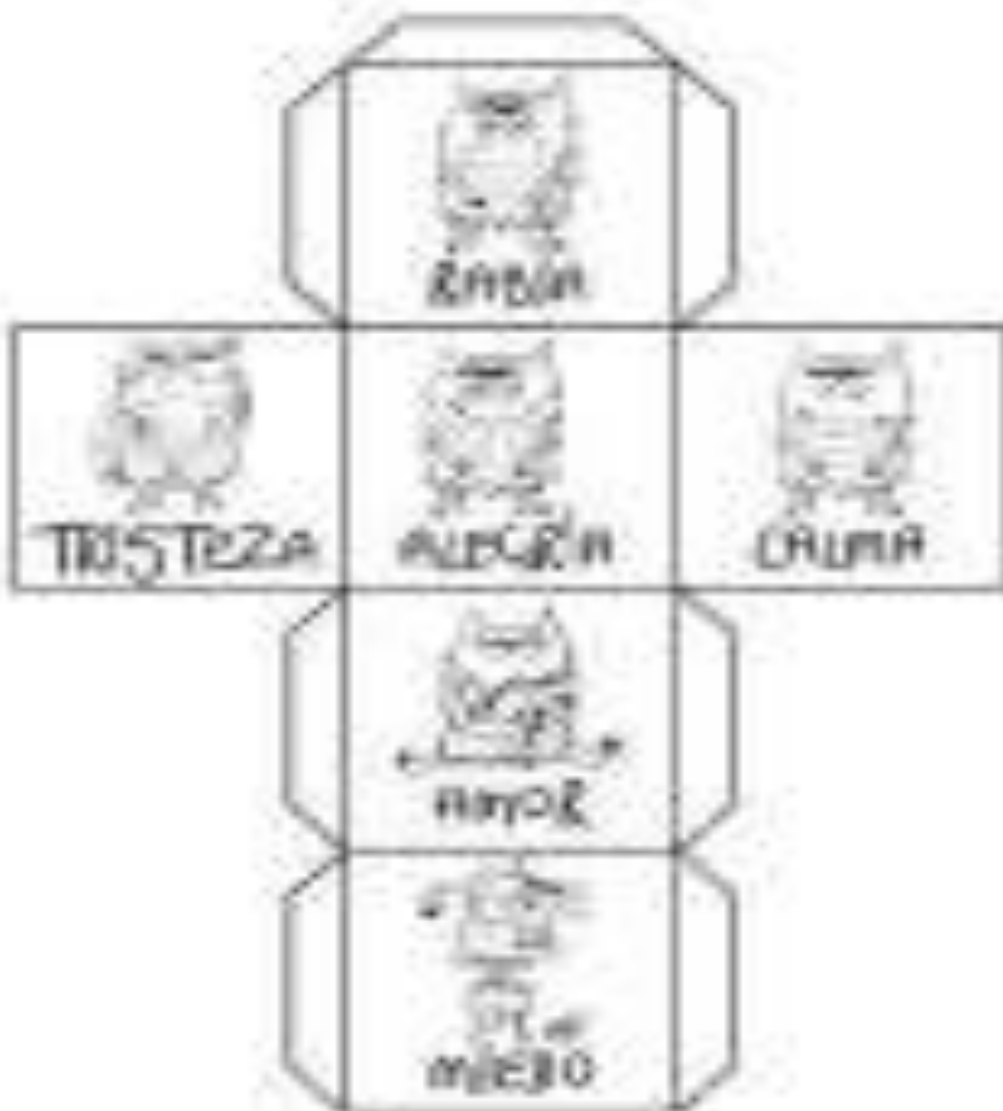
Naranja



Púrpura



Amarillo









Educación Socioemocional

Aprendizaje esperados

Identificar las emociones básicas y expresarlas de forma adecuada en situaciones de la vida.

Identificar y describir las emociones básicas y sus causas.

Fecha

Grupo de alumnos/as

BT | M | M | BT



Cognom: _____

Nombre: _____



ACTIVIDADES PARA EL PRIMER CICLO

1. Nimbus. La nube de las emociones.

https://www.youtube.com/watch?v=bwjYm61OX_Q



2. El buen lobito. de Nadia Shireen

<https://www.youtube.com/watch?v=boEPpaJ5vy0>



3. La preocupación de Lucía

<https://www.youtube.com/watch?v=t0BNWM-uJc>



Dibuja algo que te preocupe o que te haya preocupado.

4. Lágrimas bajo la cama.

https://www.youtube.com/watch?v=08uPXq_cr1I



5. Tú y yo. El cuento más bonito del mundo

<https://www.youtube.com/watch?v=lighyKcHaXk>





6. "Lola y el Monstruo". NADIA SHIREEN. EDITORIAL KOKINOS.

https://www.youtube.com/watch?v=fwYI_q2RpnY



7. Cosquillas para el corazón.

<https://www.youtube.com/watch?v=91VWk3fu7Gw>



A todos nos gustan las cosquillas. Cosquillas en los brazos, en los pies, en la barriga. Pero, ¿sabíais que el corazón también tiene cosquillas y que le encantan? Las cosquillas son capaces de alegrar a los corazones más apagados y llenarlos de nuevo de luz.

Pero no olvidéis que para hacer que nuestro corazón se desternille de risa hay que ponerle muchas ganas e imaginación

8. Si yo fuera un gato.

<https://www.youtube.com/watch?v=rEo6hhEghDc>



9. Cuando estoy enfadado

https://www.youtube.com/watch?v=ccb_U9CwvUc



10. Cuando estoy alegre

<https://www.youtube.com/watch?v=6374QwUxJHU>



10. Arturo y las manzanas. Un cuento para superar los miedos

<https://www.youtube.com/watch?v=BTFo1lFaOxw>



PROPUESTA DE ACTIVIDADES.

1. Se reparte a cada alumno/a una fotocopia de una estrella de 5 puntas. En medio de la estrella se tienen que dibujar a ellos/as mismos/as. En cada punta de la estrella deberán escribir una cosa que les guste de sí mismos/as. Al terminar la manualidad, pueden salir de manera individual y presentar su estrella y el resto del grupo deberá mencionar otras cualidades de esa persona. Se puede hacer con el grupo clase o en pequeños grupos.

2. Nos ponemos en círculo, sentados o de pie. Alguien bota una pelota diciendo una cualidad positiva del compañero/a que tiene al lado y le pasará la pelota. El juego se realizará hasta completar la ronda. Una variante del juego consistiría en decir una cualidad positiva de cualquier persona de la clase y lanzarle luego la pelota. Otra opción sería utilizar los pupitres de la clase. Alguien se levanta, dice la cualidad positiva de otra persona y se sienta en el pupitre del compañero. Éste, entonces, se cambiará de sitio cuando elija a otro y le diga algo positivo. Se puede hacer en el patio, debido a la emergencia sanitaria.



3. Repartimos pequeños trozos de papel a cada estudiante. Deben escribir en él un objeto, animal, persona (añadir cualquier categoría) y meter el papel en una bolsita. Una vez todos están sentados en círculo hacemos 3 rondas. El juego comienza cuando la primera persona coge un papel y lo describe con otras palabras.

Todos irán sacando un papel y describiendo su papel.

Una vez acabe la ronda volvemos a meter los papeles en la bolsa. En la segunda ronda se adivinarán las palabras por mímica y en la tercera mediante sonidos.

4- Se trata de crear un crucigrama para colgarlo en clase con los nombres de todos y todas las alumnas de la clase junto con el del tutor o tutora. Al hacerse este crucigrama se genera un vínculo para todo el curso: todos estamos conectados por alguna razón y sin alguno de nosotros el crucigrama o la red que hemos generado no estaría completo.

Todos tenemos un lugar importante en nuestra clase.

5. Los rincones son una parte muy importante del aula. Crearemos un rincón de la calma. Se empieza con la lectura del libro Nimbus, donde introducimos el concepto de calma y el control de emociones. Después hacemos un mural con el monstruo de color verde donde escribiremos las reglas del rincón y será firmado por el grupo. Se pueden ampliar las manualidades con diferentes objetos que formarán parte del rincón (cuentos, bola antiestrés, frasco de la calma, etc.

6. En primer lugar veremos el corto de animación "Dormir". Después de verlo se preguntará por el valor que creen que se está dándole importancia en este vídeo (que es el respeto).



Se pedirá al alumnado que en grupos de 4 que piensen otra situación en la que se pueda representar dicho valor "el respeto". Tendrán unos minutos para pensarse la situación y preparar un pequeño teatro. Al cabo de un tiempo se les pedirá que lo representen delante del resto de la clase y entre todos valoraremos si el respeto estaba presente o no.

https://www.youtube.com/watch?v=SlbGst1IT_Q

7.Estamos ante una situación histórica a nivel mundial y más , a nivel educativo. En esta actividad cada persona realizará su propia cápsula del tiempo con materiales que desee e incluirá en ella todo lo que le recuerde a los meses confinados en casa. Escribirán una carta expresando sus emociones, vivencias y guardarán objetos significativos (mascarilla, fotos, videos en USB, etc.). Podemos realizarlo con visión a corto plazo (abrir la cápsula a final de curso) o a largo (establecer el final del tramo como el final de la pandemia, etc).

8.Dibuja algo que hayas ayudado a crecer.

Por ejemplo: tomates, flor,

Lechugas, etc. Después compártelo

Con tus compañeros/as de clase.

Dibuja algo que hayas ayudado a crecer



9- Presento mi tesoro

Hoy toca preparar una actividad oral que realizaremos el próximo día de clase, en la que hablaréis sobre quiénes sois y cómo sois, compartiendo con los compañeros algo de vosotros mismos.

Cada uno de vosotros traerá a clase un “tesoro”: un objeto, una foto, una música o un libro..., que tenga un valor especial. Tres o cuatro alumnos cada día explicarán la historia de su tesoro. Es muy importante que traigáis pensado un breve guión sobre lo que vais a decir, porque eso ayuda, tranquiliza y suele transmitir información más interesante para los oyentes. Cuando acabe cada uno, se abrirá un turno de preguntas.

Durante la actividad, se evaluará tanto la calidad y la preparación de la exposición oral como la atención y la participación de los oyentes.

10. Solucionamos el aburrimiento:

Enseñamos la imagen de los niñ@s. Y preguntamos:

1. ¿Qué crees que les ocurre?

2. ¿Por qué crees que están aburridos?

3. ¿Qué les dirías para que dejasen de estar aburridos?



4. ¿Qué has hecho tú cuando has estado aburrido?







ASÍ NOS CONOCEMOS MEJOR

¡Todo acerca de mí!

Nombre: _____

Un dibujo de mí

Mi familia

Cuando crezca quiero ser...

Mi cumpleaños:

Mis cosas favoritas

Color

Comida

Lugar

Pasatiempo

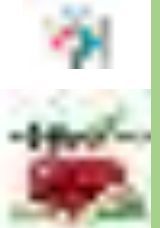


EL TARRITO DE LAS ESENCIAS

TODAS TANTAS COSAS BONITAS EN NUESTRO INTERIOR QUE NOS HACEN ESPECIALES Y ÚNICOS SON NUESTRAS "ESENCIAS".



DIBUJA Y ESCRIBE DENTRO DEL TARRITO TODAS AQUELLAS COSAS QUE TE HACEN ESPECIAL.
¡Acude a él para recordar que tienes muchas cualidades!



2

2º ESTO TIENE QUE VER

Nombre: _____

1º DIFERENCIA



Indiferencia



Tristeza



Alegría



Asombro



Enojo



4

Me preocupa por los demás

Tarjetas

Puntos

1. ¿Me preocupa a los demás? Siempre



- Siempre
- Ha habido veces
- A veces la hacen

Siempre por nada

Siempre por algo

Por qué lo dice



2. Siempre

3. En compañía de otros niños, no me preocupa

4. En compañía de otros niños, me preocupa

siempre



14

Aprenda a expresar lo que siente

● **Usa la siguiente escala de emociones en el aula.**



Triste, muy, con herida

Triste, muy, bastante

Dolido

Muy dolido, mucho



Dolido

Muy dolido, mucho

Feliz, bastante

Feliz, mucho







Dibuja a alguien que quieras mucho.



Contesta

www.cep.es

¿Quién es? _____

¿Por qué lo quieres tanto? _____

¿Cómo le demuestras que lo quieres? _____

¿Qué pasa cuando os enfadáis? _____

¿Qué cosas hacéis juntos? _____



RELAJACIÓN

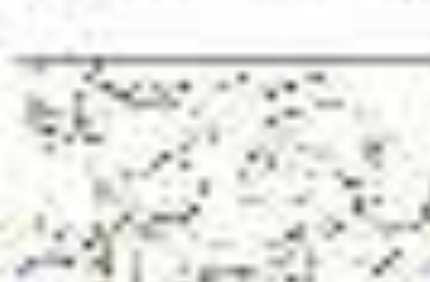
Una línea de vida

1. Señala en tu línea de vida los momentos que sientas más felices.

☞ Puedes colorear los momentos que sientas más felices.



Los momentos que siento más felices son...



Los momentos que siento más felices son...



Los momentos que siento más felices son...

2. Colorea la línea de vida de tu día.



Los momentos que siento más felices son...



Los momentos que siento más felices son...



Los momentos que siento más felices son...

3. Escribe tu día.

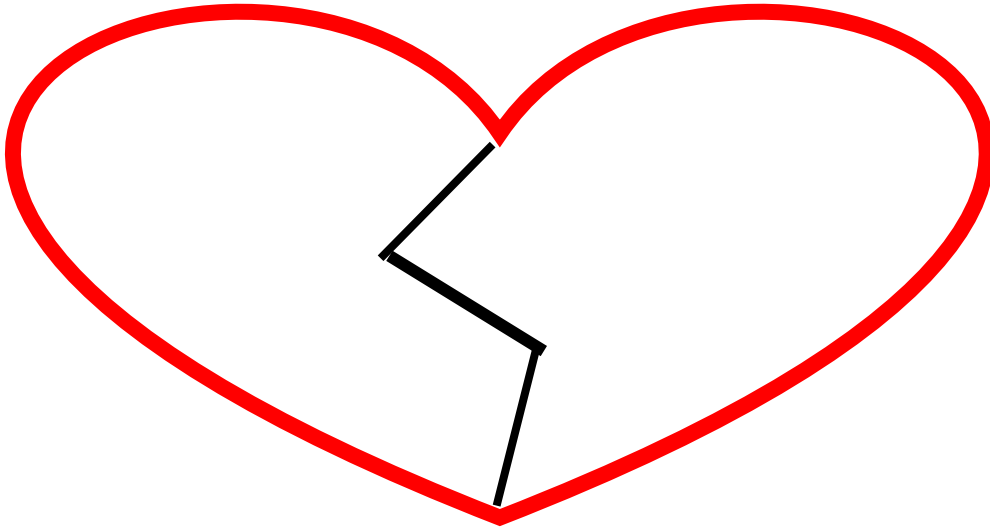
☞ Puedes colorear los momentos que sientas más felices.

☞ Puedes colorear los momentos que sientas más felices.

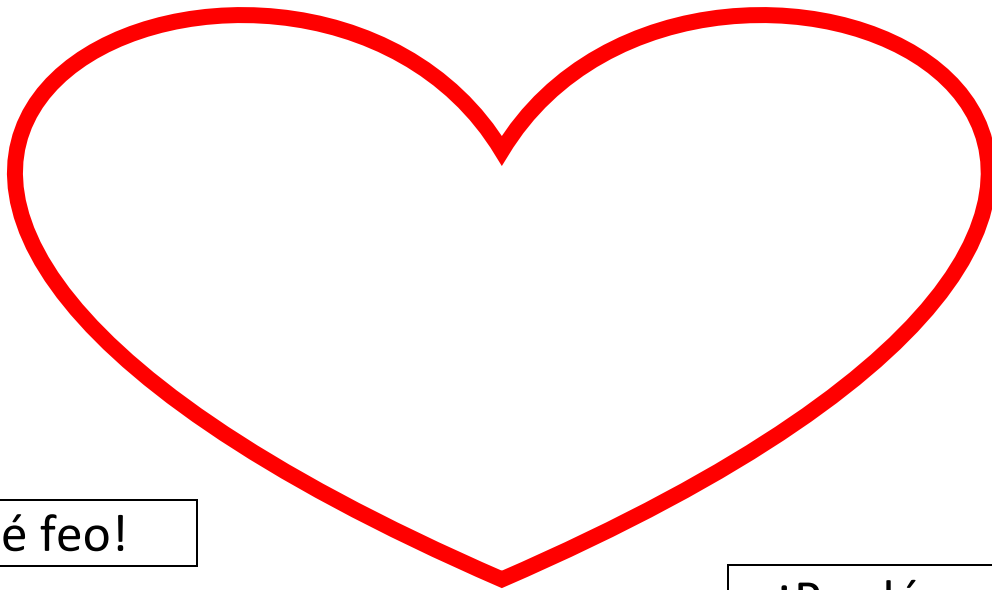


Soy empático cuando digo...

¿Cuáles son las palabras que **NO** me gusta escuchar a mí?



¿Cuáles son las palabras que me gusta que me digan?



¡Qué feo!

¡Me enorgulleces!

¡Tú no eres mi amigo!

¡Lo hiciste muy bien!

¡Perdóname!

¡Cuenta conmigo!

¡Gracias!



MIS EMOCIONES



¡Tú no juegas!



SEGUNDO CICLO DE ED. PRIMARIA.

1. Monstruo triste y feliz.

https://www.youtube.com/watch?v=N_iNe9EyzwY.



2.Si yo fuera un gato.

<https://www.youtube.com/watch?v=rEo6hhEghDc>



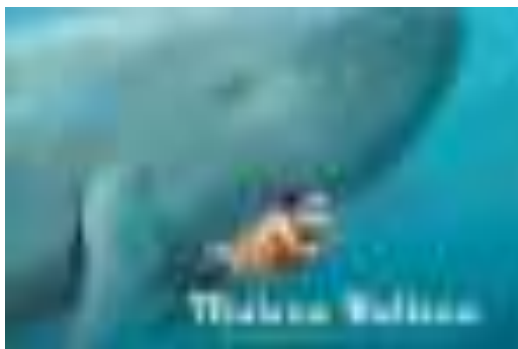


3. OREJAS DE MARIPOSA

<https://www.youtube.com/watch?v=fBBcNiaHVIY>



4. MALENA BALLENA



<https://www.youtube.com/watch?v=sYE5ME6MXLc>

5. ¿Qué haces con un problema? Kobi Yamada y Mae Besom

<https://youtu.be/DEKO3rwOQi4>





6-Sopa de calabaza.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZQELbRwU0zA>



7.NADARÍN

<https://www.youtube.com/watch?v=JPmshUPXiUg>



PROPUESTA DE ACTIVIDADES PARA SEGUNDO CICLO.



1. En una caja dejamos notas con situaciones extrañas escritas. Los alumnos/as deberán coger su situación y escribir cómo solucionarían esos problemas sin herir o molestar a nadie. Cuando todos/as lo tengan su situación planteada, saldrán a la pizarra a contarnos cómo podrían solucionarla y todos/as darán su opinión y aportarán sus propias ideas para ayudarlo a "salir de esa situación" si no lo han conseguido solos/as.

Ejemplos:

Eres una persona que cuando estornudas te salen monedas por la nariz, todo el mundo intenta hacer que estornudes todo el día para coger tus monedas.

.

Eres un caracol que cuando se desplaza deja chocolate por el suelo y todo el mundo te persigue continuamente para comerse tu rastro de chocolate.

.

2. Nos ponemos en círculo, sentados o de pie. Alguien bota una pelota diciendo una cualidad positiva del compañero/a que tiene al lado y le pasará la pelota. El juego se realizará hasta completar la ronda. Una variante del juego consistiría en decir una cualidad positiva de cualquier persona de la clase y lanzarle luego la pelota. Otra opción sería utilizar los pupitres de la clase. Alguien se levanta, dice la cualidad positiva de otra persona y se sienta en el pupitre del compañero. Éste, entonces, se cambiará de sitio cuando elija a otro y le diga algo positivo. Se puede hacer en el patio, debido a la emergencia sanitaria.



3- Se trata de crear un crucigrama para colgarlo en clase con los nombres de todos y todas las alumnas de la clase junto con el del tutor o tutora. Al hacerse este crucigrama se genera un vínculo para todo el curso: todos estamos conectados por alguna razón y sin alguno de nosotros el crucigrama o la red que hemos generado no estaría completo.

Todos tenemos un lugar importante en nuestra clase.

4- Estamos ante una situación histórica a nivel mundial y más , a nivel educativo. En esta actividad cada persona realizará su propia cápsula del tiempo con materiales que desee e incluirá en ella todo lo que le recuerde a los meses confinados en casa. Escribirán una carta expresando sus emociones, vivencias y guardarán objetos significativos (mascarilla, fotos, videos en USB, etc.). Podemos realizarlo con visión a corto plazo (abrir la cápsula a final de curso) o a largo (establecer el final del tramo como el final de la pandemia, etc).

5. Podemos realizar el siguiente juego de dos formas distintas. Se puede hacer en un gran grupo o en grupos pequeños.

Una persona es elegida para decir tres cosas sobre sí misma. Dos han de ser de verdad y una es de mentira.

Los demás tienen que averiguar cuál de todas es mentira. Una vez que los/as demás intenten adivinar, la persona que ha hablado de sí, dirá cuál es la de mentira y hablará un poco a sus compañeros y compañeras sobre las que son verdaderas.

6. Para esta tarea repartiremos papelitos cortados en cuadraditos a nuestros alumnos/as. Exactamente 3 papelitos a cada uno/a. En ellos escribirán 3 secretos que les propondremos: un lugar al que deseen ir, un talento que posean y qué quieren ser de mayor.

Una vez escritos, doblarán el papel y lo meterán en 3 frascos distintos, uno por temática. Ya recogidos jugaremos a sacar los distintos papeles y a adivinar quién a escrito cada uno. Los propios estudiantes serán los encargados de sacar los secretos del frasco.



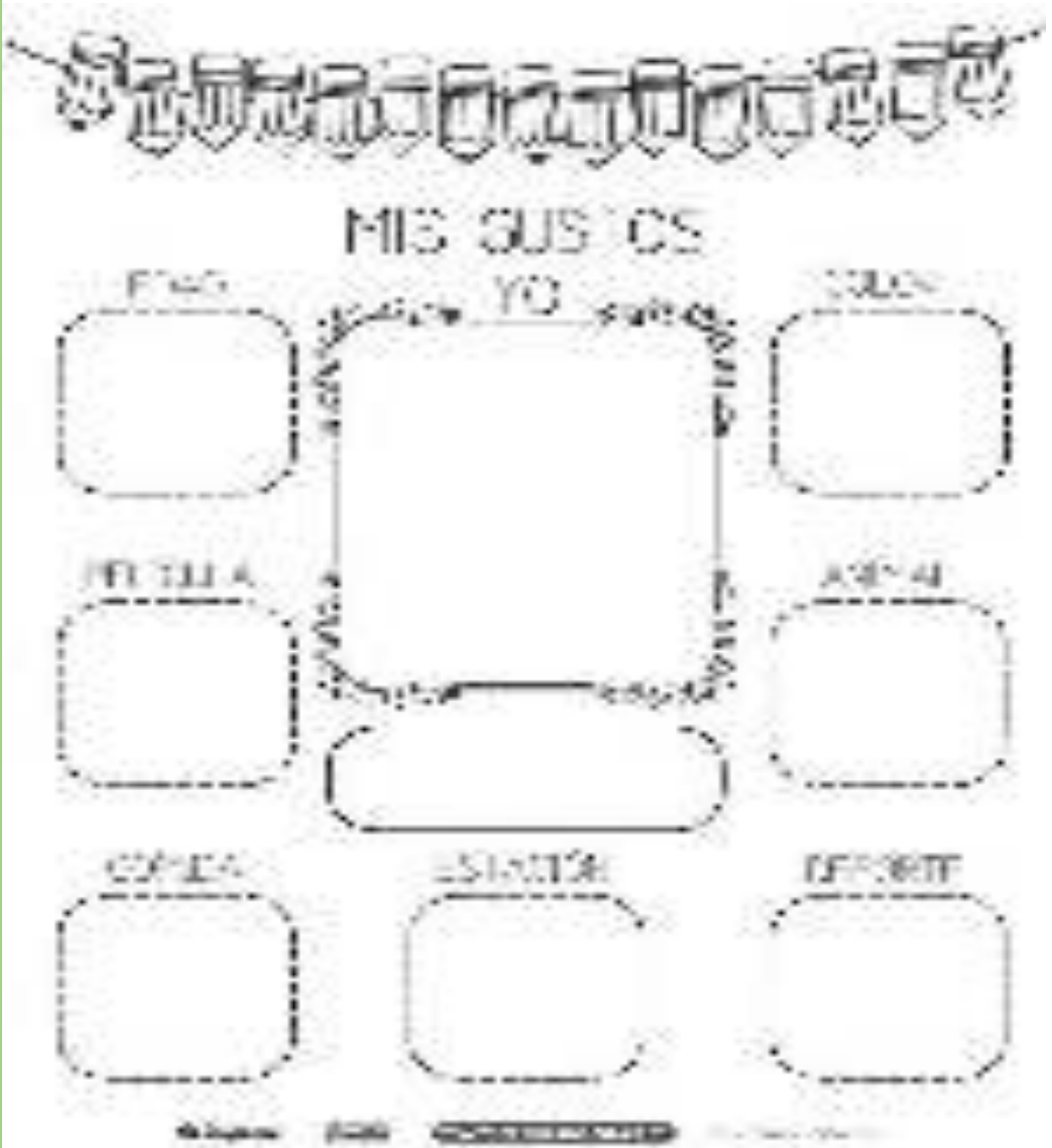
7. Dibuja algo que hayas ayudado a crecer.

Por ejemplo: tomates, flor,
Lechugas, etc. Después compártelo
Con tus compañeros/as de clase.

**Dibuja algo que hayas
ayudado a crecer**



ACTIVIDAD PARA CONOCERNOS MEJOR



8. Actividad de reflexión. compártelo con tus compañeros/as de clase.

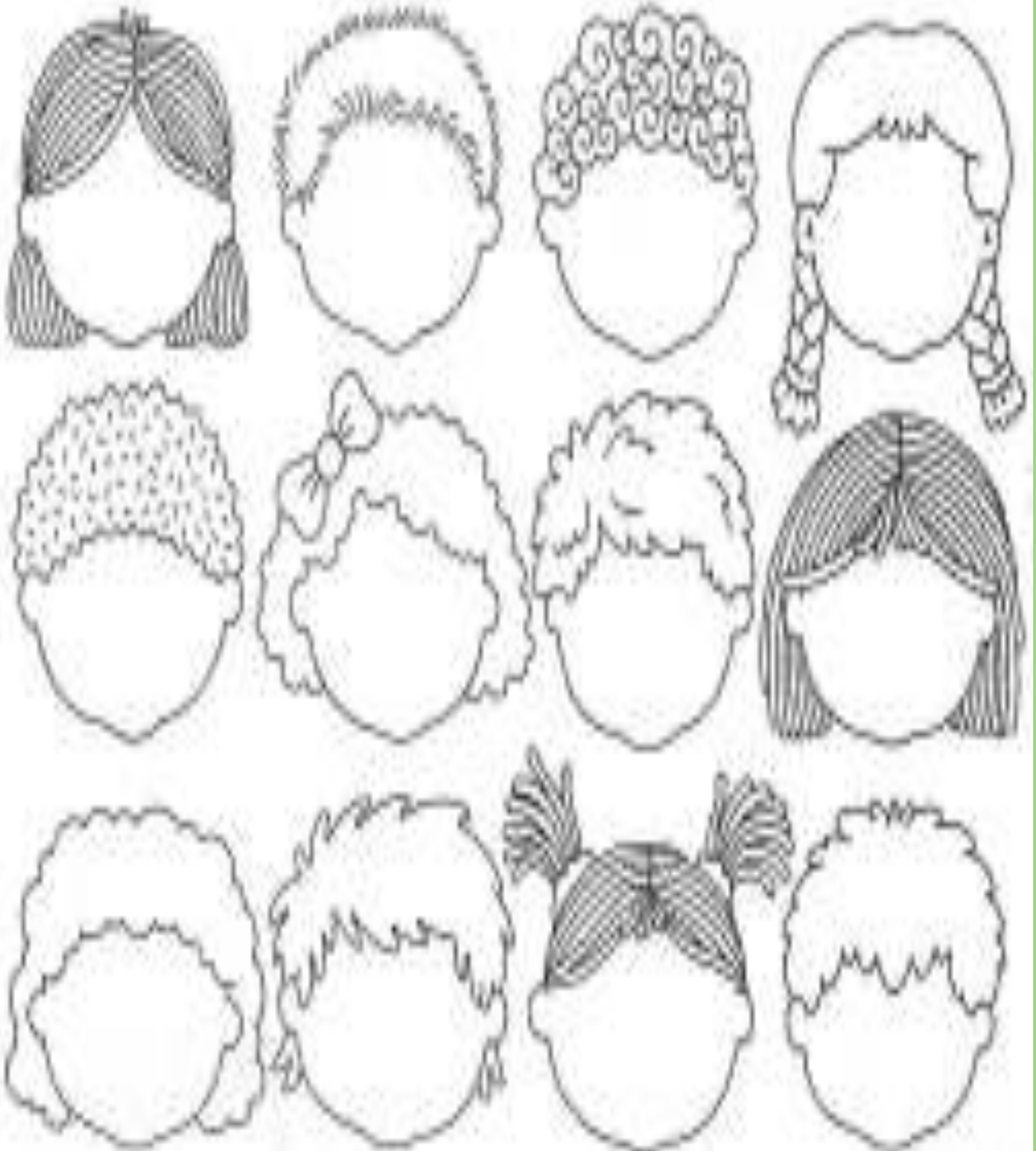


<p>El alumno/a deberá describir los sentimientos que le causa la experiencia del momento de salir a clase con el profesor/a.</p>	
<p>Emociones Sentidas</p>	<p>Características de la Experiencia</p>
<p>El alumno/a deberá describir los sentimientos que le causa el momento de salir a clase con el profesor/a.</p>	
<p>Emociones Sentidas</p>	<p>Características de la Experiencia</p>



¿CUÁNTAS CARAS DISTINTAS!

COPIAR LAS CARAS DE ESTOS CARIÓTIPOS CON LOS EFECTOS QUE MÁS TE GUSTEN.





BUSCA SOLUCIONES

Nombre: _____ Fecha: _____

Deseos

¿Quién te ha enfadado?

¿Con qué te enfadado?

¿Cómo te enfadaste?

Amistades en Acción

Haz pedido a un amigo que te deje un juguete, pero no ha querido.



Me pongo a jugar con otra cosa.

Se lo pido a otro amigo.

Decido pedirlo al día siguiente.

Le digo que es un regalo.



Dibuja a alguien que quieras mucho.



Contesta

nombre

¿Quién es? _____

¿Por qué le quieres tanto? _____

¿Cómo le demuestras que le quieres? _____

¿Qué pasa cuando os enfadáis? _____

¿Qué cosas hacéis juntos? _____



9- Presento mi tesoro

Hoy toca preparar una actividad oral que realizaremos el próximo día de clase, en la que hablaréis sobre quiénes sois y cómo sois, compartiendo con los compañeros algo de vosotros mismos.

Cada uno de vosotros traerá a clase un “tesoro”: un objeto, una foto, una música o un libro..., que tenga un valor especial. Tres o cuatro alumnos cada día explicarán la historia de su tesoro. Es muy importante que traigáis pensado un breve guión sobre lo que vais a decir, porque eso ayuda, tranquiliza y suele transmitir información más interesante para los oyentes. Cuando acabe cada uno, se abrirá un turno de preguntas.

Durante la actividad, se evaluará tanto la calidad y la preparación de la exposición oral como la atención y la participación de los oyentes.

10. La caja de las emociones:

Se tiene que **preparada una caja** (de plástico, cartón, etc.) con todo nuestro grupo de alumn@s y **en ella se escribe el nombre de las diferentes emociones, junto con algún dibujo representativo.**

Esta caja debe **estar situada en un lugar visible del aula y ser accesible a todos los alumn@s.**

El **objetivo** de este juego es conseguir que **nuestros alumnos y alumnas aprendan a comunicarse emocionalmente.**

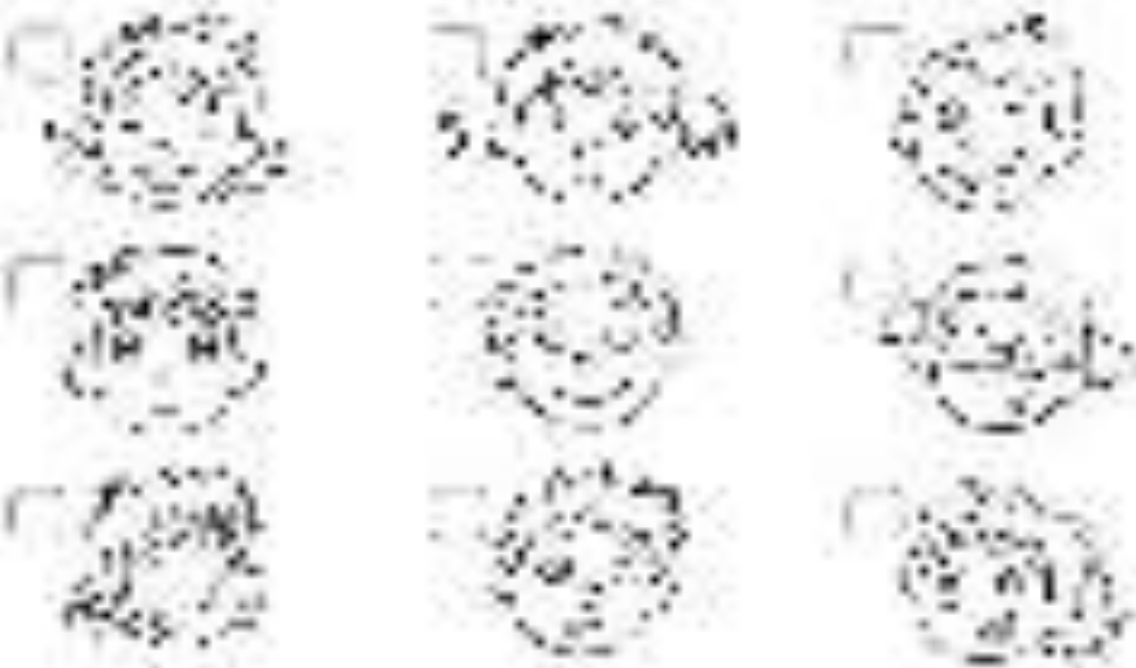
Podemos profundizar en el conocimiento de las diferentes emociones (alegría, tristeza, desesperanza, rencor, etc.). De esta forma **se logra una mayor inteligencia emocional y enseñar nuevas formas de afrontamiento de conflictos** y canalización adecuada de los sentimientos que la acompañan.



50

Actividad 50

1. Marca con una X las palabras que se refieren a emociones.



2. Marca con una X las palabras que se refieren a acciones.

- correr
- saltar
- jugar
- cantar
- bailar
- leer
- escribir
- dibujar
- escuchar
- hablar



12. El acusado:

Leemos en voz alta el comienzo de esta historia.

“Va Pepe muy contento por el parque, cuando de repente ve a Rafa viniendo a su encuentro. Rafa tiene una mirada muy rara. Pepe se pregunta qué le estará pasando. Se acercan y se saludan, pero inmediatamente Rafa comienza a gritar. Dice que Pepe le ha hecho quedar muy mal con los otros chicos del barrio, que es mal amigo, que tiene la culpa de todo lo que le pasa. Entonces Pepe...”.

Una vez leído el cuento, **los alumn@s deben pensar de forma individual cómo actuarían se encontraran en la situación en la que está Pepe**. Después, se comparten las respuestas y se clasifican en dos grupos: las que permiten la conciliación y buscan un camino pacífico y las que promueven un mayor conflicto. En forma de debate, se llega a la conclusión de por qué las primeras son mejores que las segundas.

13, Inventamos historias: Dibujad distintas emociones en tarjetas de cartulina. El maestro saca una tarjeta con una emoción y comienzan a inventar una historia con un personaje principal que tiene esta emoción. Luego los alumn@s sacan otras tarjetas y hace lo mismo.



CÓMIC DE RESOLVER CONFLICTOS





El juego es una actividad que nos ayuda a aprender y a crecer. En el juego aprendemos a compartir, a cooperar y a resolver problemas. El juego también nos ayuda a conocer mejor a los demás y a nosotros mismos. El juego es una actividad que nos ayuda a aprender y a crecer.



Actividad: El juego cooperativo

El juego cooperativo es una actividad que nos ayuda a aprender y a crecer. En el juego cooperativo aprendemos a compartir, a cooperar y a resolver problemas. El juego cooperativo también nos ayuda a conocer mejor a los demás y a nosotros mismos. El juego cooperativo es una actividad que nos ayuda a aprender y a crecer.

Objetivo: Aprender a cooperar y a resolver problemas.

Actividad: El juego cooperativo.





¿QUÉ HARÍAS TÚ SI...?



¿Qué harías si tuvieras un superpoder? ¿El poder de volar?

¿Qué harías si pudieras hablar con los animales? ¿Con los perros?

¿Qué harías si fueras invisible?

¿Qué harías si pudieras viajar en el tiempo? ¿Al pasado o al futuro?



MIS EMOCIONES.





EL TARRITO DE LAS ESENCIAS

TODAS TANTAS COSAS BONITAS EN NUESTRO INTERIOR QUE NOS HACEN ESPECIALES Y ÚNICOS SON NUESTRAS "ESENCIAS".



DIBUJA Y ESCRIBE DENTRO DEL TARRITO TODAS AQUELLAS COSAS QUE TE HACEN ESPECIAL
¡Acude a él para recordar que tienes muchas cualidades!



ACTIVIDADES PARA EL TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

1. Recetas de lluvia y azúcar. 3º Ciclo

<https://www.youtube.com/watch?v=SBeeyKw8s6E>.



2. El arte de emocionArte.

<https://youtu.be/Qz0xHQQuVOYs>





3. El arenque rojo.

<https://www.youtube.com/watch?v=eJMpFd5zI2E>

4. Vacío.

<https://youtu.be/bBVF3iZsyL4>. Anna Llenas.





Elaborado por:

Equipo de Educación Emocional del CEIP Clara Campoamor, Málaga

Impreso en el Departamento de Educación del Ayuntamiento de Málaga







5.Cuento: Como se llena un corazón.

https://www.youtube.com/watch?v=Zx07WF_wWsU

6.¿Qué haces con una idea? Kobi Yamada

https://www.youtube.com/watch?v=WqL9Pavo_5E



7.A Juan le gustan las uñas de colores.

https://www.youtube.com/watch?v=45ZVNAF2R_o





8.El abrigo de Jana. Lola Ordoñez.

<https://www.youtube.com/watch?v=S7NLI6VmQug>

Porque a veces queremos ser diferentes, sin darnos cuenta que siendo nosotros mismos somos especiales.
Autoestima.



9. El punto. Reflexionar.

https://www.youtube.com/watch?v=9fGD_NW0SHU



10.El poder de los sentimientos. (Es un corto.)

<https://www.youtube.com/watch?v=hIOZ7kta5Ng>



11. Fragmentos. (corto)

https://www.youtube.com/watch?v=V-rXgE_ZDLg



12. La cadena de la empatía. Anuncio emitido en 2011, donde podemos ver como cada persona ayuda a otra.

<https://www.youtube.com/watch?v=Kv3LxHBSN3Y>









Ministerio de Educación y Formación Profesional

Escuela Primaria Clara Campoamor

Curso: 2º

Para el conocimiento de los rasgos de otros:

Voluntad, ganas y capacidad. Confronta con tu compañero.



¿Puedes hacer que alguien se ría o llorara contigo y con tu familia?

¿Puedes hacer que alguien se ría o llorara contigo y con tu familia?



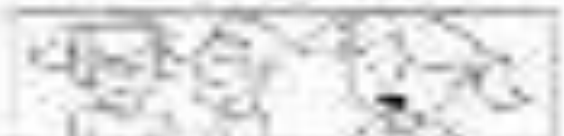
¿Puedes hacer que alguien se ría o llorara contigo y con tu familia?

¿Puedes hacer que alguien se ría o llorara contigo y con tu familia?



¿Puedes hacer que alguien se ría o llorara contigo y con tu familia?

¿Puedes hacer que alguien se ría o llorara contigo y con tu familia?













¿Puedes hacer que alguien se ría o llorara contigo y con tu familia?

¿Puedes hacer que alguien se ría o llorara contigo y con tu familia?





<p>Todo sobre MI</p>	NOMBRE	
<p> DULCE favorito</p>	MASCOTAS	HOBBIES 
<p>Lugar favorito</p> 	<p>FAMILIA </p>    	
<p>Mi comida favorita</p> 	<p>MI Emoción favorita</p> 	<p>MI libro favorito</p> 
<p>MI estación favorita</p> 	<p>La escuela favorita</p> 	<p>EL color favorito</p> 

ACTIVIDAD PARA CONOCERNOS MEJOR



ACTIVIDAD PARA CONOCERNOS MEJOR:

-Si te fueses de viaje. ¿Qué 5 cosas pondrías en la maleta?

Dibújalas







HABILIDADES SOCIALES (HH-SH)

¿Puedes hacer lo siguiente con otros niños/as de tu clase o con tus compañeros/as de clase? Marca con una X la respuesta que mejor se ajuste a tu caso. Si no sabes responder, marca con una X la opción "No sé".

- Siempre Casi siempre A veces Casi nunca Nunca
 Siempre Casi siempre A veces Casi nunca Nunca

1. Puedo jugar con otros niños/as de mi clase.				
2. Puedo hacer lo que quiero con otros niños/as de mi clase.				
3. Puedo jugar con otros niños/as de mi clase.				
4. Puedo hacer lo que quiero con otros niños/as de mi clase.				
5. Puedo jugar con otros niños/as de mi clase.				
6. Puedo hacer lo que quiero con otros niños/as de mi clase.				
7. Puedo jugar con otros niños/as de mi clase.				
8. Puedo hacer lo que quiero con otros niños/as de mi clase.				
9. Puedo jugar con otros niños/as de mi clase.				
10. Puedo hacer lo que quiero con otros niños/as de mi clase.				
11. Puedo jugar con otros niños/as de mi clase.				
12. Puedo hacer lo que quiero con otros niños/as de mi clase.				
13. Puedo jugar con otros niños/as de mi clase.				
14. Puedo hacer lo que quiero con otros niños/as de mi clase.				
15. Puedo jugar con otros niños/as de mi clase.				
16. Puedo hacer lo que quiero con otros niños/as de mi clase.				
17. Puedo jugar con otros niños/as de mi clase.				
18. Puedo hacer lo que quiero con otros niños/as de mi clase.				
19. Puedo jugar con otros niños/as de mi clase.				
20. Puedo hacer lo que quiero con otros niños/as de mi clase.				

Figura 5. Ejemplo de un ítem de la prueba. Fuente: Adaptado de (1) y (2).

CUESTIONARIO PARA EL ALUMNADO.



COMPARTIMOS HISTORIAS

Nombre y Apellido: _____

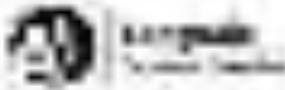
Curso: _____

El extranjero invitado



Frodo va en casa después de comer y ve un
nuevo tipo de hombre. Es extraño y le sorprende,
pero él se trata a menudo a los niños en su escuela.
Frodo se le acerca y pregunta: ¿de dónde eres?
El hombre responde: Soy un extranjero invitado.
Frodo pregunta: ¿cómo se llama?
El hombre responde: Frodo.

Copyright © 2010 por el autor. Todos los derechos reservados.



6º

En la montaña rosa

Una vez que llegamos al pueblo nos encontramos a un hombre que quiere que se acuerde de él. ¿Qué le vamos a decir?



Este cuento pertenece al dominio público. No se permite su explotación económica ni su transformación en obras derivadas.



Nombre _____

¿Crees que los sentimientos de los niños y niñas son iguales? ¿Por qué? ¿Crees que los sentimientos de los niños y niñas son diferentes? ¿Por qué?



Nombre _____

Nombre _____

Nombre _____

Nombre _____

Nombre _____

Nombre _____

Nombre _____



JUEGOS DE COHESIÓN GRUPAL:

1. **SHERLOCK HOLMES:**

- El objetivo será fijar en la memoria los **detalles del aula** y ser capaces de adivinar 3 cambios que se producirán en ellos. Necesitaremos un voluntario/a o un grupo de 4. Tras darle un poco de tiempo para observar el aula y memorizar el máximo de detalles (30 segundos aproximadamente) sale del aula o se tapa los ojos. El resto de la clase propondrá **3 cambios** de objetos: un libro que estaba encima de la mesa se guarda, una papelera que estaba en un sitio se cambia, etc. Pueden proponer y que el profe cambie de lugar. Una vez hechos los cambios la persona tiene que intentar adivinar. Si no puede, el grupo puede dar alguna pista.
- Otra versión es que los **cambios se produzcan en los propios alumnos/as**, ponerse una chaqueta, quitarse un pendiente, remangarse las mangas, etc
- **BUSCA A ALGUIEN QUE...**
- Cada uno escribe una frase para completar esa que tenga relación con cualidades personales, intereses etc conocimiento de los demás. Se meten todas las frases en una bolsa o cajita. Se va pasando y cada uno coge la que le toque. Tienen 1 minuto para buscar o pensar en algún compañero/a que cumpla esa definición. Pueden escribir su nombre y levantar la mano cuando lo tengan, pueden colocarse detrás de su silla, pueden colocarse delante de su percha.... o si queremos trabajar la lecto escritura pueden tener los nombres de toda la clase en papel y levantar el que sea correcto, luego se comprueba.



- **DIBUJOS A CIEGAS**

Un voluntario/a se coloca de espaldas al resto. Sin mirar. Tendrá un dibujo en un papel, una figura geométrica o algo abstracto. Tendrá que dictar para que los demás lo dibujen exactamente igual. La consigna para los demás es que no pueden hablar, ni preguntar, no pueden dar ninguna señal a su compañero/a solo copiar lo que les dice.

- **MENSAJES ESCONDIDOS.**

Cada alumno/a se coloca un cartel en la espalda. Cada persona tendrá un color de rotulador determinado (esto nos servirá para supervisar que solo sean mensajes positivos). Se les explica que la consigna es pensar en **cualidades, fortalezas** que vemos en los demás y que solo podremos reflejar eso. Para ayudar podemos poner un listado de adjetivos o palabras que les den ideas. También la frase Me gusta cuando...o te doy las gracias por.... Pueden ser una pista. Se pone música y se les dice que hagan dos filas o dos círculos, escribirán al que tengan enfrente, el profe irá diciendo cómo rotar para que todas las personas se lleven un mensaje o una palabra de todos sus compañeros/as. Finalmente se quitan el cartel y leen las cualidades que han escrito.

- **INVENTAMOS UNA HISTORIA ENTRE TOD@S**

Nos colocamos en círculo, el primero empieza contando una historia y tiene 1 minuto , cada miembro del grupo añade algo a la historia y tenemos todos un minuto . Al final habremos creado una historia entre todos. Después podemos dibujarla ó escribirla.



ACTIVIDADES:

1. Relacionada con el cuento del punto.
Mural donde cada alumno/a hace su punto.



2. Buscamos tapar el vacío de Julia.
Pintamos bonitos platos con la forma del vacío



[3.Kitbull,
compañero
canino:](#)



-Actividad para hacer después de visualizar el cuento.
Recetas de lluvia y azúcar. Visualizar el vídeo.

<https://www.youtube.com/watch?v=ertZXoUY> 4.

-Diario de emociones. Visualizar el vídeo

<https://youtu.be/X73l12Fwi7Q>.



ACTIVIDAD: PONTE EN LOS ZAPATOS DE OTRO, AUNQUE NO TE QUEDEN IGUAL. ACTIVIDAD DE EMPATÍA.



Imagina que caminas un rato con los zapatos de otro de la clase. No se trata de centrarnos en los zapatos, si no de la persona que lleva esos zapatos. Hacer un ejercicio de empatía. Piensa en alguna reacción o comentario que hizo esa persona que no te gustó e intenta justificarlo. Dibújate dentro del zapato.

Recuerda que:





COMIC DE RESOVER CONFLICTOS

NOMBRE: _____

DATE: _____

EL POTENTE DE LA ESCUELA ES EL DUEÑO DE LOS COMICETOS Y ENCOMIENSA.



OTRAS ACTIVIDADES INTERESANTES.

Dirección para ver el vídeo:

<https://labur.eus/AwToc>

Realizaremos una reflexión sobre cómo se construyen las relaciones interpersonales. Además de darse cuenta de las dificultades que a veces surgen en las relaciones interpersonales.

DESARROLLO: Al conocer una persona nueva o incluso cuando no es nueva, pero no tenemos mucha relación con ella, a veces no sabemos cómo establecer esa relación. Construir esas relaciones, a veces, se hace difícil. Esto generalmente ocurre por la inseguridad que produce no conocer bien a la otra persona. Algo parecido les ocurre a los personajes de este cortometraje.

Se propondrá al grupo ver el cortometraje con mucha atención y se fijarán en las actitudes de los protagonistas hasta que llegan a convertirse en amigos. Realizaremos preguntas tipo:

¿Cómo viven el gato y el perro en un primer momento?

¿Qué tipo de vida llevan?

Y, ¿cuándo se conocen? ¿Qué sienten?

¿Cómo se siente el uno hacia el otro? ¿Por qué?

Una vez que se han aproximado, ¿cómo se sienten?

Y, ¿las personas? ¿En situaciones similares, nos pasa lo mismo?

Poned algunos ejemplos.

Si bien el objetivo principal del conjunto de actividades propuestas es abordar la cohesión grupal.

https://www.youtube.com/watch?v=aVYi1WV_O_Y

LA SOCIEDAD ACTUAL. CORTO SOBRE MÓVILES.

<https://www.youtube.com/watch?v=Icx7hBWeULM>

EL ERIZO EN NAVIDAD. IDEAL PARA REFLEXIONAR.

UNO Y UNO = EL GRUPO AL COMPLETO



Vídeo Lebo M - One By One

Dirección para ver el vídeo: <https://labur.eus/F4R5w>

OBJETIVO:

- Reflexionar con el grupo sobre las relaciones personales.
- Darse cuenta de que en algún momento alguna persona del aula se puede sentir sola o marginada.

DESARROLLO: Se propone al grupo ver un breve vídeo. Se trata de niños y niñas que viven muy lejos y tienen una manera de vivir diferente... ● ¿Qué diferencias aprecias en la forma de vida de los y las protagonistas del vídeo con vosotros y vosotras?

- ¿Porque?
- ¿Cómo viven?
- ¿Qué cosas hacen en grupo?
- ¿Alguien se queda fuera?
- ¿Cómo son sus relaciones?
- ¿Discuten, se pelean, ...?
- ¿Se ayudan, se ignoran, ...?
- ... TIEMPO: Una sesión

Si bien el objetivo principal del conjunto de actividades propuestas es abordar la cohesión grupal, si durante el curso 2020-21 no fuera posible la enseñanza presencial.

.CAROLINA MASCARILLA

Vídeo del cuento: <https://youtu.be/ATBm7p6wcuE>



Vídeocuento sobre una niña perpleja con tan “incómodo complemento”. Este cuento escrito por [Ángeles González-Sinde](#) en el confinamiento, está pensado para que las familias expliquen a los más pequeños de la casa que la mascarilla es un método de protección individual y social.



- Hablamos con el alumnado sobre si se sienten identificados con Carolina.
- Si volverían a hacer lo mismo que Carolina.
- Dibujos a Carolina.
- Si les ha gustado el final.
- Si es así como lo estamos vi


ANEXO 2. Las tareas que hago en casa.

NOMBRE Y APELLIDOS.....

FECHA.....

TAREAS QUE HAGO EN CASA	
 A GUSTO	
 O A DISGUSTO	
 ¿QUÉ PUEDO HACER?	



 <p>¿QUÉ CONSIGO?</p>	
--	--

CUERDAS

Cortometraje; https://youtu.be/4INwx_tmTKw

Bonito cortometraje donde podemos trabajar muchos valores como empatía, solidaridad, humanidad etc.

Podemos realizar distintas reflexiones con el alumnado sobre el cortometraje, ver su visión, realizar una narración en el segundo y tercer ciclo sobre la visión de la película y sus conclusiones.



8. LA OCA DE LAS EMOCIONES



El niño/a tiene que tirar el dado y responder a las preguntas de las casillas.

A través de este sencillo juego que podemos jugar en clase todos juntos, podemos hablar de las emociones de forma lúdica y divertida, reflexionando con nuestro alumnado y dialogando con ellos de forma abierta.





Amorosa fue
Tuena
muñeca
de mi sueño, un día
"te quise"
¡ah!



Amorosa fue
Tuena
muñeca
de mi sueño, un día
"te quise"
¡ah!

Ayer y hoy
¡ah! un día cuando fue
¡ah! que muy temprano
me despertó en
sus brazos a la mañana



Ayer y hoy
¡ah! un día cuando fue
¡ah! que muy temprano
me despertó en
sus brazos a la mañana

Entre las emociones
cuello un pequeño
corazón
Te me quedé
de cuando tú
me enseñaste a ser
pequeño y a ser feliz



Entre las emociones
cuello un pequeño
corazón
Te me quedé
de cuando tú
me enseñaste a ser
pequeño y a ser feliz

¿Qué hay de
mi padre
cuando me preguntó
cómo se siente
cuando me preguntó
cómo se siente?



¿Qué hay de
mi padre
cuando me preguntó
cómo se siente
cuando me preguntó
cómo se siente?

Amorosa fue
Tuena
muñeca
de mi sueño, un día
"te quise"
¡ah!



Amorosa fue
Tuena
muñeca
de mi sueño, un día
"te quise"
¡ah!

Ayer y hoy
¡ah! un día cuando fue
¡ah! que muy temprano
me despertó en
sus brazos a la mañana



Ayer y hoy
¡ah! un día cuando fue
¡ah! que muy temprano
me despertó en
sus brazos a la mañana

Entre las emociones
cuello un pequeño
corazón
Te me quedé
de cuando tú
me enseñaste a ser
pequeño y a ser feliz



Entre las emociones
cuello un pequeño
corazón
Te me quedé
de cuando tú
me enseñaste a ser
pequeño y a ser feliz

¿Qué hay de
mi padre
cuando me preguntó
cómo se siente
cuando me preguntó
cómo se siente?



¿Qué hay de
mi padre
cuando me preguntó
cómo se siente
cuando me preguntó
cómo se siente?





Además de estas actividades realizaremos ejercicios de relajación con mantras para alumnado y música relajante.

9. Recomendaciones en confinamiento para las familias.:

<http://copao.cop.es/es/noticia.asp?pag=&id=1732&por=1>

http://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Ayudar_ni%C3%B1os_afrontar_estres_COVID19_EASpv2.jpg

Aprende a tolerar la frustración. Vídeo para la familia:

<https://youtu.be/SDyMD631Qwc>



9.- BIBLIOGRAFÍA:

-Documentación de la Consejería de Educación y Deportes sobre Educación Emocional. Creciendo en Salud.

-Inteligencia Emocional (Daniel Goleman).

-Orientación Andújar.

-Educación Emocional. Programa para Educación Infantil y Primaria (Rafael Bisquerra).

-La botica del orientador (Fernando Navarro).

-Programa de intervención educativa “Aulas Felices” (de Ricardo Arguís Rey, Ana Pilar Bolsas Valero y otros).

- Programa de educación emocional “Cultivando Emociones” (editado por la Consejería de Educación de la Generalitat Valenciana)

-Decide tú I. Primaria: 1º y 2º ciclo.

-Decide tú II. Primaria: 3º ciclo.

